

# Conseils pratiques au patient Fonctionnement et utilisation de l'appareil de Neurostimulation Transcutanée

**TENS®**

**Consultation de la douleur**

C.H.D. Vendée

85925 La Roche sur Yon

Tél.: 02 51 44 62 48

Mail: [consultation.douleur@chd-vendee.fr](mailto:consultation.douleur@chd-vendee.fr)

# Entretien avec le patient

- 1 - Histoire de la maladie (cf. feuille)
- 2 - Le traitement en cours (Efficacité, effets ind., allergie.)
- 3 – Evaluation du patient (EVA, DN4...)
- 4 – Répercussions sur le mode de vie
  - Vie sociale et professionnelle,
  - Activités de loisirs,
  - Sommeil...
- 5 - La prescription (tens):
  - Schéma de pose des électrodes (cf. feuille),

28 05 58

E  
X  
e  
m  
p  
l  
e

CH Challans, le 30 août 11

Entretien :

Douleur de type lombo sciatique gauche (EN : 5) par intermittence à type de coup de couteau irradiant la jambe jusqu'au genou gauche.

Prescription TENS : Dr. Y.M. PLUCHON

Trait: Dafalgan codéïne

Tens mis en route ce jour (**Prescription pour 1 mois**)

Schéma de pose des électrodes (cf. dossier)

Programmes : (1 2 10 11 12)

Education thérapeutique: H. AGRES

Présentation de l'appareil Eco2 N° 801 575

Explication de la méthode

Test des électrodes en place et des différents programmes prescrits

Evaluation de la douleur:

EN: 5 à type de coup de couteau

Mode de vie: Stressée, anxieuse, ne peut plus se pencher

Sommeil: Bon (pas de douleur la nuit)

Loisirs : Marche (arrêt), lecture, TV

# Dossier de location TENS

## 1 Feuille de prescription (cf. feuille)

- Ordonnance du médecin (Programme, taille des électrodes, durée ...)
- Fiche à compléter par le patient: état civil, mutuelle...

## 2 Feuilles d'information

- Recommandations du prestataire

## 3 Feuille d'évaluation du patient et de suivi (1mois...)

## 4 Définir le prochain rendez-vous.

# La prescription médicale

Choix du type d'appareil

Période d'essai (1 à 2 jours)

Stimulation 30 mn afin de déterminer le programme le plus adapté au soulagement de votre douleur.

Positionnement des électrodes (cf. schéma)

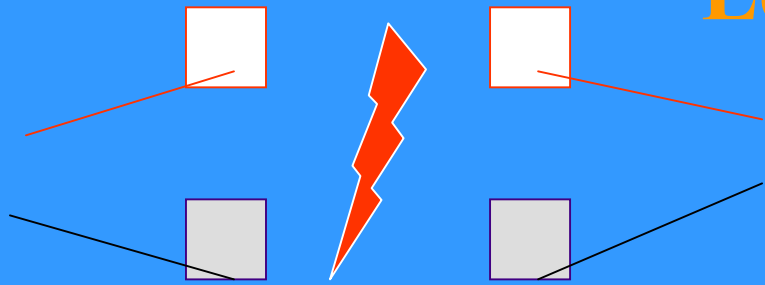
Programme

Faire le choix du programme le plus efficace.

Méthodologie

- Ressentir des fourmillements,
- Avoir une sensation non désagréable,
- Pas de contraction musculaire.

Canal 1

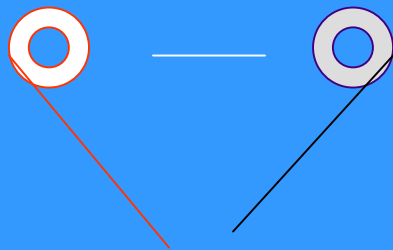
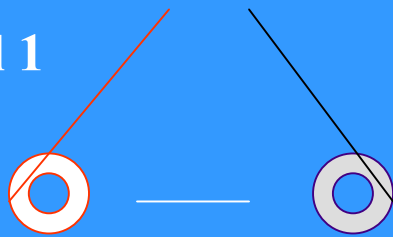


Canal 2

## Le placement des électrodes

**Stimulation verticale**

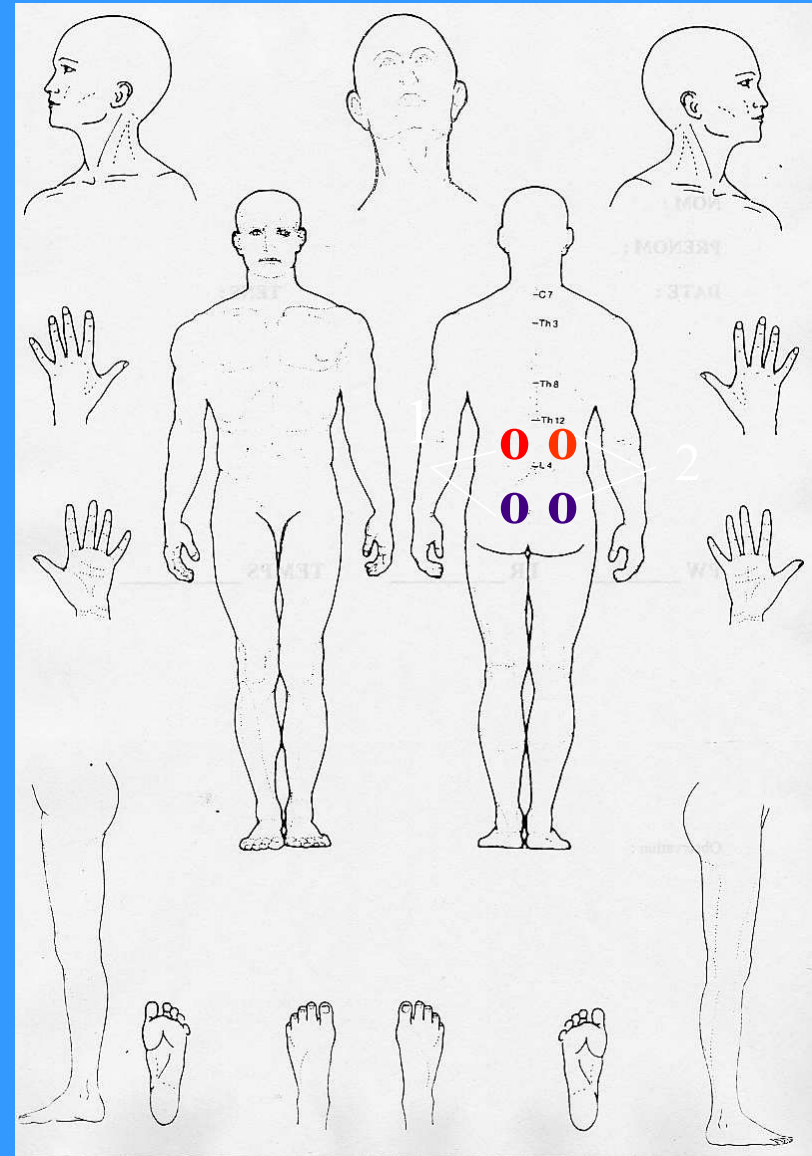
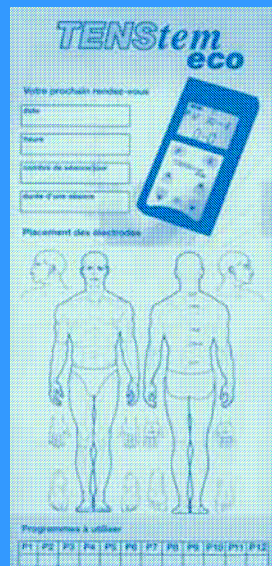
Canal 1



Canal 2

**Stimulation horizontale**

La zone sera identifiée par une marque sur le schéma corporel du patient par le médecin prescripteur.



## Le schéma corporel

# Les différents modèles

Type d'appareil (Céfar / Eco2)





# Le mode général d'action du TENS

## Deux principes d'action :

La modulation de l'inhibition segmentaire médullaire de la douleur (Gate control),

L'inhibition centrale (supraspinale) de la douleur par la sécrétion de neurotransmetteurs qui bloquent les récepteurs de la douleur.

## Deux types de stimulation :

La NSTC conventionnelle (70 – 100 Hz) cherche à rétablir le système inhibiteur de la douleur avec un effet de post-effet variable en fonction de la durée de stimulation.

La NSTC acupuncturale (2 – 5 Hz) tant à stimuler le taux d'endorphines dans le LCR, plus efficace à intensité élevée.

## L'effet placebo de la stimulation :

L'effet peut être évalué à 60 %

# Les sites de stimulation du TENS

## Principes de stimulation :

La stimulation loco-dolenti,

La stimulation du nerf périphérique innervant le site douloureux,

La stimulation du territoire adjacent au site douloureux,

La stimulation des points gâchettes.

Le site de stimulation dépend du type de douleur, des données de l'examen clinique et des contre-indications (allodynie...).

# Les indications duTENS

## Indications :

Les douleurs neuropathiques  
(amputation, lésion nerveuse, radiculaire...),

Les douleurs chroniques  
(lombosciatalgie, lombalgie, tendinite...),

Les douleurs aiguës (post-op., entorse),

Les douleurs médullaires.

# Les contre-indications duTENS

## Contre-indications absolues :

Pace-maker, femme enceinte, zone carotidienne.

Utilisation lors de la conduite d'un véhicule.

## Pas d'indication :

Allergie aux électrodes, douleur étendue,

Hyperesthésie, allodynie +, incompréhension.

## Précautions :

Douleurs mobiles, électrophobie,

Epilepsie, troubles psychiques. dermatoses...

# Présentation technique de l'appareil

Démonstration de l'appareil (Céfar ou Eco2)

Cf. manuel technique de l'appareil.

Mise en route :

Appuyer sur « on » idem à un portable.

Présentation des différentes touches :

Marche / arrêt, mise en veille,

Choix du programme prescrit (P1 à P12),

Flèches (montée, descente de l'intensité) pour chaque canal,

Déblocage des touches (appuyer sur une flèche du bas).

## Description Electrothérapie Schwa-Medico TENS ECO 2

TENS avec accumulateurs rechargeables Ni-Mh (intense et économique). Deux canaux indépendants jusqu'à 100 mA sur 400  $\mu$ s en largeur d'impulsion.

### 12 programmes prédéfinis:

- P 1 Gate control 100 Hz
- P 2 Gate control 80 Hz
- P 3 Endorphinique 2 Hz
- P 4 Gate control ( canal 1 ) + endorphinique ( canal 2 )
- P 5 TENS séquentiel : 10 min Gate control 100 Hz + 20 min endorphinique 2 Hz
- P 6 Stimulation HAN : 100 Hz + 2 Hz alterné toutes les 3 secondes
- P 7 TENS Burst
- P 8 TENS Modulation
- P 9 Excito-moteur
- P 10 Gate control dynamic lent ( massage )
- P 11 Gate control dynamic rapide ( frottements )
- P 12 TENS haute fréquence

+ 12 programmes modifiables ( dont 22 antalgiques et 2 excito-moteur )

## Description Electrothérapie : TENS CéfarComplex

- Courant constant asymétrique compensé 100%
- Intensité ajustable jusqu'à 60 Ma
- Programme (Tens conventionnel/Gate Control et Burst/Endorphinique)
- Possibilités (d'alterner les courants sur un même programme)
- Durée de stimulation programmable

### 7 programmes prédéfinis:

- P 1 Tens Gate control – Conventionnel 80 Hz
- P 2 Burst – Endorphinique 2 Hz
- P 3 Tens Gate Control Modulé 80 Hz (70 – 150  $\mu$ s)
- P 4 Tens sensible: 80 Hz – 60  $\mu$ s
- P 5 Tens mixte: 3s Gate Control – 3s Burst
- P 6 Tens Acupunctural Anti Nausées
- P 7 Flow Tens: Effet de vague / Massage



# Présentation des accessoires de l'appareil

Démonstration en situation réelle sur le patient avec connexion des deux câbles (canal 1 et 2)

## Attention:

Ne pas tirer sur les câbles, ne pas plier les électrodes,

(Si l'électrode se trouve aux chevilles, prévoir une longueur suffisante afin de ne pas arracher sur le câble).

Laisser les électrodes branchées sur les câbles,

(Mettre chaque soir la pochette d'électrodes dans le bac à légumes du frigo).

## **Informations sur le chargeur de l'appareil (selon l'appareil)**

**Ne pas charger l'appareil pendant une séance de TENS**

**Attendre que le voyant de charge soit passé du rouge au vert pour pouvoir utiliser à nouveau l'appareil (temps d'utilisation 8 à 10h selon le programme utilisé)**

**Le recharger la nuit l'appareil et/ou piles rechargeables (temps de charge = 3 à 4h).**

# Informations sur le mode de remboursement du TENS par la Sécurité Sociale

Location de l'appareil durant la phase d'essai prescrite de 6 mois avant que le patient puisse en faire l'achat auprès d'un prestataire ou d'une officine (Pharmacie).

Informations sur le prix de l'appareil : Selon prestataire

Achat : (137 €)

Remboursement : (112 €), reste 50 € à la charge du patient.

Indications sur le prix des électrodes :

Le remboursement (5,18 €) pour 1 lot de 4 électrodes / 15 jours.

**Les consommables peuvent être prescrit**

**par le médecin traitant.**

# Présentation et mise en place des électrodes

Elles sont fabriquées avec du gel multi-usages, auto-collantes.

## Choix des électrodes :

Ronde Ø32 mm ou (réf. 281004) pour le visage,  
mains, pieds

Carré 50 X 50 mm (réf. 281006) pour les membres

Rectangulaire 50 X 90 mm (réf. 281007) pour le dos et  
80 X 130 mm (réf. 281009) pour les  
grandes surfaces.

**Ne pas tirer sur le câble pour décoller l'électrode  
de la surface de la peau.**