

CHATTANOOGA®

Lindra illamående biverkningsfritt



tenscefar.com

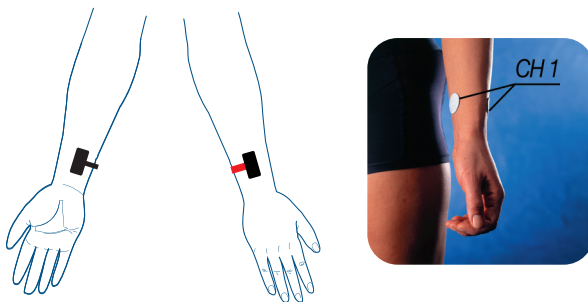
Lindra illamående biverkningsfritt

Illamående och kräkning är kroppens försvarsmekanismer när den vill skydda sig mot främmande ämnen. Illamående är ett vanligt och ofta plågsamt tillstånd i samband med operation, strålbehandling och cytostatikabehandling. TENS – Transkutan Elektrisk Nervstimulering (ibland kallad TNS) är en effektiv behandlingsform vid illamående som, i motsats till många mediciner, är helt biverkningsfri.

Vid illamåendebehandling med TENS används en stimulator som, via elektroder på huden, stimulerar akupunkturpunkter på armen med svaga impulser. Dessa akupunkturpunkter är inom traditionell kinesisk medicin kända för att påverka flera av kroppens system och ge positiva effekter som att lindra illamående. Dessa effekter har också bekräftats i moderna vetenskapliga studier.

För att få bästa möjliga resultat är det viktigt att TENS-behandlingen påbörjas så tidigt som möjligt dvs. innan operationen, strålbehandlingen eller cytostatikabehandlingen för att sedan direkt återupptas efter operationen resp. behandlingen.

Din vårdgivare placerar en elektrod på din ena underarms undersida och en elektrod på samma underarms ovasida. Se bild.



Sätt elektroden med det svarta stiftet på underarmens undersida ca. 3 fingrars bredd från handvecket.

När stimuleringen sätts igång ska du öka intensiteten på impulserna till dess att du känner en surrande, pirrande känsla. Ofta känns impulserna ut i fingrarna och fingrarna vibrerar lite. Stimuleringen ska kännas kraftigt men får inte vara smärtsam. Säg till din vårdgivare om det gör ont.

Behandlingstiden är 10 minuter/behandlingstillfälle och behandlingen upprepas varannan timme eller oftare vid behov.

För att behandlingen ska ge bra resultat är det viktigt att TENS-behandlingen ordinerar och utprovas av läkare, sjuksköterska eller sjukgymnast. Efter att din vårdgivare har visat dig hur behandlingen går till kan du fortsätta själv hemma. TENS-behandlingen är en personlig medicinsk ordination, låna därför inte ut TENS-stimulatore till någon annan.

OBS! Personer med pacemaker får inte behandlas med TENS.

KOM-I-HÅG för TENS-behandling hemma:

1. Tvätta huden med tvål och vatten, torka.
2. Sätt in kablarna i stimulatoren.
3. Anslut elektroder till kablarna.
4. Sätt elektroden med det svarta stiftet på underarmens undersida och elektroden med det röda stiftet på underarmens ovansida. Fukta elektrodernas klisteryta med ett par droppar vatten om de fäster dåligt.
5. Slå på stimulatoren och ställ in programmet.
6. Öka stimuleringen till dess att du känner en kraftigt surrande, pirrande känsla som ev. strålar ut i fingrarna.
7. Efter en stund vänjer sig kroppen och det känns mindre. Öka i så fall intensiteten tills det känns ordentligt igen.
8. Flytta aldrig elektroderna under pågående behandling.
9. Stimulera 10 min. varannan vaken timme eller vid behov.
10. Stäng av stimulatoren när behandlingstiden är slut.
11. Elektroderna kan sitta kvar på kroppen mellan behandlingarna. Förvara elektroderna på det vaxade papprets ON-sida. Elektroderna ska förvaras i försluten påse.





tenscefar.com

Var får jag tag på TENS?

Efter att din vårdgivare har visat dig hur TENS-stimulatoren fungerar kan du ofta kostnadsfritt få låna eller hyra en stimulator för behandling i hemmet. Det finns dock inget som hindrar att du köper din egen av oss eller från en av våra återförsäljare. Information finns på tenscefar.com

Mer information om metod och produkter hittar du på tenscefar.com

Fråga efter TENS nästa gång du besöker din vårdgivare!

CHATTANOOGA®

by

enovis™