CHATTANOOGA®

Lindre kvalme bivirkningsfritt



tenscefar.com

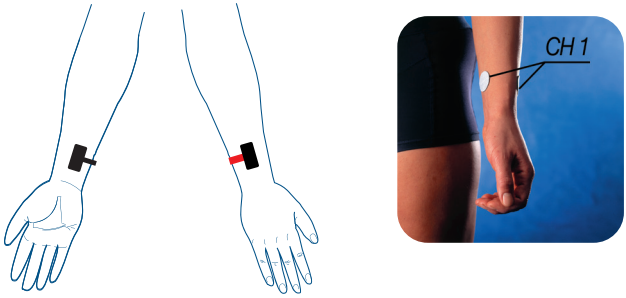
Lindre kvalme bivirkningsfritt

Kvalme og opkastning er kroppens forsvarsmekanismer når den vil beskytte sig mod fremmede stoffer. Kvalme er en almindelig og ofte ubehagelig tilstand i forbindelse med operation, strålebehandling og cytostatikabehandling. TENS – Transkutan Elektrisk Nervestimulering (kaldes også TNS) er en effektiv behandlingsform ved kvalme som, i modsætning til meget medicin, er helt bivirkningsfri.

Ved behandling af kvalme med TENS benyttes en stimulator som, via elektroder på huden, stimulerer akupunkturpunkter på armen med svage impulser. Disse akupunkturpunkter er i traditionel kinesisk medicin kendt for at påvirke flere af kroppens systemer og for at have positive virkninger som at lindre kvalme. Disse virkninger er også blevet bekræftet i moderne videnskabelige undersøgelser.

For at få de bedst mulige resultater er det vigtigt at TENS-behandlingen påbegyndes så tidligt som muligt, dvs. inden operationen, strålebehandlingen eller cytostatikabehandlingen, for derefter straks at blive genoptaget efter operationen hhv. behandlingen.

Din sundhedsperson placerer en elektrode på din ene underarms underside og en elektrode på samme underarms overside. Se billede.



Sæt elektroden med den sorte stift på underarmens underside ca. 3 fingerbredder fra håndleddet.

Når stimuleringen sættes i gang, skal du øge impulsernes intensitet indtil du føler en summende, prikkende fornemmelse. Impulserne føles ofte ud i fingrene, og fingrene vibrerer lidt. Stimuleringen skal føles kraftig, men må ikke være smertefuld. Fortæl din sundhedsperson hvis det gør ondt.

Behandlingstiden er 10 minutter/behandlingsgang, og behandlingen gentages hver anden time eller oftere ved behov.

For at behandlingen skal give gode resultater, er det vigtigt at TENSbehandlingen ordineres og afprøves af en læge, sygeplejerske eller fysioterapeut. Efter at din sundhedsperson har vist dig hvordan behandlingen foregår, kan du selv fortsætte derhjemme. TENSbehandlingen er en personlig medicinsk ordination, lån derfor ikke TENSstimulatoren ud til andre..

OBS! Personer med pacemaker må ikke behandles med TENS.

HUSK ved TENS-behandling derhjemme:



1. Afvask huden med vand og sæbe, tør huden.
2. Forbind kablerne til stimulatoren.
3. Forbind elektroder til kablerne.
4. Sæt elektroden med den sorte stift på underarmens underside og elektroden med den røde stift på underarmens overside. Fugt elektrodernes klæbeflade med et par dråber vand hvis de klæber dårligt.
5. Tænd stimulatoren, og indstil programmet.
6. Øg stimuleringen indtil du føler en kraftig summende, prikkende fornemmelse som evt. stråler ud i fingrene.
7. Efter et stykke tid vænner kroppen sig til det, og det mærkes mindre. Øg i så fald intensiteten til følelsen igen er kraftig.
8. Flyt aldrig elektroderne mens behandlingen er i gang.
9. Stimuler 10 min. hver anden vågen time eller ved behov.
10. Sluk for stimulatoren når behandlingstiden er slut.
11. Elektroderne kan blive siddende på kroppen mellem behandlingerne. Opbevar elektroderne på det voksede papirs ON-side. Elektroderne skal opbevares i en lukket pose.



tenscefar.com

Hvor kan jeg få en TENS-stimulator

Efter at din sundhedsperson har vist dig hvordan TENS-stimulatoren fungerer, kan du ofte låne en gratis eller leje den til behandling i hjemmet. Der er dog ikke noget til hinder for at du køber din egen hos os eller en af vores forhandlere.

Mere information om metoden og produkterne finder du på tenscefar.com

Spørg efter TENS næste gang du besøger din sundhedsperson!

CHATTANOOGA®
by
enovis™

ENOVIS/DJO Nordic AB – Murmansgatan 126 – 212 25 Malmø
T 89 88 48 57 – info.nordic@enovis.com – ENOVIS.dk