

TNS- Sähköinen kivunhoitomenetelmä (traskutaaninen hermostimulaattori)

Mihin TNS- hoitoa käytetään?

- Lyhytaikaiseen ja pitkäkestoiseen kipuun (esimerkiksi lihas- ja hermoperäinen kipu)
- Leikkauksen jälkeiseen kipuun

TNS- hoito vaikuttaa kehoon

- Estää selkäytimessä kipuviestin etenemistä aivoihin, jossa aistitaan kiputuntemuksia
- Saa aikaan mielihyvävaiikutuksen
- Parantaa verenkiertoa

Taskukokoinen TNS-kivunhoitolaite luovutetaan sinulle henkilökohtaiseen käyttöösi ja kokeiluun kipupoliklinikalta, jolloin tehdään kirjallinen **lainaussopimus**. Laina on potilaalle ilmainen. Laitteen pyydämme palauttamaan kipupkl:n.

Miten TNS- hoitoa otetaan?

- Laita kaapelit kiinni elektrodeihin (2 mustaa ja 2 punaista) ja hoitolaiteeseen. Hoitolaiteessa on kaksi itsenäistä kanavaa, jolloin kahta erityyppistä hoitovirtaa voidaan käyttää tarvittaessa yhtä aikaa tai erikseen.
- Jos sinulle on runsas ihokarvoitus, poista karvoitus ennen elektrodien kiinnitystä.
- Kiinnitä elektrodit puhtaalle, kuivalle iholle.
- Aloita hoito lisäämällä virtaa vähitellen (nuoli ylöspäin) niin, että hoito tuntuu miellyttävältä tai siedettävältä. Hoito saa aikaan voimakkaan, mutta miellyttävän tuntemuksen -"muurahaiset juoksevat". Hoito ei saa tuntua kipeältä. Virtaa voit säädellä kesken hoidon, pienentää (nuoli alaspäin).
- Hoitoaika aluksi 20 - 30 minuuttia. Lisää aikaa vähitellen 60 minuuttiin asti.
- Hoitokertoja vähintään 2 - 3 vuorokaudessa.
- Hoitoajan loputtua sammuta laitteesta virta.

- Irrota elektrodit iholta ja laita ne pakkauksessa mukana tulleelle suoja-alustalle sekä minigrip-pussiin.
- Tarvittaessa kostuta elektrodeja vedellä, jotta ne pysyvät kiinnityskykyisinä pidempään. Elektrodit ovat monikäyttöisiä.
- Kun hoitolaitetta ei käytetä, kaapelit voidaan kietoa kevyesti hoitolaitteen ympäri.

Huomioitavaa

Hoitolaite toimii kahdella akkuparistolla AA. Näytölle ilmestyy pariston kuva, kun on aika vaihtaa paristot

Kokeile aluksi TNS-hoitoa ainakin 3-5 kertaa. Jos hoito ei tunnu auttavan, kokeile muita virtamuotoja ja/tai vaihda tarra elektrodien paikkaa. Pienikin elektrodien paikan vaihdos voi olla oleellinen, että saat hyvän vasteen. Jos et koe hoitoa omaksesi, palauta TNS-laite kipupoliklinikalle.

Hoidon aikana voit liikkua ja tehdä kevyitä askareita (ei tarkkuutta vaativia toimintoja esimerkiksi autolla ajoa tai fyysisesti rasittavaa työtä). Paras vaste tulee kuitenkin, kun olet mahdollisimman rentoutuneessa tilassa esim. sohvalla istuen tai maaten.

Älä hoida laitteen avulla kaulan aluetta, koska se voi laskea verenpainetta.

Sydämentahdistin ja kipustimulaattori potilaille hoitoa ei anneta laitteiston alueelle.

Älkää jättäkö hoitolaitetta lasten ulottuville.

Hoitoa annetaan lääkärin yksilöllisten ohjeiden mukaan. Älä lainaa hoitolaitetta ulkopuolisille.

Hoitolaite puhdistetaan ja huolletaan laina-ajan päätyttyä kipupoliklinikalla.

Palautus Sairaana Novan 1.krs. Info tiskille laina-ajan päätyttyä.

Jos teillä on ongelmia tai kysyttävää, ottakaa yhteys kipupoliklinikkaan.

Kipupoliklinikka Puhelin: 014 269 5358 klo 9-14