



TENS

TENS eli suomeksi transkutaaninen elektroninen hermostimulaatio on ihon läpi tapahtuvaa hermojen ärsytystä sähköisesti. TENS on hyvin tutkittu ja eniten käytetty sähkökipu hoitomenetelmä ja sen vaikuttavuudesta on myös olemassa tutkimuksellista näyttöä. Käytännössä TENS –hoito on helppo toteuttaa ja se tapahtuu asettelemalla virtaelektrodeja ihon pinnalle kipualueen ympärille. Hoitoa voidaan tehostaa käyttämällä hyväksi akupunktuuripisteitä ja neulojen läpi annettavaa virtaa. Raskaana oleville ja sydäntahdistinpotilaille tämä hoitomuoto ei kuitenkaan sovi.

TENS:n käyttöaiheita ovat krooniset hermovauriokivut ja erilaiset tuki- ja liikuntaelinten kiputilat, mukaanlukien pitkäaikaiset nivelsairaudet, kuten nivelten jäykkyys ja nivelrikko. Myös sokeritaudin liitännäissairautena syntynyttä alaraajojen hermokipua voidaan TENS:llä lievittää ja sitä voidaan kokeilla myös muissa raajojen kiputiloissa (esim., polven nivelrikko ja hermojuurivaurioiden jälkitilat). Osaavan henkilön järjestämän perehdytyksen jälkeen TENS on mahdollista toteuttaa myös itsehoitona.

JALKAHOITOKESKUKSESSA TENS HOIDOLLA SAAVUTETAAN PARHAITA TULOKSIA

- plantaari faskiitin eli kantapään kiputilojen hoidossa
- hallus valguksen eli vaivasenluun kiputilojen hoidossa
- Nilkka- polvikipujen hoidossa
- Säärialueen kiputilojen hoidossa
- Lonkan ja alaselän kipujen hoidossa
- Iskiashermon kiputilojen hoidossa

Kaikista kipuhoidot varataan hoitolaan henkilökohtaisesti, ei online palvelun kautta. Saat myös TENS-laitteen kotiin vuokralle jotta hoidon vaikutus olisi mahdollisimman tehokas-