

Behandling af daginkontinens med TENS

TENS står for **transkutan elektrisk nervestimulation**. TENS er et apparat, der via en bestemt type strøm på huden stimulerer nervebanerne, der styrer urinblære og urinrør.

TENS-apparatet er i kombination med evt. medicinsk behandling et behandlingstilbud til børn og unge med en overaktiv blære. Behandlingen kan dog ikke stå alene. Den suppleres af gode væske- og vandladningsvaner – gerne med faste vandladningstider.

Vær opmærksom på

Brug TENS-apparatet om dagen

Brug TENS-apparatet om dagen, mens barnet er vågent. Barnet må gerne bevæge sig frit rundt, mens apparatet er i brug. Det er dog bedst med rolige lege.

Vær opmærksom på, at apparatet ikke må komme i kontakt med vand. Brug TENS i 2 timer hver dag i 10 uger.

Sådan gør du

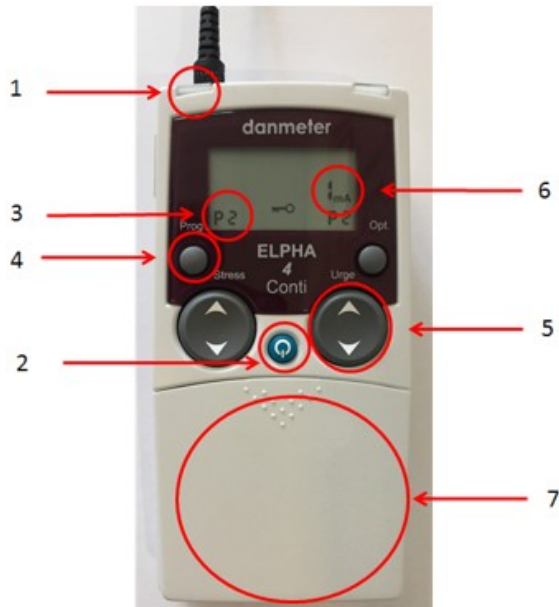
Sådan bruger du TENS-apparatet

Du sætter elektroderne fast ved at placere dem på ryggen med en fingerbredde på hver side af ryggraden lige over det sted, hvor balderne begynder.

Husk altid at sætte elektroderne på, inden TENS-apparatet startes, og lad være med at tage elektroderne af, mens apparatet er tændt.



På billedet og i teksten herunder får du forklaret, hvordan apparatet virker, og hvordan du skal gøre.



Sådan starter du apparatet

- Kobl elektroderne til ledningen. Det betyder ikke noget, hvilken elektrode der kommer i hvilket stik.
- Ledningerne kobles til det venstre stik på apparatet (1).
- Når elektroderne er koblet til apparatet, tænder du på knappen (2).
- Apparatet er indstillet til program 2 (der står P2 to steder på displayet).
- Hvis du kommer til at skifte program, kan du komme tilbage til P2-programmet ved at holde programknappen (4) nede, indtil der igen står P2.
- TENS-apparatets funktioner låses fast cirka 20 sekunder, efter at det er indstillet og startet.
- På displayet vises et ikon med en nøgle. Dette er for at forhindre, at der ved et uheld bliver ændret på indstillingen, mens barnet har TENS-apparatet på, fx under leg. Når apparatet låses (nøgle vises i displayet), kan du låse det op ved at holde knappen (5) med pilene nedad inde i 2 sekunder.
- Start stimulationen ved at trykke på knappen på højre side (5) med pilen opad. Herved stiger mA tallet på displayet (6), og stikket blinker (1).
- Skru så højt op for mA som muligt. Dog ikke højere end til et niveau lige under, hvor det gør ondt, og under alle omstændigheder ikke over 40mA. Det må aldrig gøre ondt på barnet.

Sådan slukker du for apparatet

Hvis du skal slukke for TENS-apparatet, skal du holde 'Tænd/sluk'-knappen inde (2).

Husk altid at skrue ned og slukke for TENS-apparatet, før du tager elektroderne af dit barn.

Husk dette efter brug af apparatet

- Sæt elektroderne tilbage på plastikpladen efter brug.
- Genbrug elektroderne, indtil de ikke klister mere (efter cirka 1-2 uger). Smid dem så ud og tag nye i brug.
- Rengør apparatet med en fugtig klud.

Sådan gør du, hvis apparatet ikke virker

- Tjek, om ledningen er presset helt ind.
- Er ledningen knækket lige over stikket, skal du sætte en ny i. Kontakt os, hvis du får brug for flere, end du har fået udleveret.
- Hvis skærmen 'fryser', og du ikke kan skrue op, så skru lidt ned og derefter op igen.
- TENS-apparatet bruger et 9 volts-batteri. Hvis batteriet løber tør, kan du skifte det ved at fjerne låget på forsiden af apparatet (7). Apparatet viser billede af et batteri i displayet, hvis det skal skiftes.

Kontakt og mere viden

Har du spørgsmål til behandlingen, er du velkommen til at kontakte os.

**Videnscenter for Børn og Unge med Urininkontinens**

Tlf. 97 66 34 00 (tast 2)

Vi træffes bedst: Mandag – fredag 8.00 – 15.00

E-mail: borneinkontinens@RN.dk