

Intérêt de la Neurostimulation électrique transcutanée (TENS) dans le traitement des douleurs de la personne âgée

Théorie et pratique

RRDBN – OMEDIT

Sensibilisation formation aux professionnels d'EHPAD

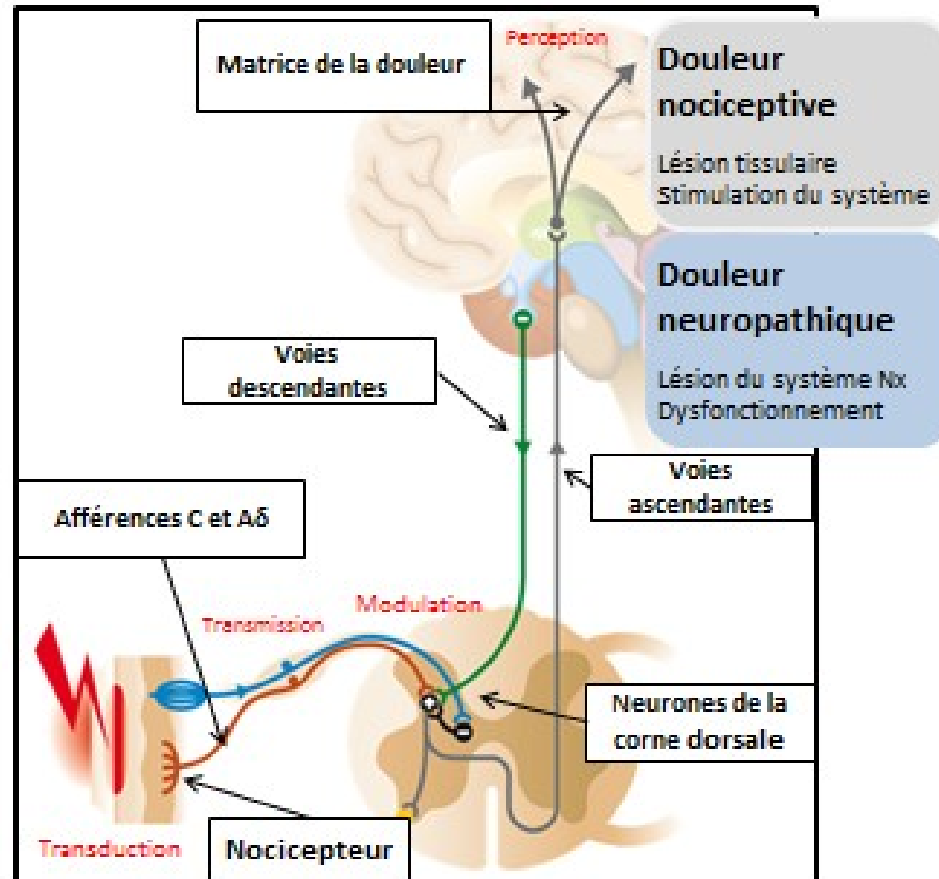
Neurostimulation électrique transcutanée

- **Définition TENS :**
 - Méthode d'analgésie non médicamenteuse
 - Agissant par renforcement des contrôles de la douleur
 - Et/ou par blocage de transmission du message nociceptif
- **Historique :**
 - Vient de la théorie du Gate Control (1965)
 - Intérêt rapportée dès 1967
 - Remboursement CPAM depuis **2000** (prescription structure douleur) – en cours de révision

Intérêt de la TENS

- **Traitement non médicamenteux**
- **Douleurs d'étendue limitée**
- **Simplicité d'utilisation**
- **Auto-utilisation possible**
- **Innocuité en dehors de rares contre-indications**

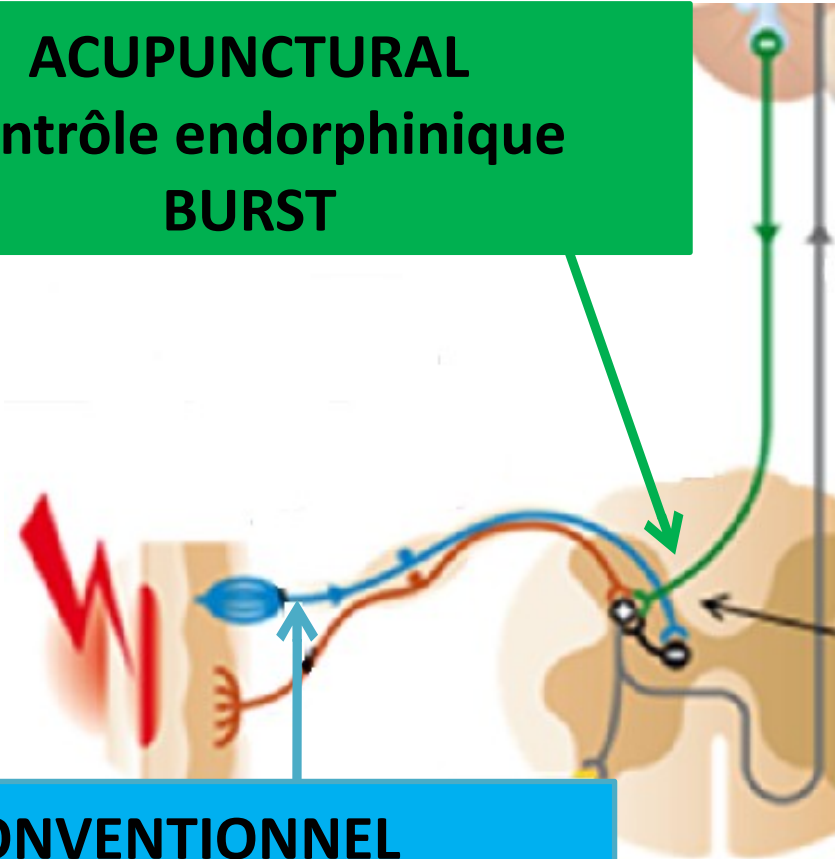
Voies et mécanismes de la douleur



2 modes d'action

ACUPUNCTURAL
Contrôle endorphinique
BURST

CONVENTIONNEL
Contrôle de la porte
Contre stimulation



Contre-indications

- **Contre-indications :**
 - Pacemaker
 - Stimulation en regard du sinus carotidien
- **Non indications :**
 - Douleur neuropathique centrale
- **Précautions d'emploi**
 - Troubles cognitifs
 - Troubles sensitifs (allodynie, hypo anesthésie)
 - Lésions cutanées

Indications

- **Principalement :**
 - Douleur neuropathique périphérique d'étendue limitée avec troubles sensitifs modérés
- **Douleur neuropathique périphérique :**
 - Radiculalgie (Sciatalgie, cruralgie...)
 - Douleur post-zostérienne
 - Membre fantôme
 - Neuropathies périphériques

Indications

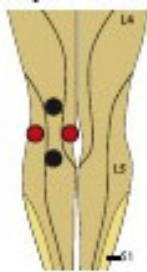
- **Douleur nociceptive :**
 - Rachialgies
 - Douleur musculaire
 - Artérite
 - Douleur arthrosique (genou...)...
 - Post-opératoire

En pratique

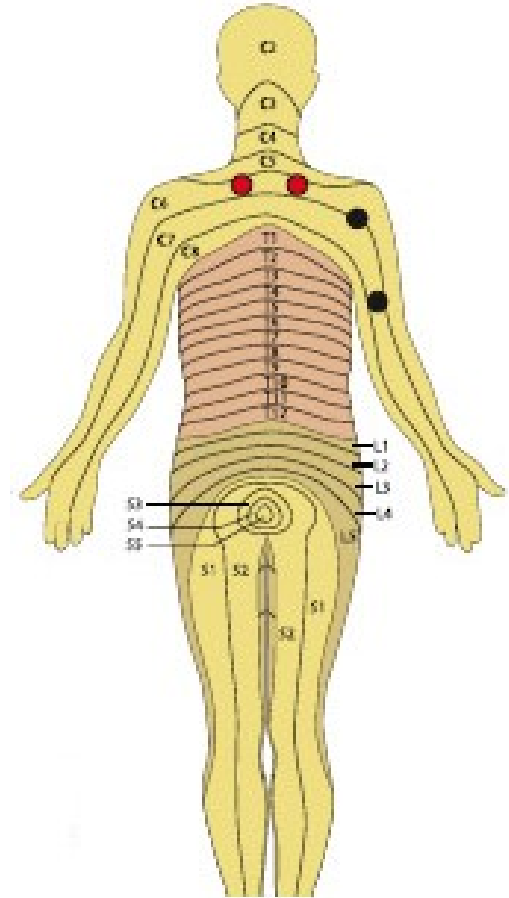
- **Evaluation de la douleur**
 - Localisation, caractères, horaires, intensité
 - Retentissement
 - Traitements en cours, efficacité, tolérance
- **Indication TENS ?**
- **Sur prescription médicale**
 - Médecin d'EHPAD
 - En lien avec la structure douleur chronique du territoire

En pratique : où ?

- **Autour de la zone douloureuse**



- **Sur le trajet de la douleur**
 - En encadrant la douleur
 - A distance de la zone douloureuse



En pratique : quelle stimulation ?

- **Conventionnelle = 80 -120Hz**
 - Sensations perçues : fourmillements
 - En première intention, souvent mieux supporté
 - Douleurs neuropathiques surtout
- **Acupunctural = 2Hz**
 - Sensations perçues : battements
 - Deuxième intention
- **La sensation perçue ne doit jamais être douloureuse**


En pratique : accompagnement

- **2 à 3 séances tests**
 - Positionnement des électrodes
 - Tester plusieurs modes de stimulation
 - Consignes à rédiger
- **Evaluation :**
 - Compréhension de la technique
 - Efficacité : douleur et retentissement fonctionnel
 - Tolérance cutanée
- **Recours structure douleur chronique si besoin**
 - IDE douleur (téléphone/ visioconférence)

En pratique : au quotidien

- **SE REFERER aux consignes des séances TEST**
 - **Localisation de la zone à traiter :**
 - Territoire
 - Matériel
 - Taille des électrodes
 - **Durée des séances :**
 - 30 à 60 minutes voire plus
 - **Nombre de séances :**
 - 2 à 3 séances par jour en début de traitement
 - À évaluer selon efficacité, post-effet et tolérance

Ex : fiche de consignes et de suivi

 **La neurostimulation transcutanée (TENS)
à visée antalgique**
Information soignant et Consignes pour les séances

ALC | CRLD (Réseau Régional Douleur de Bordeaux) | V1 | 06/06/2018

Le : NOM / PRENOM :
Date de naissance :


Médecin de référence de la personne Dr :
Médécin de la SDC : Dr :
Infirmier(e) ressource douleur de la SDC
Mr / Mme
Tel de l'infirmier(e) :
Tel secrétariat :

MODALITES ET REGLAGES DE VOTRE APPAREIL

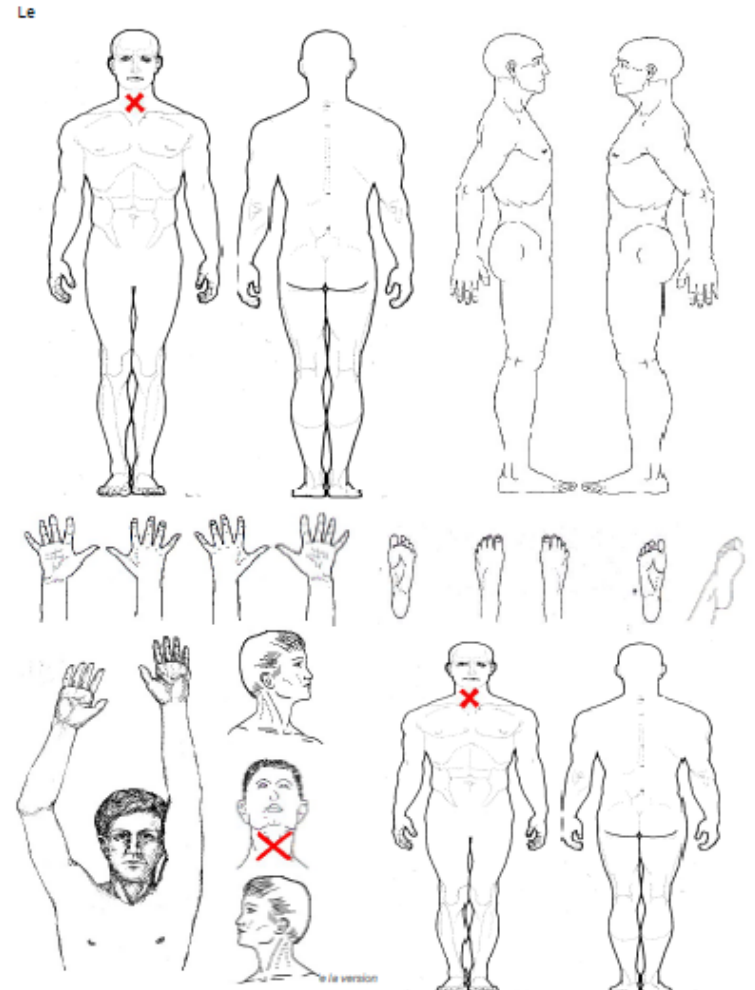
Rythmes des séances : Durée des séances :

Programmes, paramètres :

Autres informations ou remarques :

 **La neurostimulation transcutanée (TENS)
à visée antalgique**
Information soignant et Consignes pour les séances

ALC | CRLD (Réseau Régional Douleur de Bordeaux) | V1 | 06/06/2018



Vos Rendez-vous : Merci de rapporter votre matériel et ce document à chaque consultation

Le matériel



En pratique : déroulement d'une séance

- **Début de séance** - Se référer aux consignes :
 - Choisir la taille d'électrodes adaptée à la situation et les brancher aux câbles
 - Poser les électrodes sur peau saine et propre
 - Brancher l'autre extrémité des câbles à l'appareil
 - Allumer l'appareil
 - Vérifier le programme à utiliser
 - Ajuster l'intensité de la sensation au niveau du ressenti du patient ;

la sensation doit être perçue mais non douloureuse et sans contraction musculaire

- **Fin de la séance** :
 - Eteindre l'appareil
 - Débrancher les électrodes, les câbles, l'appareil
 - Reposer les électrodes sur leurs supports et les conserver dans une pièce fraîche (ou à domicile dans le bac à légumes du réfrigérateur)

Consigner les évaluations des séances dans le dossier

DUREE D'UNE SEANCE : environ 1H00

(entre 30 minutes et 1H30)

Références

- Documents Réseau Régional Douleur en basse Normandie
- Fiche signalétique CH Avranches-Granville
- Photos appareils de neurostimulation et schémas de pose – SCHWAMEDICO – CEFAR
- Rédaction diaporama : Dr LE CAER C F. BACLESSE – Mme LE CHEVALIER IRD CH Avranches – Granville / Cellule réseau régional douleur