

# **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

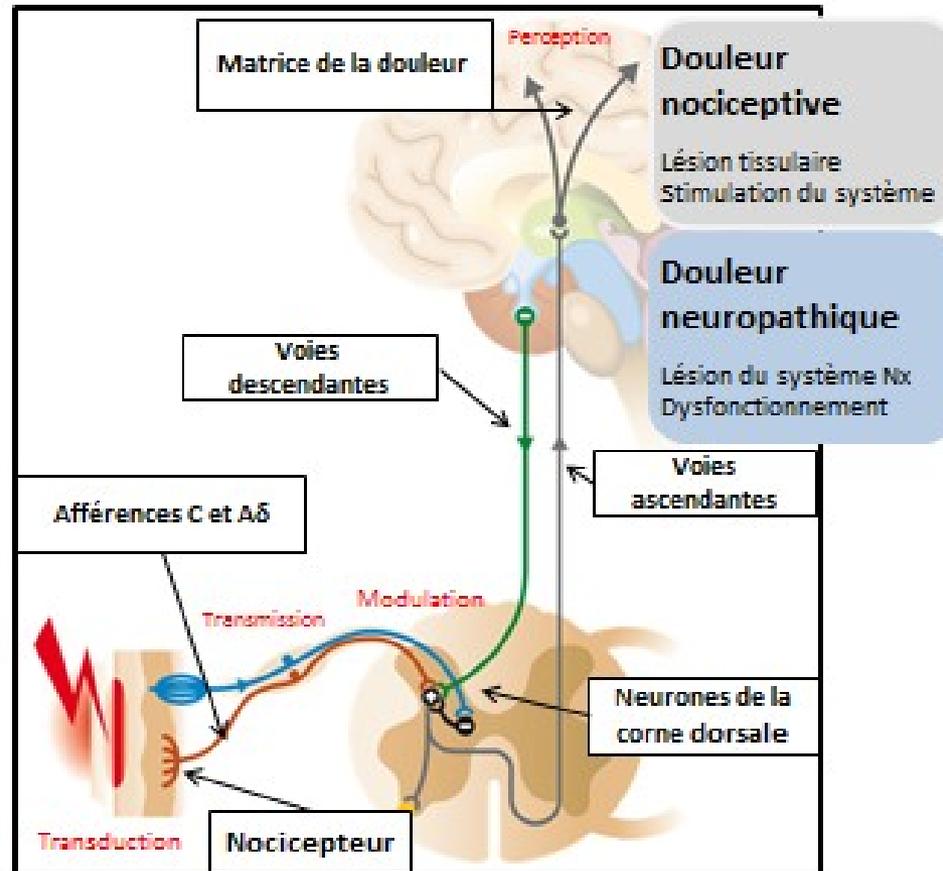
# Neurostimulation électrique transcutanée

- **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**

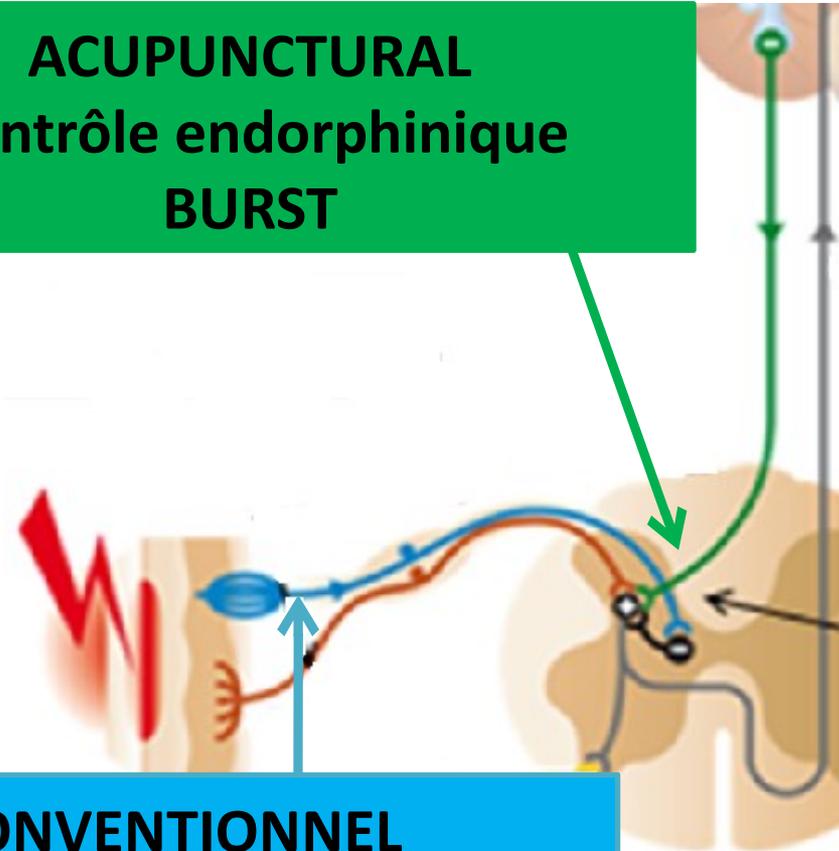
# Voies et mécanismes de la douleur



# 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

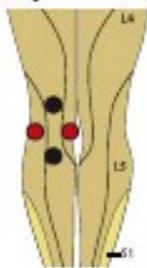
- **Douleur nociceptive :**
  - Rachialgies
  - Douleur musculaire
  - Artérite
  - Douleur arthrosique (genou...)...
  - Post-opératoire

# En pratique

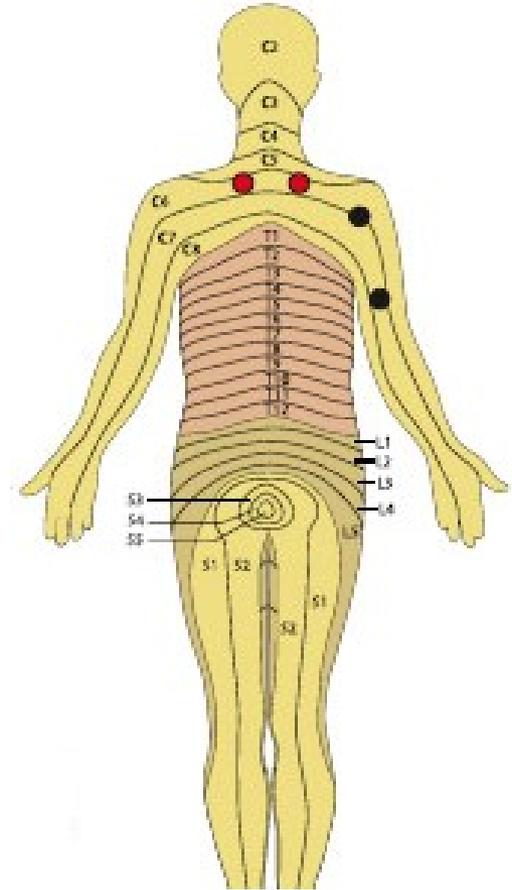
- **Evaluation de la douleur**
  - Localisation, caractères, horaires, intensité
  - Retentissement
  - Traitements en cours, efficacité, tolérance
- **Indication TENS ?**
- **Sur prescription médicale**
  - Médecin d'EHPAD
  - En lien avec la structure douleur chronique du territoire

# 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 | CRDO (Service Régional Douleur de Bordeaux) | V1 | 09/06/2018

**Le :** NOM / PRENOM :  
 Date de naissance :

**Médecin de référence de la personne** : **Médecin de la SDC :**  
 Dr : Dr

**Infirmier(e) ressource douleur de la SDC**  
 Mr / Mme  
 Tel de l'infirmier(e) :  
 Tel secrétariat :

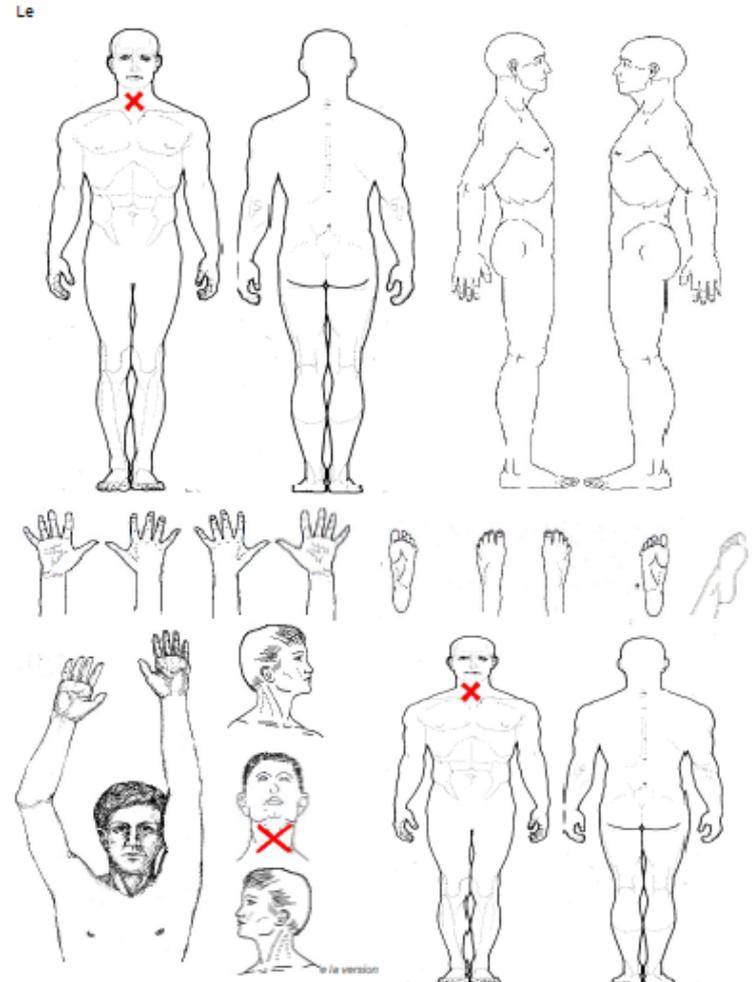
**MODALITES ET REGLAGES DE VOTRE APPAREIL**

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 | CRDO (Service Régional Douleur de Bordeaux) | V1 | 09/06/2018



**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