

 HELSE BERGEN Haukeland universitetssjukehus	Retningslinje for primærhelsetjenesten: utprøving og utlevering av apparat til transcutan elektrisk nervestimulering (TENS)	
Kategori: Kliniske støttefunksjoner/Behandlingshjelpemidler	Gyldig fra/til: 30.10.2024/[]	
Organisatorisk plassering: Helse Bergen HF/Fellesdokumenter/Kliniske støttefunksjoner	Versjon: 1.01	
Godkjenner: Flindt, Camilla	Retningslinje	
Dok. ansvarlig: Seksjon for smertebehandling/BHM	Dok.id: D80235	

Innhold

1	Bakgrunn	1
2	Utprøving	1
3	Søknad	2
4	Forankring	2
5	Utprøvingslogg	3

1 Bakgrunn

Helse Bergen HF har ansvar for å levere nødvendig medisinsk utstyr og forbruksmateriell til behandling i hjemmet når behandling er igangsatt av lege i spesialisthelsetjenesten, legespesialist med Helse Vest-avtale eller andre aktører som helseforetaket har avtale med. I Helse Bergen er det vurdert av Seksjon for Smertebehandling at fysioterapeuter med kommunalt driftstilskudd ved behov skal kunne søke om TENS apparat og tilhørende forbruksmateriell til sine pasienter. For å få godkjent søknaden, må visse kriterier for utprøving oppfylles, og disse beskrives i denne retningslinjen som er utarbeidet i samarbeid mellom Seksjon for smertebehandling og Enhet for behandlingshjelpemidler (BHM). Søknaden behandles ved Seksjon for smertebehandling. Dersom kriterier er oppfylt og søknad godkjennes, sendes det henvisning til BHM for utlevering av apparat med forbruksmateriell.

2 Utprøving

Det stilles krav om at behandling skal være utprøvd med oppnådd effekt før eventuell utlevering av apparat fra spesialisthelsetjenesten. Pasienten må ha et apparat hjemme for utprøving. Apparat og forbruksmateriell til utprøvsperioden må fremskaffes av aktuell fysioterapeut/klinikk. Effekten noteres etter hver behandling. Behandlingen forutsetter pasientens samarbeid.

Varighet av utprøving er to uker.

- Indikasjoner: Smerter i ledd og muskulatur, nevropatiske smerter og i noen tilfeller av viscerale smerter, som for eksempel endometriose.
- Elektrodeplassing: Elektroder plasseres i det smertefulle området dersom hudens sensibilitet er intakt. I områder med allodyni plasseres elektrodene i smertens umiddelbare nærhet, i dermatom eller i nervens forløp. Ved manglende effekt endres elektrodeplassing.
- Program: Høyfrekvent strøm (80 - 120 Hz) anbefales, enten modulert eller kontinuerlig. Muskulære smerter kan muligvis også påvirkes av program med blandet høy/lav frekvens.

- Dosering: Ved pågående smerter (TENS har ingen forebyggende effekt), minimum 60 minutter om gangen. Ved behandling i ansiktet må pulsbredden reduseres til 60 mA. Behandling med programmer som innebærer muskelkontraksjon skal ikke vare lengre enn 45 minutter om gangen slik at en sikrer restitusjon.

Ved oppnådd effekt (f.eks. mindre smerter, økt funksjon, økt aktivitet) kan det søkes om apparat til utlån.

3 Søknad

Fysioterapeut kan søke om apparat til utlån.

Skjema finnes på www.behandlingshjelpemidler.no og sendes til BHM per post.

[Skjema – Utlån av behandlingshjelpemidler – Behandlingshjelpemidler](#)

Søknadsskjema må inneholde følgende opplysninger:

- ICD-10 diagnosekode og indikasjon
 - Varighet og resultat av utprøving
- Spesifiser fra dato til dato, dosering, behandlingsparametre og effekt.
Utpøvingslogg kan med fordel legges ved søknadsskjema.

Ved manglende dokumentasjon vil ikke søknaden bli godkjent.

Ved innvilget utlån av apparat, kan nødvendig forbruksmateriell som elektroder bestilles fra BHM.

Pasienten må informeres om at apparatet er Helse Bergen sin eiendom og at apparatet skal returneres til BHM når det ikke lenger er i bruk.

Behandler er ansvarlig for at informasjonen gis pasienten.

4 Forankring

Retningslinjen er utarbeidet i samarbeid mellom Seksjon for Smertebehandling og Enhet for behandlingshjelpemidler, oktober 2024.

Christina Holler

Spesialfysioterapeut/ansvarlig

Ansvarlig for godkjenning, v/Seksjon for smertebehandling

Aarid Olsen

Spesialfysioterapeut

Ansvarlig for godkjenning, v/Seksjon for smertebehandling

Camilla Flindt

Seksjonsleder - Kliniske fag

Enhet for Behandlingshjelpemidler (BHM)

5 Utprøvsingslogg

Utprøving av TENS til egen behandling

TENS har flere virkningsmekanismer når det gjelder å dempe smerteopplevelse, og det er ulikt fra person til person hva som slår inn hos den enkelte. Det er derfor viktig at du i denne utprøvingstiden kartlegger hva som fungerer best for deg. Utprøvingen innebærer f.eks. at du bruker apparatet på ulike tidspunkt på døgnet, prøver deg frem med å sette elektrodene på forskjellige aktuelle punkter, og at du kartlegger hvorvidt det er mest nyttig å ha apparatet på mens du er fysisk aktiv eller når du skal hvile. Tabellen under kan du bruke som en utprøvsingsdagbok, der du noterer deg hvordan du har brukt apparatet og hvilken effekt du opplevde mens du brukte det. Legg tabellen slik at den er lett tilgjengelig og det blir enklest mulig for deg å fylle inn. Ta med deg tabellen når du møter til oppfølgingstimen der du skal levere inn apparatet. Basert på de erfaringene du har gjort deg, vil du da få videre råd om bruken av TENS dersom det blir aktuelt å søke om et apparat til varig utlån.

	Ukedag, klokkeslett fra-til	Program, elektrodeplassing	Aktivitet/hvile	Opplevd virkning
Dag X	Eks: Mandag, kl. 16:00-18:00	Eks: P11, to elektroder på hver sin side av kneet	Eks: Hvile etter middag, så under husarbeid	Eks: Avledet fra smertene under hvile, mindre smerter under husarbeid
Dag 1				
Dag 2				
Dag 3				
Dag 4				
Dag 5				
Dag 6				
Dag 7				
Dag 8				

Dag 9				
Dag 10				
Dag 11				
Dag 12				
Dag 13				
Dag 14				

Lykke til med utprøvingen!!

PS: Bruk gjerne plassen på arket her til å notere deg eventuelle spørsmål som du ønsker å få svar på når du kommer til oppfølgingstime:

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.