



Van PTNS naar TENS

U heeft nu 12 PTNS behandelingen op de afdeling Urologie gehad met een positief effect op uw klachten aan uw blaas. In overleg met de uroloog of continëntieverpleegkundige is besloten om over te gaan op TENS. Graag leggen we u uit hoe deze overgang gaat.

Het voordeel van TENS is dat u de behandeling zelf thuis kunt doen. Hiervoor krijgt u een afspraak bij de bekkenfysiotherapeut. Zij geeft u uitleg over het TENS apparaat, zodat u dit zelfstandig kunt gebruiken.

Als na een proefperiode (van ongeveer 3 weken) blijkt dat TENS voor u resultaat oplevert, dan kunt u besluiten een TENS apparaat aan te schaffen.

Wat is TENS?

TENS is een afkorting voor Transcutane Electro Neuro Stimulatie. Dit betekent dat een elektrisch stroompje door uw huid heen naar uw zenuwen gaat. Zo worden uw zenuwen gestimuleerd de blaas te beïnvloeden.

TENS bij een overactieve blaas

TENS kan een positief effect hebben op het aantal keren dat u per dag naar de wc gaat. Het kan ook effect hebben op het sterke aandranggevoel. Verder kunt u minder urine verliezen.

Het TENS apparaat is net zo groot als een mobiele telefoon. Het geeft een licht elektrische prikkel. U krijgt 2 zelfklevende elektroden op dezelfde plaatsen als bij de PTNS. Dit prikkelt de zenuw en remt de blaas af. Hierdoor wordt de blaas wat rustiger en trekt niet meer zo vaak samen. De aandrang neemt af en mogelijk verliest u minder urine.

Hoe ziet de behandeling eruit?

Studies geven aan dat behandeling met het TENS apparaat net zo effectief is als de PTNS. Voorwaarde is wel dat de elektroden op de goede plek zitten en dat u trouw de behandeling uitvoert. Daarvoor is een goede uitleg en zelfdiscipline nodig.

- Tijdens de eerste behandeling krijgt u uitleg over TENS apparaat.
- De bekkenfysiotherapeut stelt het apparaat voor u in en laat u zien en voelen hoe het werkt.
- Het verschil met de PTNS is dat op de plaats van de naald een zelfklevende elektrode komt. Daarom kunt u dit zelf thuis doen.
- U krijgt dit apparaat voor een afgesproken proefperiode in bruikleen.
- Vervolgens gaat u thuis het TENS apparaat gebruiken. Zo kunt u ervaren of TENS hetzelfde positieve effect voor u heeft als de PTNS.



De bekkenfysiotherapeut maakt met u een vervolgspraak en samen kunt u vervolgens besluiten of u een TENS apparaat gaat aanschaffen.

Wanneer is TENS niet geschikt?

- als u een pacemaker heeft of een ander elektronisch implantaat
- als u ernstige hartritmestoornissen heeft
- als u zwanger bent
- als er tumoractiviteit is tussen en bij de elektroden
- als PTNS bij u geen resultaat had

Vergoeding door zorgverzekeraar

De vergoeding van poliklinische fysiotherapie kunt u nalezen in uw zorgverzekeringspolis of neem contact op met uw zorgverzekeringsmaatschappij.

Het TENS apparaat kost € 129,-. Afhankelijk van uw verzekering krijgt u dit bedrag wel of niet vergoed.

Meer informatie

Heeft u nog vragen? Bel dan naar afdeling Fysiotherapie, Gelre ziekenhuizen Apeldoorn:

- maandag t/m vrijdag 8.30 – 12.00 uur
- tel: 055 - 581 84 71
- U kunt vragen naar één van de aanwezige bekkentherapeuten: Petra van Noordenburg en Margriet Schoonderwoerd.