

# TENS-behandling vid svårläkta sår

**Behandling med TENS (transkutan elektrisk nervstimulering) används för att lindra smärta genom att stimulera hudnära nerver med en svag, ofarlig elektrisk ström. TENS-behandling av sår ger, utöver smärtlindring, även ökad blodcirkulation och en antibakteriell effekt.**

TENS-behandling av sår ger bland annat:

- *Smärtlindring.* I stället för smärtimpulser från sårområdet upp till hjärnan skickas impulser från beröringsnerv vilket leder till att smärtan minskar. Ett smärtande sår läker långsammare eftersom adrenalin som kroppen själv producerar, hindrar att syre och näring transporteras till vävnaden.
- *Ökad blodcirkulation.* De elektriska impulserna vid TENS-behandling ger en cirkulationsökning som gör att läkningsprocessen av såret ökar. Blodcirkulationen kan öka ytterligare om patienten tack vare smärtlindringen blir mer rörlig. Hudtemperaturen kan öka cirka 2–5 grader.
- *Antibakteriell effekt.* Studier visar på en ökad tillförsel av leukocyter och fagocyter.

## Indikationer

TENS används på både arteriella och venösa sår eftersom det är mikrocirkulationen som förbättras i sårområdet, vilket är bra för bland annat reningsprocessen i såret.

## Kontraindikationer

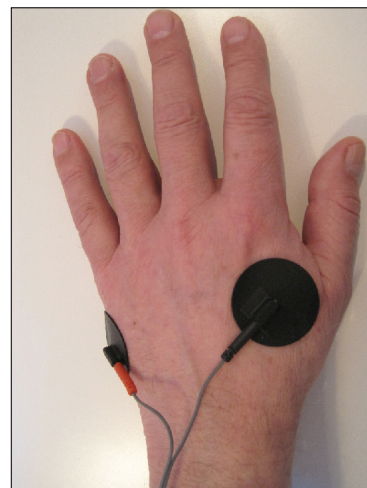
Personer som har pacemaker eller andra aktiva implantat ska *inte* behandlas med TENS.

## Behandlingsmetod (enligt Birger Kaada)

En liten elektrod placeras på akupunkturpunkten LI4 mellan tumme och pekfinger. Den andra elektroden placeras på akupunkturpunkten SI3 nedanför lillfingeret (se bilden). TENS-apparaten ställs in på lågfrekvent stimulering. Frekvensen ökas tills man får muskelryckningar i tumme, pekfinger och lillfinger utan att det känns obehagligt. Behandlingstid 30 minuter, två gånger per dag. Alternera höger och vänster hand.

## Att tänka på vid TENS-behandling

- TENS ersätter inte kärlkirurgiska åtgärder i de fall de behövs, eller annan adekvat sårbehandling.
- Fotografering/avritning av såret bör ske regelbundet.
- Såret kan vätska en del och bli större de första veckorna; det är vanligtvis ett resultat av upprepningsfasen.
- Antibiotikabehandling eller annan infektion utesluter inte att TENS kan användas.



Elektrodena placeras på två av handens akupunkturpunkter.

## Kontakt

Har ni frågor är ni välkomna att kontakta AVH-teamet vid Kungälv's sjukhus:  
tfn 0303-985 59,  
vardagar kl. 8.00–16.00.