

# TENS



PHILIPPE TASTET

Centre Hospitalier Intercommunal de Créteil

Service de Rééducation Fonctionnelle

40 avenue de Verdun

94 000 CRÉTEIL

N  
E  
U  
T  
R  
A  
N  
S  
C  
U  
T  
A  
N  
É  
E  
  
S  
T  
I  
M  
U  
L  
A  
T  
I  
O  
N  
  
É  
L  
E  
C  
T  
R  
I  
Q  
U  
E



Service de Rééducation  
Fonctionnelle

# La Neurostimulation Transcutanée Électrique (TENS)

La Neurostimulation Transcutanée Électrique (TENS) est une technique qui consiste à utiliser un courant électrique afin de soulager la douleur.

MÉCANISME D'ACTION	GATE CONTROL (Effet antalgique rapide)	LIBÉRATION D'ENDORPHINES (Effet antalgique retardé, mais durable et diffus)
INDICATIONS	Douleur localisée Douleur neuropathique d'origine périphérique (Sciatalgie, cruralgie, douleur zona, NCB, névralgie Arnold)	Douleur chroniques, diffuses et globales
DURÉE	20 à 30 minutes Au minimum une séance par jour	45 min à 1h Nombre de séances en fonction des besoins des patients



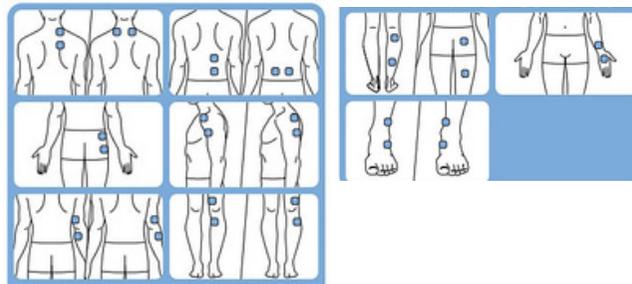
## Contre-indications

Région cutanée lésée, plaie ou insensibilisée ;  
Région cervicale antérieure et latérale ;  
Pacemaker, dispositif médical implantable actif ;  
Thrombose veineuse ou artérielle ;  
Femme enceinte ;  
Épilepsie ;  
Foyers tumoraux ou infectieux ;  
En regard d'une pièce métallique (prothèse).

## Effets secondaires

Brûlures ;  
Allergie aux électrodes.

## Conseils de placement des électrodes



Les électrodes doivent être placées à au moins 3 cm les unes des autres ;  
Sur les points douloureux (muscle) ou sur le trajet de la douleur (nerf).

## Prescription des TENS

La plupart des TENS délivrés en France font l'objet d'une prescription médicale, émises par un médecin généraliste ou spécialiste, et dans la majorité des cas, la prescription est émise par un médecin exerçant dans un CETD (Centre d'Évaluation et de Traitement de la Douleur).

Le remboursement des TENS est réservé aux prescriptions émises par les centres antidouleur labellisés et effectué selon l'arrêté du 24 août 2000 portant sur les appareils de neurostimulation électrique transcutanée.

Cet arrêté stipule :

- La nécessité d'une séance de test ;
- Une location de l'appareil pendant 6 mois avec un suivi à 1, 3 et 6 mois ;
- A l'issue de la période de location, une prescription d'achat de l'appareil