

Elektrodien asetteluohje
TENS-hoitoa varten

TensCare™

Tässä oppaassa kuvataan suosituksia elektrodien asetteluun erityyppisiin kipuihin. Kivun lievittämiseen ei kuitenkaan ole yhtä oikeaa elektrodien asettelua, joka sopisi kaikille. Kokeile useita eri asentoja ja paikkoja, kunnes löydät itsellesi parhaiten sopivan. Helpoin tapa on asettaa elektrodit kipeän alueen ympärille/lähelle.



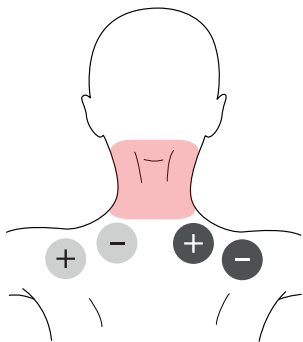
Kanava 1



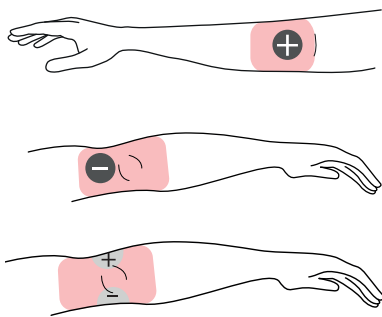
Kanava 2



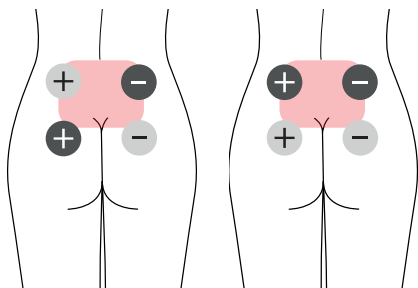
Kipualue



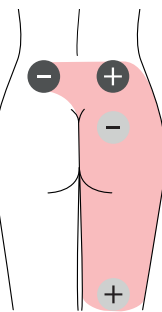
Niskakipu



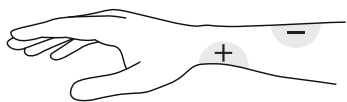
Kyynärpäkipu



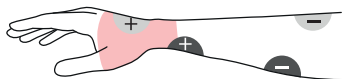
Alaselkä



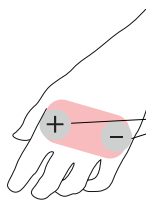
Iskias



Pahoinvointi



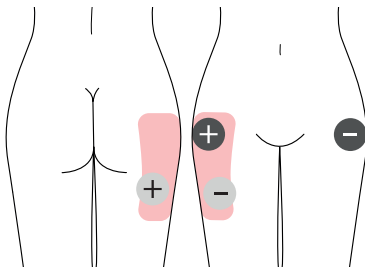
Rannekipu



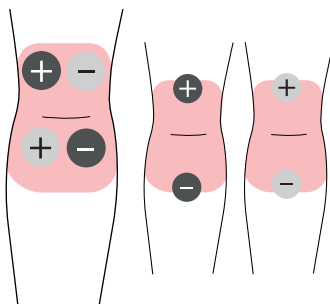
Raynaud'n ilmiö

Arat kohdat

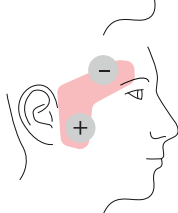
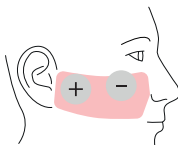
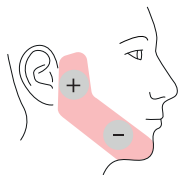
Etsi L14-akupunktiopisteet



Lonkkakipu

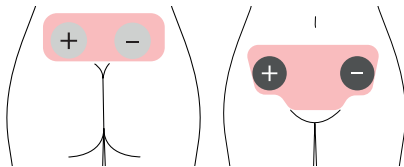


Polvikipu

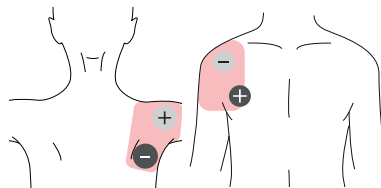


Kolmoishermostäry

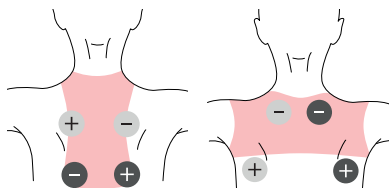
VAROITUS: Älä aseta elektrodeja silmille.
Se saattaa aiheuttaa näköongelmia
sekä aiheuttaa päänsärkyä.



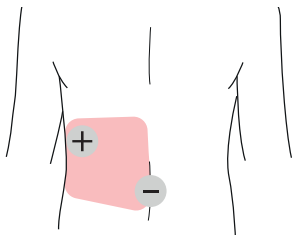
Kuukautiskipu



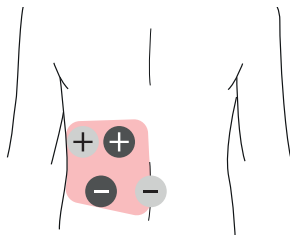
Hartiakipu



Yläselän kipu

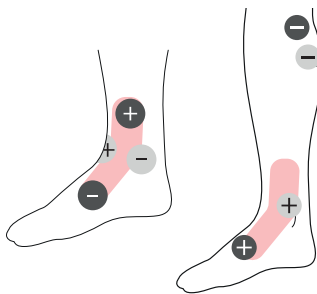


Vyöruusu – kaksi elektrodiä



Vyöruusu – neljä elektrodiä

Jos alue on liian herkkä, voit yrittää stimuloida kehon vastakkaista puolta kipuun (peilikuvavaikutus).



Nilkan ja jalkapöydän kipu

Ylempi elektrodi on polven alapuolella sääriluun yläosassa.