

СТИМУЛЯЦИЯ ЗАДНЕГО БОЛЬШЕБЕРЦОВОГО НЕРВА

Процедуру проводят на пустой мочевой пузырь.

В период лечения для достижения лучшего эффекта стоит избегать употребление продуктов, раздражающих мочевой пузырь, особенно на ночь (кофеин, алкоголь, газированные напитки).

Подготовка к процедуре:

- полностью прочтите инструкцию
- сядьте удобно, необходимо, чтобы ноги были расслаблены, для этого под колени можно подложить валик
- предварительно продезинфицируйте место, куда накладываются электроды

Прикрепление поверхностных электродов:

1. Снимите пластиковую заднюю подложку с одного из поверхностных электродов и прикрепите его к внутренней поверхности голени, между лодыжкой и пяткой.
2. Снимите пластиковую заднюю подложку с другого поверхностного электрода и прикрепите его примерно на 5 см (максимум до 10 см) выше первого электрода, убедившись, что они не соприкасаются.
3. Гель на водной основе может помочь обеспечить лучший контакт, уменьшая сопротивление между электродами и кожей, что, в свою очередь, улучшает передачу электрического сигнала.
4. Подсоедините черный провод к нижнему электроду и крепко прижмите его.
5. Подсоедините красный провод к верхнему электроду и также крепко прижмите его.



Запуск стимуляции:

6. Включите машину стимуляции.

7. Используйте кнопку "+" для увеличения интенсивности стимуляции.
8. Когда вы начнете чувствовать сгибание большого пальца или других пальцев ног, уменьшите интенсивность немного, пока она не станет комфортной, без сгибания или дрожания пальцев.
9. В течение 30-минутной сессии вы можете продолжать регулировать интенсивность с помощью кнопок "+" и "-" для поддержания комфорта.

* Вы можете регулировать амплитуду в диапазоне от 25 мА до 50 мА.

Схема лечения:

- начальная терапия длится 6 недель, проводится 3 раза в неделю, продолжительность процедуры 30 минут
- При необходимости продолжительность курса лечения и частота сеансов могут быть изменены в зависимости от результатов лечения.
- если у вас есть вопросы, обсудите их со своим терапевтом

По окончании сессии стимуляции:

10. Электрический ток отключится по истечении 30 минут.
11. Отсоедините красный и черный провода от электродов, аккуратно снимите электроды и наденьте на пластиковое основание обратно, чтобы сохранить их влажными и в хорошем состоянии для будущего использования.

Пожалуйста, обратите внимание, что важно следовать конкретным инструкциям, предоставленным с вашим устройством, так как эти шаги могут различаться в зависимости от марки и модели электрической стимуляционной машины, которую вы используете. Кроме того, если у вас есть проблемы со здоровьем или вопросы, проконсультируйтесь с медицинским специалистом перед использованием подобных устройств.

Противопоказания: лечение с помощью TPTNS противопоказано лицам с кардиостимуляторами или имплантируемыми дефибрилляторами, со злокачественными заболеваниями, лицам, склонным к чрезмерному кровотечению, лицам с повреждением периферических нервов, а также беременным или планирующим забеременеть во время лечения, с металлическими имплантатами в зоне лечения.

Не проводите процедуру при простуде, в период обострения хронических заболеваний, при сильной головной боли, во время менструаций.

Jelena Eklund, fysioterapeut