Na rynku można spotkać wiele elektrostymulatorów TENS przeznaczonych do uśmierzania różnych rodzajów bólów, głównie do leczenia neuralgii, bólów przewlekłych i innych. W przypadku bólów porodowych mogą one nie przynieść pożądanych efektów, gdyż nie zawierają gotowych modeli stymulacji (typ fali, rodzaj uderzeń impulsami itd.), które są najkorzystniejsze przy bólach porodowych.

Poza tym, szczególne okoliczności i charakter pojawiania się bólów podczas porodu wymagają, aby stosowanie stymulatora było proste i odpowiednio zautomatyzowane. Dobrej klasy stymulatory TENS dedykowane do porodów powinny posiadać następujące cechy funkcjonalne:

- Wyodrębnione programy stymulacji na okres pomiędzy skurczami (odstęp) i sam moment skurczu
  (przy okazji aparat taki może mierzyć czasy skurczu/odstępu i nie trzeba stosować stopera)
- Zróżnicowanie programów w zależności od stopnia zaawansowania terapii
- Wykorzystanie wszystkich mechanizmów przeciwbólowych (bramka bólowa, wydzielanie endorfin)
- Specjalny przycisk (tzw. „BOOST”) na ekstremalny ból. Powinien dodatkowo stosować mechanizm „krótki intensywny TENS” (brief intense TENS) z możliwością kontrolowanego stopniowania mocy sygnału.
- Alarm złego kontaktowania elektrod oraz odpowiednie zabezpieczenie przed gwałtownym prądem po ponownym przyłożeniu elektrod.
- Pamięć ostatnio używanego programu stymulacji po dłuższej przerwie, ale z zastosowaniem zmniejszonej intensywności sygnału.
- Zastosowanie „bezpiecznych” elektrod, które nie ulegają rozłączeniu podczas gwałtownych ruchów i nie narażają rodzącej na bezpośredni kontakt z wtyczką do elektrody. Najlepszym rozwiązaniem, dającym największe bezpieczeństwo rodzącej są elektrody zintegrowane już na stałe z przewodem, który podłączany jest bezpośrednio do elektrostymulatora.

Obecnie na rynku są dostępne małe aparaty TENS (wielkość telefonu komórkowego), specjalnie przeznaczone do uśmierzania bólu podczas akcji porodowej. Jednym z nich jest aparat **mamaTENS My Time** firmy TensCare, zawierający programy specjalnie dobrane do zwalczania bólu porodowego. Zastosowanie sprzętu dedykowanego, z fabrycznie ustawionymi programami stymulacji, sprawdzonych przy porodach wydaje się tu rozwiązaniem generalnie zalecanym. Eksperymentowanie w zakresie zmian wartości parametrów długości i amplitudy impulsów w przypadku lekarzy praktyków, posiadających jedynie ogólną

wiedzę z zakresu elektrostymulacji i posiadających aparaty, stosowane raczej w terapii TENS bólów somatycznych, towarzyszącym chorobom przewlekłym lub urazom wydaje się błędne i nieetyczne.
W aparatach dedykowanych do porodu, parametry zostały określone fabrycznie, we współpracy z położnikami, położnymi i rodzącymi.

Innym rozwiązaniem jest zakup aparatu bardziej wszechstronnego, który wśród wielu oferowanych programów posiada również program dedykowany specjalnie do porodu. Po urodzeniu dziecka będzie mógł być wykorzystywany do innych celów jako typowy aparat TENS. Wartym polecenia rozwiązaniem jest tu **elektrostymulator okołoporodowy MediHighTec MH8200P**, który jest już stosowany w Polskich szpitalach lub jest też nabywany indywidualnie przez rodzące pacjentki.



Posiada on programy dostosowane do łagodzenia różnych dolegliwości bólowych występujących zarówno przed porodem, jak i po porodzie. Specjalny program porodowy pozwala na wykorzystanie dodatkowego **ręcznego przycisku** podłączanego odrębnym przewodem do aparatu i służącego do różnicowania intensywności stymulacji. Takie rozwiązanie jest po prostu bardziej wygodne dla rodzącej kobiety, która podczas trwania zasadniczej akcji porodowej nie potrafi się jednocześnie koncentrować na obsłudze dodatkowego urządzenia. Gdy do dyspozycji ma prosty przycisk, wówczas kontrola bólu za pomocą TENS staje się dużo prostsza i tym samym bardziej efektywna.

Do urządzenia zaleca się dokupić specjalne elektrody, które są od razu zintegrowane już z przewodem doprowadzającym, dzięki czemu podczas gwałtownych ruchów w trakcie porodu nie dojdzie do odpięcia się elektrod od przewodów.

Dodatkową i bardzo cenną zaletą aparatu **MediHighTec MH8200P** jest możliwość stosowania programu ze stymulacją EMS, czyli do stymulacji nerwowo-mięśniowej. Stymulacja EMS jest bardzo efektywną metodą leczenia nietrzymania moczu

spowodowanego osłabieniem mięśni dna miednicy mniejszej, co jest częstą przypadłością występującą po urodzeniu dziecka. Aby zastosować stymulację EMS należy dokupić jeszcze sondę dopochwową. Znajdujące się na sondzie elektrody aplikują łagodne impulsy elektryczne, które zmuszają mięśnie miednicy do skurczy, co zwiększa ich sprawność oraz siłę.

Powiązane artykuły:

1. Bóle miesiączkowe a terapia TENS
2. Czym są prądy TENS?
3. Rodzaje impulsów w terapii TENS
4. Stosowanie elektroterapii TENS
5. Akomodacja
6. TENS w trakcie porodów w badaniach klinicznych
7. TENS jako alternatywa dla farmakoterapii
8. Czym jest ból ?
9. TENS w urazach sportowych
10. Bóle porodowe a prądy TENS