Nie wiesz na jaki się zdecydować aparat do terapii przeciwbólowej TENS?

W większości przypadków nawet najprostsze urządzenie TENS może okazać się zupełnie wystarczające. W dalszej części wyjaśnimy, co trzeba wziąć pod uwagę podczas wyboru urządzenia i przedstawimy kilka najbardziej popularnych modeli. Mamy nadzieję, że każdy znajdzie dla siebie najlepszy aparat TENS.

Najważniejsze czynniki, które należy wziąć pod uwagę przy zakupie elektrostymulatora TENS:

- **Zróżnicowanie impulsów** – w bardziej przewlekłych dolegliwościach bólowych i przy częstym stosowaniu TENS istotne jest, aby różnicować charakter prądów TENS, co pozwoli zapobiec zjawisku habituacji. Chodzi o to, aby organizm nie przyzwyczaił się do bodźca, gdyż po jakimś czasie może przestać na niego reagować. Nie zawsze jednak powinniśmy kierować się zasadą, im więcej programów tym lepiej. Ważne jest jeszcze to, aby urządzenie oferowało odmienne tryby stymulacji, **istotnie** różniące się charakterem impulsów, a także aby dawało możliwość modyfikacji parametrów.
- **Wygoda użytkowania** – oczywiście, wszyscy producenci aparatów TENS starają się zaprojektować urządzenie łatwe w obsłudze. Jeśli jednak urządzenie posiada więcej możliwości zmian parametrów, to nie dla każdego użytkownika może to się okazać proste. Dlatego przed zakupem, warto czasami zapoznać się z **instrukcją obsługi**, która powinna być dostępna na stronie internetowej produktu.
- **Zasilanie** – przenośne aparaty TENS są zasilane albo z baterii (najczęściej), którą po kilku-kilkunastu zabiegach trzeba wymienić albo są zasilane z akumulatora, który zawsze można doładować. Baterie można oczywiście zastąpić akumulatorkami (zakupionymi oddzielnie), ale pamiętajmy tu tylko, że okres pracy na jednym ładowaniu akumulatorów jest krótszy niż okres pracy baterii. Jeśli aparat jest sprzedawany jako akumulatorowy, to posiada wtedy w komplecie odrębną ładowarkę zasilaną z sieci.
  Niektóre modele mają możliwość podłączenia **zasilacza bezpośrednio** do urządzenia, co pozwala na niemartwienie się o stan akumulatora/baterii, a jedynym mankamentem tego jest dodatkowy kabel wychodzący z urządzenia i ograniczona mobilność.
- **Nie tylko TENS** – spotykane na rynku aparaty do elektrostymulacji oferują często kilka rodzajów stymulacji. Najczęściej spotyka się kombinację **TENS+EMS**, gdzie oprócz terapii przeciwbólowej możemy korzystać ze

stymulacji nerwowo-mięśniowej do wzmacniania i rozbudowy mięśni. Dlatego warto się zastanowić nad dołożeniem kilkudziesięciu złotych, aby korzystać z bardziej uniwersalnego rozwiązania do stymulacji.
Niektóre aparaty oferują również inne rodzaje stymulacji, które podobnie jak TENS są pomocne w leczeniu dolegliwości bólowych, dzięki czemu działają bardziej kompleksowo. Chodzi tu przede wszystkim o prądy interferencyjne oraz mikroprądy. Chociaż cena tych urządzeń jest dużo wyższa, to jest to i tak wydatek dużo niższy w porównaniu z kosztami zabiegów ponoszonych na wizyty w zakładach fizjoterapii.

Elektrostymulator SaneoTENS firmy tizMedizintechnik



- Wygodny i popularny aparat do zabiegów TENS w warunkach domowych.
- 19 zróżnicowanych programów, w tym 3 z możliwością indywidualnego dostosowania do swoich potrzeb.
- 2 niezależne kanały stymulacji.
- Zasilany z pojemnej baterii 9V (można ją zastąpić akumulatorem i zaopatrzyć się w specjalną ładowarkę).
- Łatwy w użyciu i duży czytelny ekran.
- Nie wymaga specjalnej wiedzy dotyczącej ustawienia parametrów.

Elektrostymulator Perfect TENS firmy Tenscare



- Zaprojektowany specjalnie do skutecznego łagodzenia bólu metodą TENS.
- Posiada 8 programów preinstalowanych i jeden manualny.
- Szeroki zakres zróżnicowania parametrów.
- Dobór parametrów warto skonsultować z lekarzem lub rehabilitantem.
- Bardzo trwałe i niezawodne urządzenie do terapii TENS.

Elektrostymulator R-C4D firmy Roovjoy



- Jeden z najtańszych dwukanałowych aparatów do terapii TENS+EMS na rynku.
- Niezwykle proste w użyciu urządzenie.
- 22 programów zabiegowych do TENS, EMS i masażu.
- Możliwość indywidualnego skonfigurowania programów własnych TENS oraz EMS.
- Zasilany bateryjnie.

Elektrostymulator SPORTS TENS 2 firmy TensCare



- Hit rynkowy wśród elektrostymulatorów TENS+EMS. Rozbudowany głównie pod kątem stymulacji EMS.
- 12 programów TENS w tym 2 manualne.
- 3×11 programów EMS (6 manualnych) z fazą rozgrzewki i schładzania.
- 10 programów do masażu.
- Zasilany wyłącznie z akumulatora.
- Praktyczne rozwiązanie do mocowania przewodów.

Elektrostymulator UNIPRO firmy TensCare



- Wszechstronny elektrostymulator oferujący aż 4 rodzaje stymulacji.
- 12 programów TENS (2 manualne), w tym stymulacja Han’a,
- 4 programy IFT – prądy interferencyjne (wszystkie manualne, w rozbiciu jeszcze na 4- i 2-polowe),

- 4 programy MIC – mikroprądy (1 manualny)
- 4×12 programów EMS (12 manualnych) z fazą rozgrzewki i schładzania.
- Doskonały w kompleksowych terapiach przeciwbólowych a także do rozbudowy mięśni.
- Zasilany zarówno z wydajnego akumulatora jak i z zasilacza sieciowego (tylko IFT).
- Kolorowy ekran i wygodne przyciski.

Brak powiązanych artykułów.