

LA NEUROSTIMULATION ELECTRIQUE TRANSCUTANEE UNE THÉRAPIE ANTALGIQUE NON-MÉDICAMENTEUSE

La **neurostimulation électrique transcutanée** (ou TENS, de l'anglais *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation*) est une technique d'analgésie non médicamenteuse utilisée depuis plus de 30 ans dans la prise en charge des douleurs chroniques. Elle fait aujourd'hui partie des **traitements de première ligne** dans les douleurs neuropathiques périphériques localisées. Elle est réalisée à l'aide d'un stimulateur électrique relié par deux câbles ou connecté à des électrodes autocollantes appliquées sur la peau. La TENS repose sur la mise en jeu des systèmes naturels de contrôle de la douleur fondée sur 2 mécanismes :

- Stimulation conventionnelle ou Gate Control
- Stimulation endorphinique

La TENS est proposée **en alternative ou en complément** à un traitement médicamenteux des douleurs chroniques. Elle présente aussi l'avantage de **rendre le patient autonome** dans la prise en charge de ses douleurs.

L'efficacité de la TENS est subordonnée à la personnalisation de la mise en place de la technique, de son apprentissage et du suivi adapté au patient.

Cadre de mise la mise en œuvre de la TENS : Cf texte HAS SEPTEMBRE 2019

La TENS peut être remboursée par la sécurité sociale seulement selon certaines conditions :

- **Prescription réservée aux médecins exerçant dans une structure de traitement de la douleur chronique**, ou aux médecins ayant validé un Diplôme Universitaire de prise en charge de la douleur ou une Capacité d'évaluation et de traitement de la douleur, ou aux médecins qualifiés ayant validés un DES comprenant une formation à l'électrothérapie.
- **Obligation d'un apprentissage par un soignant formé à la technique** (titulaire d'un Diplôme Universitaire Douleur) **avec réalisation de séances test.**
- **Nécessité d'un suivi de l'efficacité de la technique à 1, 3 et 6 mois avant l'achat du matériel puis 6 mois après l'achat** par l'équipe de la structure de douleur chronique qui a initialisé la technique.

Indications principales de la thérapie par TENS :

- Douleurs neuropathiques périphériques localisées (cicatricielles, post-zostériennes, du moignon & membre fantôme, ...)
- Douleurs radiculaires cervico-brachiales
- Lombosciatalgie chronique
- Lombocruralgie
- Lombalgie chronique / cervicalgie chronique
- Algoneurodystrophie (SDRC 1)
- Syndrome fibromyalgique
- Douleurs myofasciales
- Douleurs pelvi-périnéales
- Céphalées de tension / Migraines
- Névralgie du trijumeau, d'Arnold ou occipitale

Contre-indications à la neurostimulation électrique transcutanée

- Application sur une région cutanée lésée ou insensibilisée.
- Application sur les régions : cervicale antérieure, thoracique, des sinus carotidiens, de l'abdomen chez la femme enceinte.
- Utilisation en présence d'un dispositif médical implantable actif.
- Utilisation durant un électrocardiogramme ou un électroencéphalogramme.
- Thrombose veineuse ou artérielle ou thrombophlébite.

Texte de référence :

- HAS avis du 3 septembre 2019 de la COMMISSION NATIONALE D'ÉVALUATION DES DISPOSITIFS MÉDICAUX ET DES TECHNOLOGIES DE SANTÉ
- Document d'information SCHWAMEDICO*