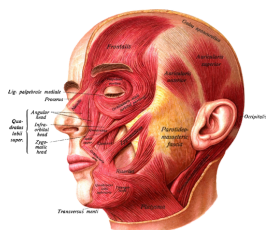




Elektrostymulacja TENS/EMS w logopedii

Zabieg elektrostymulacji polega na przepływie prądu o niskim natężeniu do pobudzenia nerwów i mięśni.

TENS (przezskórna stymulacja nerwowa) działa przeciwbólowo poprzez stymulowanie zakończeń nerwowych znajdujących się w skórze. Prąd o niskiej częstotliwości generowany przez elektrostymulator stymuluje nerwy obwodowe odpowiedzialne za odczuwanie temperatury, co zakłóca przepływ bodźców bólowych do mózgu (uniemożliwia to odczuwanie bólu) oraz powoduje zwiększoną produkcję beta-endorfin - hormonów, które działają przeciwbólowo i poprawiają nastrój.



EMS (elektrostymulacja mięśniowa) stymuluje nerwy motoryczne - pobudza mięśnie do naprzemiennego skurczu oraz relaksacji - efektem jest pobudzenie i wzmocnienie mięśni oraz wzmożone natlenienie tkanek.

W JAKIM CELU STOSUJE SIĘ ELEKTROSTYMULACJĘ TENS/EMS?

Elektrostymulację stosuje się w celu łagodzenia bólu, poprawy ukrwienia tkanek, wzmocnienia mięśni.

W terapii logopedycznej prądy TENS/EMS stosuje się m. in. w celach:

- stymulacji nerwowej sfery orofacjalnej, np. przy zaburzeniach czucia;
- pobudzenia i wzmocnienia mięśni sfery orofacjalnej tj. mięśnia okrężnego ust, mięśni żwaczy, policzkowych, jarzmowych, języka, podniebienia, nadgnykowych, podgnykowych, krtani...
- regulacji napięcia mięśniowego,
- rozluźnienia mięśni,
- wspomagająco poprawiając działanie aparatu artykulacyjnego, fonacyjnego i oddechowego.

WSKAZANIA DO ELEKTROSTYMULACJI m. in.

- porażenie nerwu twarzowego
- przy terapii zaburzeń połykania
- obniżona sprawność artykulatorów - warg, języka, podniebienia miękkiego
- zaburzenia napięcia mięśniowego
- wady wymowy
- rozszczepy wargi, podniebienia
- mowa nosowa
- mowa bezdźwięczna
- bruksizm
- po udarach mózgu
- porażenie mózgowe
- słaba motoryka kończyn
- zaburzeniach oddychania

CO CZUJE SIĘ PODCZAS ELEKTROSTYMULACJI TENS/EMS?

Najczęściej odczuwa się mrowienie, wibrację mięśni, skurcz mięśni w pobliżu elektrod lub nic się nie czuje.

Oprac. Karolina Jankiewicz (aktualizacja dok.: 30.03.2022)

Konsultacje merytoryczne: Grupa Elektrostymulacja w logopedii

Bibliografia:

<https://ecostim.pl/> [data dostępu 20.03.2022].

<http://elektrostymulacja.org/> [data dostępu: 27.03.2022].

<http://logospec.pl/elektrostymulacja-w-logopedii/>

Poradnik elektrostymulacji ver. 1.7 Ecstim © © 1997 Econova, Poland.

A. Kaczyńska, E. Wojewoda, Elektrostymulacja w logopedii [materiały szkoleniowe], Warszawa 2021.