

**endo**+**breizh.**

FILIÈRE DE SANTÉ BRETONNE POUR  
LA PRISE EN CHARGE DE L'ENDOMÉTRIOSE



# Neurostimulation électrique transcutanée et douleurs pelviennes

Dr Clémentine LEPICARD, médecin algologue

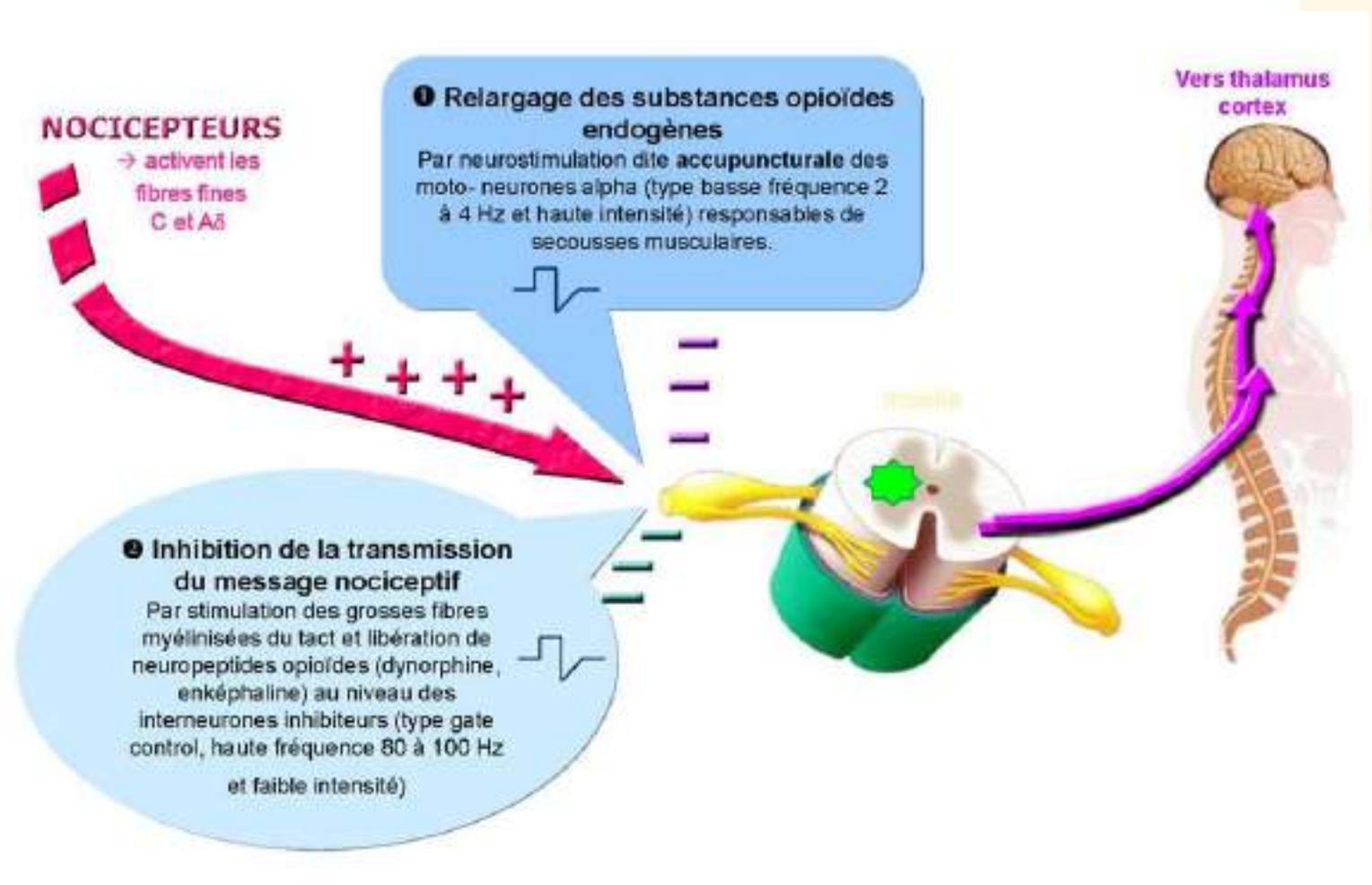
Laurence REPESSE, infirmière ressource  
douleur, sophrologue



CLINIQUE MUTUALISTE  
**LA SAGESSE**  
GROUPE **vyv**

# Qu'est-ce que c'est ?

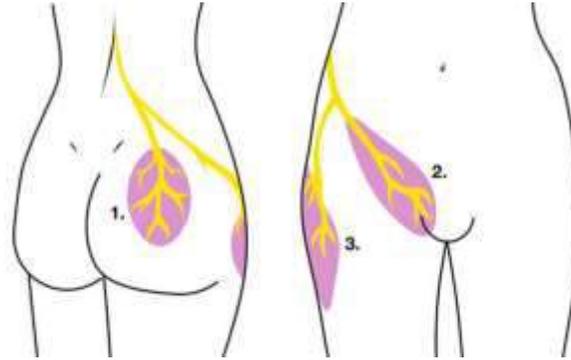
- Méthode d'analgésie non médicamenteuse basée sur la mise en jeu des systèmes naturels de contrôle de la douleur :
  - **L'effet « gate control » ou « porte » avec le programme de haute fréquence à effet immédiat :**  
l'électrostimulation TENS applique sur la zone douloureuse des courants électriques, ressentis comme des « fourmillements » ces signaux plus nombreux et plus rapides, passent en priorité par la porte et laissent sur le bas-côté les messages de la douleur.
  - **La stimulation endorphinique avec le programme de basse fréquence pour un effet anti-douleur durable :**  
Une stimulation électrique de basse fréquence pourra déclencher la libération d'endorphines de manière durable, **jusqu'à plusieurs heures après la stimulation**



# Les indications



Dysménorrhées



Douleurs projetées



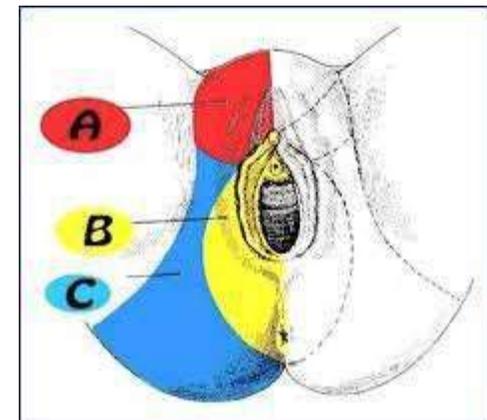
Douleur pelvienne  
chronique



Dyspareunies



Colopathie fonctionnelle



Neuropathies



# Les objectifs

- Améliorer la qualité de vie
- Diminuer la charge médicamenteuse
- Alternative non médicamenteuse





# Les contre indications

- Patient avec trouble psychiatrique sévère
- CI relative : patient porteur d'un dispositif médical implantable actif (stimulateur cardiaque asynchrone ou autre)
- Utilisation durant électrocardiogramme ou électroencéphalogramme
- En cas de thrombose veineuse profonde ou artérielle
- Sur les régions suivantes: Cervicale antérieure, thorax, abdomen des femmes enceintes, sinus carotidiens, région cutanée lésée ou insensibilisée.

# En pratique



Prescription initiale par algologue ou par médecin titulaire d'un DU douleur



Education thérapeutique par professionnel de santé formé à la douleur: séances test, choix appareil, réglages...



Location 6 mois, avec réévaluation avec le formateur initial  
(à 3 et 6 mois)

Prise en charge par la sécurité sociale (12 € par mois)



Achat après 6 mois.

Base de remboursement (si prescrit par structure douleur) : 112 €



Consommables prescrits par tout médecin (base de remboursement 5€18)

# Le matériel

- ActiTENS
- Tens eco 2
- Tens eco WIRELESS
- Cefar TENS



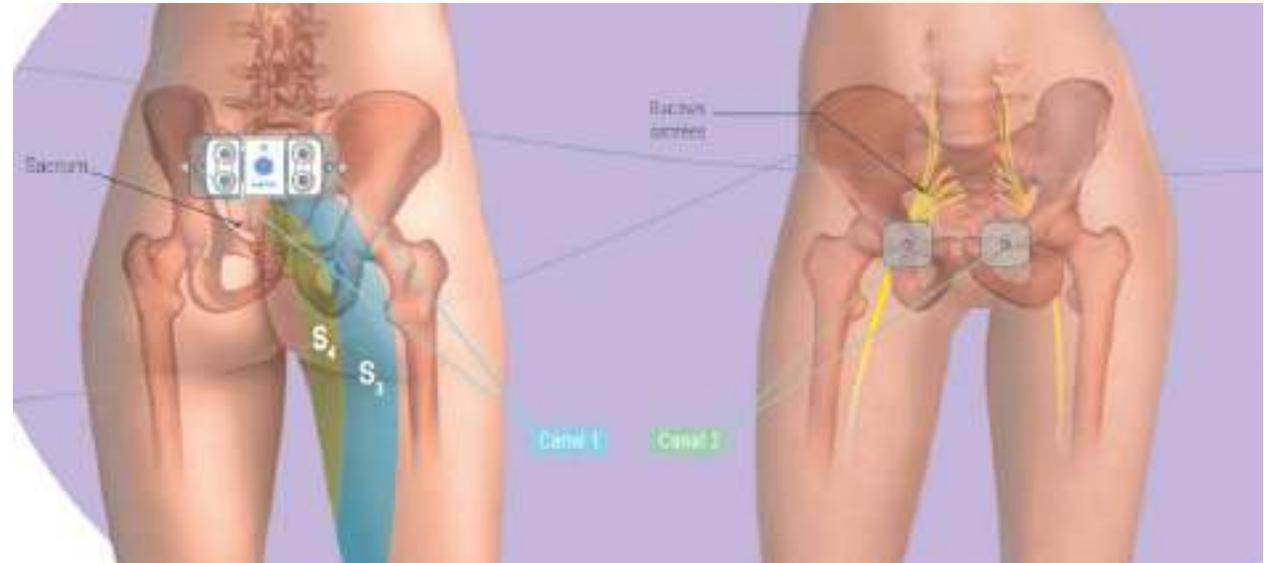
# Sites et modes de stimulation



Douleurs digestives associées

Ex de stimulation :

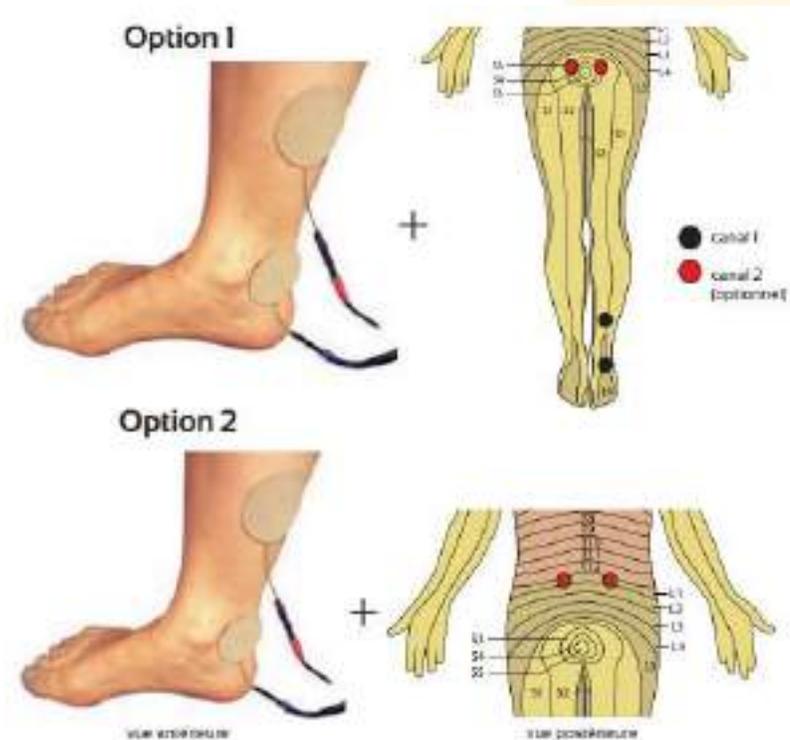
- Gate control P1 P2 autant que nécessaire
- P9 P10 ou P11 2 fois 30 min/j



2 électrodes sur les racines sacrées et deux électrodes abdominales

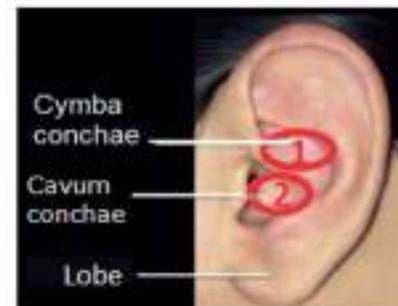
# Sites et modes de stimulation: Stimulation tibiale postérieure

- Indications : douleurs du périnée, douleurs pelvienne.
- Canal 1 : tibial postérieur (territoire métamérique superposable au territoire pudendal) associé à :
- Canal 2 : au niveau S3-S4, ou sur le trajet du nerf sciatique à l'arrière de la cuisse ou en L1-L2 (nerf génito-fémoral) ou T12-L1 (nerf iliohypogastrique et nerf ilio-inguinal)



# Sites et modes de stimulation: Stimulation du nerf vague

- Indications : SII, MICI
  - SII → anomalie de la balance sympatho-vagale avec hypotonie vagale
  - Effet anti-inflammatoire naturel (activation de la voie cholinergique antiTNF)
  - 1 à 2 séances de 30 min par jour
- Programme bien spécifique U3 25Hz 50μs
- Effet différé (2 mois)



# Dispositifs sans ordonnance



UrgoMoon

- 4 dispositifs dans le commerce
- Tarifs : de 70 euros à 150 euros, pas de prise en charge secu
- Dispositifs rechargeables, avec ou sans fils



BlueTENS



Beurer (fonction chaleur)



Livia

# Résultats

- HAS 2009

Résultats contradictoires

Pas d'étude randomisée contrôlée de haut niveau de preuve

Mais malgré le faible niveau de preuve, nombreux arguments en faveur : EI et risques faibles, essai possible avant prescription, souvent efficace (même si possible diminution dans le temps)

- HAS 2017 : recommandation pour l'endométriose

# Messages clés

- Importance de l'éducation thérapeutique
- Intérêt des dispositifs du commerce (dysménorrhées simples)
- Orienter vers les structures douleurs (PEC multidisciplinaire, basée sur modèle biopsychosocial)
- Peu de preuves, faute d'études randomisées, mais intérêt démontré en pratique courante et peu d'EI

