



Zaawansowana Terapia Neuro-Odruchowa Temprana jest nowatorską metodą rehabilitacji dzieci i dorosłych ze schorzeniami neurologicznymi oraz genetycznymi, opracowaną przez Dunkę Lone Sorensen.

Temprana łączy osiągnięcia współczesnej medycyny, tradycyjnej medycyny dalekowschodniej oraz wiedzy i doświadczenia Indian z Ameryki Południowej. Metoda jest kombinacją: neurorefleksologii twarzy, stóp i rąk, terapii mięśniowej, ?gimnastyki mózgu?, muzykoterapii i odpowiedniej diety.

Terapeuci Temprany nie posługują się żadnymi narzędziami, igłami etc. Rękoma stymulują akupunkty, zakończenia nerwowe, pobudzają mięśnie. Układ nerwowy jest systemem dynamicznym, stale się zmienia. Wiadomo, że sieci neuronowe rozwijają się w ciągu całego życia. Odpowiednie bodźcowanie przyspiesza regenerację struktur układu nerwowego. Techniki stosowane w Tempranie wpływają również na funkcjonowanie układów hormonalnego oraz odpornościowego. Terapia nie koliduje z żadnymi procedurami medycznymi.

Głównym celem Temprany jest osiągnięcie znacznej poprawy stanu zdrowia w dolegliwościach mających swoje źródło w komplikacjach okołoporodowych i urazach bądź też związanych z chorobami przewlekłymi. Terapia Temprana jest rekomendowana m.in. w: chorobach mózgowo-naczyniowych, epilepsji, przewlekłych uszkodzeniach mózgu, chorobach neuromotorycznych, chorobach podwzgórza, autyzmie, dystrofiach mięśniowych, stwardnieniu rozsianym, chorobach metabolicznych, dysfunkcjach narządów wzroku, słuchu i zaburzeniach mowy. Temprana redukuje nadaktywność, napięcia i niepokój, poprawia funkcje intelektualne i emocjonalne, co sprawia, że z powodzeniem jest stosowana u dzieci z problemami w nauce.

Twórczynią metody jest Dunka [Lone Sorensen](#), mająca za sobą blisko 30 lat pracy terapeutycznej w różnych krajach. Sorensen prowadzi Międzynarodowy Instytut Refleksologii Twarzy i Stóp (Instituto de Reflexologia Facial/Podal Internacional) w Barcelonie. Jest przewodniczącą stowarzyszenia Globalfacial Reflexology Network. Jej metody pracy zostały przyjęte w 2000 r. przez centrum rehabilitacji ?Filadelfia Kurhuset? w Danii (specjalistyczny ośrodek terapeutyczny dla osób z uszkodzeniami mózgu). Lone Sorensen otrzymała 3 tytuły honorowe od organizacji humanitarnej OMHS za wkład w rozwój refleksologii w Argentynie (marzec 2001). Sorensen naucza m.in. w Hiszpanii, Danii, Szwecji, Finlandii, Włoszech, Polsce, USA, Kanadzie, Czechach i Zjednoczonych Emiratach Arabskich.

Terapeuta Temprany, w odróżnieniu od pozostałych neurorefleksologów, potrafi zaplanować długotrwałą pracę z chorym. Często angażuje w terapię najbliższych. Wtedy to oni wykonują zabiegi, w ciężkich przypadkach nawet codziennie. Są one precyzyjnie przygotowane dla danej osoby. Taka forma pracy umożliwia pomoc osobom mieszkającym w dużej odległości od specjalisty, który stale nadzoruje przebieg terapii. A może ona trwać nawet kilka lat?

Dla efektu terapii niezwykle ważne jest podjęcie działań możliwie szybko po wystąpieniu objawów schorzenia. Stąd nazwa: Terapia Temprana (?wczesna terapia?). Mnogość stosowanych technik aktywizuje różne struktury organizmu, by w rezultacie przywrócić stan homeostazy. W trakcie terapii następuje poprawa sprawności ruchowej i intelektualnej oraz funkcjonowania narządów zmysłów. W afazji możemy osiągać poprawę mowy poprzez precyzyjne oddziaływanie na ośrodki Broki i Wernickiego. Znacząco zmniejsza się częstotliwość napadów padaczkowych u chorych na epilepsję. Są chorzy, u których dzięki Tempranie osiągnięto pełny sukces terapeutyczny: nie przyjmują leków przeciwpadaczkowych, nie mają objawów epilepsji. Znane są przypadki, gdy Terapia Temprana umożliwiła normalne funkcjonowanie dzieciom autystycznym. W zespołach genetycznych daje ona szansę wykorzystania w pełni potencjału i zdolności chorego. Opisano sytuacje, w których ani terapeuci ani lekarze czy też rehabilitanci nie spodziewali się w najśmielszych oczekiwaniach tak znacznej poprawy stanu zdrowia, jaki udało się osiągnąć dzięki Tempranie (patrz niżej).

Terapia pozwala poprawić stan zdrowia i jakość życia chorych i ich najbliższych, redukuje obciążenie leczeniem farmakologicznym, pomaga w problemach szkolnych i wychowawczych. Tak naprawdę Temprana może być zastosowana w każdym problemie dziecka. Wymaga to oczywiście bardzo indywidualnego podejścia.

Temprana jest stosowana z powodzeniem przez kilkudziesięciu terapeutów w krajach skandynawskich, Wielkiej Brytanii, Holandii, Hiszpanii, Meksyku i Japonii.

Cztery czynniki niezwykle ważne w Terapii Temprana:

1. Stymulacja rozpoczęta tak wcześnie jak to jest możliwe ? tuż po narodzinach dziecka, po urazie lub w momencie pojawienia się choroby. Im szybciej zastosowana jest terapia tym lepsze i szybsze efekty.
2. Częstotliwość wykonywania zabiegów: intensywność terapii zależy od danego przypadku; zazwyczaj zabiegi wykonuje się 3-7 razy w tygodniu przez 1-2 godziny dziennie.
3. Konsekwencja: stymulacja musi być regularna i może trwać miesiącami bądź latami, w zależności od indywidualnego przypadku.

4. Pełny profesjonalizm. Wyłącznie terapeuci Temprany mają rekomendację Instituto Reflexologia Facial w Barcelonie do przyuczania krewnych pacjentów do prowadzenia zabiegów w warunkach domowych (potrafią dokonać właściwej analizy stanu chorego oraz zaplanować długoterminową terapię).

Źródło: www.temprana.pl