

Craniosacral Therapie

Was ist Craniosacral-Therapie (SCT)?

Anfangs des 20. Jahrhunderts entwickelte Dr. w. G. Sutherland auf der Basis der Osteopathie die Craniosacrale Osteopathie (CSO). Daraus entstand eine immer feinere, behutsamere und vollkommenerere Methode (CST), mit deren Hilfe heute Therapeuten viele Menschen bei ihrem Heilungsprozess unterstützen.

Worauf stützt sich die CST?

Begriffe:

cranium = Schädel

sacrum = Kreuzbein

Dura mater = harte Hirnhaut

liquor cerebrospinalis = Gehirn-Rückenmark-Flüssigkeit

Gehirn und Rückenmark sind von einer Hülle (Dura) umgeben. Diese übt einerseits eine Schutzfunktion aus und gewährleistet andererseits die Zirkulation der cerebrospinalen Flüssigkeit. Diese Flüssigkeit schützt das Zentralnervensystem vor Stoss und Druck von aussen und spielt eine wichtige Rolle bei diversen Stoffwechselfvorgängen. Durch Druckunterschiede im System kommt ein Pulsieren zustande, das am ganzen Körper zu fühlen ist.

Grundlagen der CST:

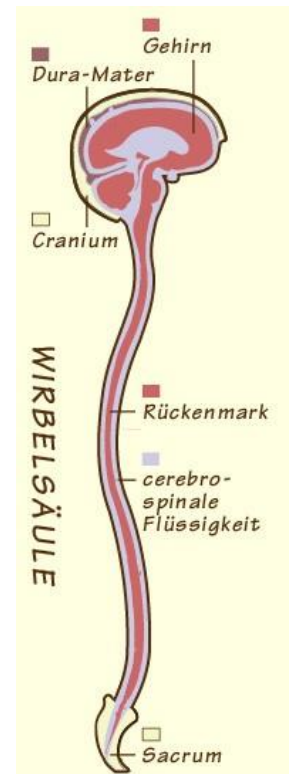
Dieses Pulsieren, das Dr. W. G. Sutherland «Lebensatem» («primäre Atmung», «Breath of Life») nannte und mit Ebbe und Flut (rhythmische Bewegungen) verglichen werden kann, liefert diagnostische wie auch therapeutische Informationen. Der «Lebensatem» ist direkt mit der Gewebeatmung des Zentralnervensystems verbunden, das die Lungenatmung (sekundäre Atmung) und die gesamten Körperfunktionen reguliert. Er wird gleichzeitig über Hirn- und Rückenmarkflüssigkeit in alle Zellen des ganzen Körpers verteilt, wo er die heilenden und ordnenden Kräfte organisiert und damit für unsere Gesundheit sorgt.

Es ist eine sanfte, manuelle und ganzheitliche Therapie, bei der mit grösster Sorgfalt, Achtsamkeit und Wertfreiheit der Persönlichkeit der Klienten begegnet wird. Die Craniosacral Praktizierenden unterstützen mit feinen manuellen Impulsen, welche eine Eigenregulierung des Körpers einleiten, die Klienten auf dem Weg zur Selbstheilung.

- Die natürlichen Heilungsmechanismen des Körpers werden stimuliert
- Das funktionelle Vermögen des zentralen Nervensystems wird gesteigert
- Die negativen Auswirkungen von Stress entschwinden
- Die Ressourcen werden gestärkt, so dass positive Veränderungen stattfinden können

Das Immunsystem wird gestärkt und die Gesundheit wird unterstützt

Die Craniosacral Therapie kann mit der Schwangerschaft beginnen, über den Zeitraum der Geburt, der nachgeburtlichen Periode hin bis zum Neugeborenen und



weiter hin bis zum betagten Menschen angewendet werden, sogar wenn diese in sehr schmerzvollem oder gebrechlichem Zustand sind.

Bewährte Indikationen für Baby- und Kinderbehandlung

Schwangerschaft:

- organisch und emotionale Unterstützung in der Schwangerschaft und zur Vorbereitung auf die Geburt.
- Rückenschmerzen
- Optimierung der Beckenfunktion (Beweglichkeit des Beckens und Kreuzbeins)

Geburt:

- Nachbetreuung der Mutter nach der Geburt oder Problemgeburten (Zangengeburt, Saugglocke, Kaiserschnitt usw.)
- Nachbetreuung des Kindes nach der Geburt oder Problemgeburt

Säuglinge und Kleinkinder:

- Schreikinder (Saugprobleme, Schlafprobleme, Bauchkrämpfe)
- Unterstützung bei Behandlung von Schädelasymmetrien
- Schiefhals
- Leichte bis mittelschwere Cerebral-Parese: bei schwerer CP geht es um eine Verbesserung der Lebensqualität, d.h. dass die Kinder mehr Zufriedenheit ausstrahlen oder Kontakt zur Umwelt aufnehmen
- Unklare Entwicklungsstörungen
- Tonusprobleme (Hyper-, Hypotonus, Asymmetrien)
- Nachbehandlung nach Unfällen oder schweren Krankheiten
- Häufige Ohrenentzündungen
- Schielen
- Epilepsie – sie wird nicht geheilt, doch die Krampfhäufigkeit bzw. die Krampfschwere lässt deutlich nach
- Kopfschmerzen, Rückenschmerzen
- Ängste, autistisches Verhalten
- ADS/ADHS (Aufmerksamkeit-Defizit-Syndrom/mit Hyperaktivität)
- Wahrnehmungsprobleme als Sozial- oder Schulprobleme
- Begleitbehandlung bei Zahn- und Kieferregulation
- Posttraumatische Belastungsstörungen

Bewährte Indikationen bei Erwachsenen

- Akute und chronische Schmerzen (wie z.B. Nacken und Rückenschmerzen, Migräne)
- Traumata (psychisch- wie auch auf der physischen Ebene)
- Nach Unfällen
- Burnout
- Stress (chronische Uebermüdung oder Erschöpfung, Verdauungsstörungen)
- Konzentrationsschwierigkeiten
- Depressionen
- Lebenskrisen