Cranio Sacral Therapie

Allgemeines

Die Cranio-Sacral-Therapie ist ein alternatives Behandlungsverfahren, bei dem ein Therapeut zur Linderung unterschiedlicher Beschwerden spezielle Handgriffe einsetzt. Dieses Verfahren zählt deshalb auch zu den sogenannten manuellen (manus, lateinisch für Hand) Behandlungsmethoden. Die Handgriffe setzen bei der Cranio-Sacral-Therapie am Schädel (Cranium) und am Kreuzbein (Sacrum) an. Daher leitet sich auch der Name ab.
Die Grundidee der Cranio-Sacral-Therapie hängt mit der Strömung des Hirnwassers (Liquor) zusammen: Befürworter der Cranio-Sacral-Therapie gehen davon aus, dass der Hirnwasserstrom das menschliche Wohlbefinden stark beeinflusst. Liegt eine Veränderung der Hirnwasserströmung vor, können bestimmte Erkrankungen und Symptome auftreten.

Das Ziel der Cranio-Sacral-Therapie ist, den normalen Hirnwasserfluss wiederherzustellen. Der Therapeut spürt dazu Störungen der Hirnwasserströmung auf und versucht sie dann durch spezielle Drucktechniken zu beheben. Die Cranio-Sacral-Therapie soll so die Selbstheilungskräfte des Körpers aktivieren und eine tiefgreifende Heilung anregen.

Grundlagen

Die Grundlagen der Cranio-Sacral-Therapie beschäftigen sich mit dem Zusammenspiel von Knochen und Hirnwasserströmung. Die Schädelknochen sind nicht starr miteinander verwachsen, sondern können sich im Laufe der Jahre um wenige Millimeter gegeneinander verschieben. Das Hirnwasser (Liquor) wird im Gehirn produziert und umfließt das Gehirn und das Rückenmark in den sogenannten Liquorräumen. Das Hirnwasser bewegt sich somit vom Schädel (Cranium) bis zum Kreuzbein (Sacrum) und pulsiert dabei mit einem Rhythmus von sechs bis zwölf Zyklen pro Minute. Die Befürworter der Cranio-Sacral-Therapie gehen davon aus, dass Bewegungseinschränkungen der Knochen des Schädels, der Wirbelsäule oder des Beckens den Rhythmus des Hirnwasserstroms verändern.

Cranio-Sacral-Therapeuten trainieren ihre Wahrnehmungsfähigkeit so, dass sie kleinste Veränderungen der Hirnwasserströmung mit ihren Händen ertasten können. Durch leichte Berührungen versuchen sie, die Strömung zu normalisieren. Die so durchgeführte Cranio-Sacral-Therapie soll die Selbstheilungskräfte des Körpers aktivieren, Verspannungen lösen, die Durchblutung verbessern und letztlich Beschwerden wie Kopfschmerzen oder Allergien lindern.

Anwendungsgebiete

Die Cranio-Sacral-Therapie kann sowohl bei Erwachsenen als auch bei Kindern und Neugeborenen durchgeführt werden. Anwendungsgebiete bei Kindern sind unter anderem Hyperaktivität, nervöse Tics, spastische Bronchitis, Schlafstörungen und Haltungsschäden.

Cranio-Sacral-Therapie kommt bei Erwachsenen oft nach Unfällen im Bereich des Kopfs oder der Wirbelsäule zum Einsatz. Außerdem werden Allergien, Kopfschmerzen, Krampfleiden, Migräne, Ohrgeräusche (Tinnitus) und Gelenkbeschwerden mit Cranio-Sacral-Therapie behandelt.

Bisher gibt es keine aussagekräftigen Studien über den Erfolg der Cranio-Sacral-Therapie. Die Wirkung dieser Therapieform ist somit nicht ausreichend wissenschaftlich gesichert. In der Regel bezahlen die gesetzlichen Krankenkassen dieses Behandlungsverfahren nicht.

Risiken und Komplikationen

Bei Menschen, die sich ausschließlich auf eine Cranio-Sacral-Therapie verlassen, besteht das Risiko, dass ernsthafte Krankheiten übersehen oder nicht ausreichend behandelt werden.

Bei Menschen mit Hirnschäden, zum Beispiel Hirnblutungen oder erhöhtem Hirndruck, darf die Cranio-Sacral-Therapie nicht angewendet werden. Bei der Behandlung von Neugeborenen besteht die Gefahr, das Gehirn durch die speziellen Handgriffe zu verletzen, da die Spalten zwischen den Schädelknochen noch weit auseinanderstehen.

Anzeige

PhysioFit®
Training in guten Händen

Zentrum für Gesundheit und Wohlbefinden

- Ernährungsberatung/Gewichtsreduktion
- analysegestützte medizinische Trainingstherapie nach wissenschaftlichen gesicherten Erkenntnissen
- Leistungsdiagnostik für den ambitionierten Ausdauersportler und Trainingsgestaltung
- Mobilitäts- und Kraftanalyse der Wirbelsäule
- Kurse verschiedenster Art
- Rehabilitationssport

Karolinger Str. 1 ● 52382 Niederzier ● Telefon 02428 - 8010990 ● Telefax 02428 - 8010992
info@physiofit-elbing.com ● www.physiofit-elbing.com