

Craniosacrale Techniken

Wörtlich übersetzt heißt „cranium“ (lat.): der Kopf und „sacrum“ (lat.): das Kreuzbein.

Entwickelt wurde die Craniosacrale Therapie, wissenschaftlich untermauerte Behandlungsmethode Anfang der dreißiger Jahre, von William Garner Sutherland (1873-1954). Er studierte die Osteopathie und fand heraus, dass die Schädelknochen durch feine, feste Häute (Membrane) miteinander verbunden sind und dadurch winzige Bewegungen möglich werden. Auch ist das Kreuzbein durch die Rückenmarkshaut (Dura mater spinalis) mit den, innerhalb der Schädelhöhle liegenden Membranen, und so mit den Schädelknochen verbunden. Erfahrene Hände, Sutherland sprach auch von „fühlenden, sehenden, denkenden Fingern“, können vorhandene Blockierungen lösen und in ihrer Selbstheilungstendenz unterstützen. An den Therapeuten werden besondere Ansprüche gestellt, den Körper in seinen funktionellen und anatomischen Strukturen als Ganzheit zu betrachten.

Die Behandlung

In der Regel liegt der Patient bequem und entspannt und der Therapeut erfühlt über sanfte Berührungen an allen Körperregionen Störungen des Gesamtorganismus, die er mit minimalem Druck („5g“) zu korrigieren versucht. Die **Dauer** und **Häufigkeit** der Behandlungen richtet sich je nach Befund. Bei chronischen Fehlfunktionen genügt meist eine Behandlung alle zwei drei Wochen, da das Gewebe Zeit braucht, die neuen Behandlungsimpulse zu integrieren. Bei akuten Geschehen kann einmal die Woche bis täglich behandelt werden. Allerdings sind diese Zeitangaben variabel, da diese von den Reaktionen des Patienten abhängen. **Nach der Behandlung** ist es sinnvoll, noch einen Moment zu ruhen. Auch sollte sich der Patient, nachdem er die Praxis verlassen hat, möglichst Ruhe gönnen und stressbeladene Situationen vermeiden.

Anwendung findet die craniosacrale Therapie bei:

- Migräne und Kopfschmerzen
- Tinnitus
- chronische Nacken- und Rückenschmerzen
- Stress- und Spannungsbedingte Störungen
- koordinative Störungen
- Unfallverletzungen von Gehirn und Rückenmark
- chronische Übermüdung, Schlafstörungen
- emotionale Schwierigkeiten
- Skoliosen
- Fehlfunktionen des Zentralen Nervensystems
- Fehlfunktionen des Kiefergelenkes
- orthopädische Probleme
- gynäkologische Störungen
- Verdauungsstörungen
- Atemwegserkrankungen