



WAS VERSTEHT MAN UNTER EINER CRANIOSACRAL-THERAPIE?

Die Craniosacral-Therapie, die sog. „Schädel-Kreuzbein-Therapie“, hat ihren Ursprung in der Osteopathie.

Eine craniosacrale Behandlung bzw. craniosacrale Energiearbeit kann durch rhythmische Bewegungen am Kopf, entlang der Wirbelsäule und am Kreuzbein energetische Blockaden oder Ungleichgewichte lokalisieren und wieder in Einklang bringen. Die Hirn-Rückenmarks-Flüssigkeit, die das Zentralnervensystem umfließt, wird ausbalanciert. Zudem werden verklebte Faszien durch sanfte Berührungen gelöst. Es geht dabei darum, Blockaden und Verspannungen in den verschiedenen Geweben zu lösen und so wieder Beweglichkeit und ein Auflösen von Beschwerden zu bewirken.

Ziel ist es, die Eigenregulierung des Körpers zu aktivieren und seine Selbstheilungskräfte zu unterstützen. Die Behandlung umfasst dabei sanfte und minimalste Bewegungen am Körper. Diese manuellen Korrekturen aktivieren die Selbstheilungskräfte der behandelten Person, ebenso wie deren Regeneration. Dies kann auch Zugang zu tiefen Emotionen schaffen, die gegebenenfalls von alten psychischen oder physischen Verletzungen herrühren.

Craniosacrale Behandlungen können deshalb bei folgenden Beschwerdenbildern ausgleichend wirken:

- Migräne/Kopfschmerzen
- Nackenschmerzen
- Verspannungen und Blockaden
- Akute und chronische Rückenbeschwerden
- Schwindel
- Nebenhöhlenbeschwerden
- Kieferprobleme
- Tinnitus
- Konzentrationsprobleme
- Geschwächtes Immunsystem
- Lernschwierigkeiten
- Hyperaktivität
- Entwicklungsverzögerungen
- Schmerzen des Bewegungsapparats
- Skoliose
- Stress
- Müdigkeit
- Erschöpfung
- Milderung von Schwangerschaftsbeschwerden ab dem 4. Schwangerschaftsmonat
- Regeneration nach einer Geburt

Craniosacrale Behandlungen sind dagegen nicht möglich bei Gehirntumoren, Epilepsie, erhöhtem Gehirndruck, Hirnblutungen, Gehirnerschütterungen und Schädelfrakturen.

