

# Craniosacral-Therapie

Die Craniosacral-Therapie ist eine ganzheitliche manuelle Therapie, die Funktionsstörungen im Körper aufsucht und durch sanfte Techniken gezielt behandelt. Die Beweglichkeit und der Spannungszustand von Gelenken, Faszien, Organen, Nerven und Gefäßen werden in der Behandlung untersucht, mobilisiert und durch Druck- oder Zugtechniken therapiert. Dadurch verbessert sich die Stoffwechselsituation und der Körper kann sich durch Selbstheilungskräfte regenerieren.



## **Wie funktioniert Craniosacral-Therapie**

Die Craniosacral-Therapie gehört in den Bereich der Osteopathie und geht davon aus, dass der Körper als Einheit funktioniert. Wird die Bewegungsmöglichkeit einzelner Strukturen durch Operationen, Verletzungen oder Unfälle eingeschränkt, reagiert der Körper mit Schonhaltung oder Kompensation und beeinträchtigt dadurch deren gesunde Funktion. Es kommt zu Schmerzen, Bewegungseinschränkungen, Spannungen oder anderen Symptomen – teilweise auch weit entfernt vom Ursprungsort. In der Craniosacral-Therapie wird deshalb mit Handgriffen auf das Körpersystem zwischen den Schlüsselstellen Kopf (Cranium) und Kreuzbein (Sacrum) eingewirkt, welches mit anderen Körpersystemen verbunden ist, die sich gegenseitig beeinflussen.

## **Anwendungsgebiete**

Craniosacral-Therapie ist für jedes Alter geeignet. Anwendungsgebiete sind beispielsweise:

- Traumen (zum Beispiel Schleuder-, Sturz- oder Stauchtrauma)
- Disbalancen im Kiefergelenk
- Schmerzzustände (zum Beispiel Kopfschmerzen, Migräne, Nacken-, Rücken-, Becken- oder Beinschmerzen)
- akuter oder chronischer Tinnitus
- vegetative Symptome, Verdauungsbeschwerden
- Rehabilitation nach Krankheit oder Unfall
- Unterstützung in belastenden Lebenssituationen, stressbedingte Beschwerden

## **Kostenübernahme**

Die Kosten für die Craniosacral-Therapie werden in der Regel von der Kranken-Zusatzversicherung übernommen. Erkundigen Sie sich diesbezüglich bitte direkt bei Ihrem Krankenversicherer.