



Cranio Sacrale Therapie

Autor: Zentrum der Gesundheit

Aktualisiert: 21 Juni 2019

Bei der Cranio Sacralen Therapie werden mit Hilfe von sanften Körperberührungen am craniosacralen System (Schädel, Wirbelsäule, Becken) die natürlichen Heilungsmechanismen im Körper aktiviert. Die Cranio Sacrale Therapie führt sowohl zu einer körperlichen als auch zu einer seelischen Entspannung, Schmerzen können gelindert, das Hormonsystem reguliert und das Nerven- und Immunsystem aktiviert werden. Besonders hilfreich ist die Cranio Sacrale Therapie bei psychischen Problemen, chronischen Schmerzen und allgemeinen Verspannungszuständen.

Cranio Sacrale Therapie - körperliche und seelische Entspannung

Das Cranio Sacrale System befindet sich zwischen dem Schädel (lat: cranium) und dem Kreuzbein (lat: sacrum) Dieses Flüssigkeitssystem ist mit Liquor (Gehirn- und Rückenmarksflüssigkeit) gefüllt. Die Wände dieses Systems bestehen aus der harten Hirn- und Rückenmarkshaut.

Cranio Sacrale Therapie - eine sanfte Behandlung

Die Cranio Sacrale Therapie ist eine sanfte, manuelle Behandlungsform, die sich über leichte Körperberührungen in die Bewegungen des Cranio-Sacralen-Systems eines Menschen hineinführt. Der Therapeut ertastet am Schädel und am Becken das Pulsieren des Liquors innerhalb des Systems und macht sich ein Bild über eventuelle Einschränkungen.

Das Flüssigkeitssystem, in das die Nerven eingebettet sind, ist beim kranken Menschen in seiner Funktion eingeschränkt und kann durch die Cranio Sacrale Therapie wieder optimiert werden. Mit gezielten Handgriffen wird das eingeschränkte Gewebe gelöst, bis das Pulsieren uneingeschränkt ertastet werden kann. Auf diese Weise werden natürliche Heilungsmechanismen aktiviert.

Diese Mechanismen helfen Spannungen abzubauen, das funktionelle Vermögen des Nervensystems zu steigern, Schmerzen zu lindern, Blockaden zu lösen, den Hormonhaushalt positiv zu beeinflussen, das Immunsystem zu stärken und somit die Gesundheit maßgeblich zu unterstützen.

Cranio Sacrale Therapie hilft bei psychischen Problemen

Die Cranio Sacrale Therapie kann nicht nur zur körperlichen, sondern auch zur psychischen Entspannung beitragen. Daher ist diese Therapieform besonders bei psychischen Problemen, Hormonstörungen, Muskelverspannungen, Störungen des Immunsystems etc. geeignet.

Hinweis zu Gesundheitsthemen

Diese Informationen werden nach bestem Wissen und Gewissen weitergegeben. Sie sind ausschliesslich für Interessierte und zur Fortbildung gedacht und keinesfalls als Diagnose- oder Therapieanweisungen zu verstehen. Wir übernehmen keine Haftung für Schäden irgendeiner Art, die direkt oder indirekt aus der Verwendung der Angaben entstehen. Bei Verdacht auf Erkrankungen konsultieren Sie bitte Ihren Arzt oder Heilpraktiker