

CranioSacrale Körpertherapie als Schmerztherapie

Warum Cranio als Schmerztherapie?

- Hervorragende Behandlung von chronischer Schmerzbilder insbesondere von Fibromyalgie-Patienten, da die Wirkungen der Behandlungen nicht lokal begrenzt sind, sondern generalisiert im gesamten Körper stattfindet und ein Vertrauensverhältnis zwischen Therapeutin und Patient aufgebaut wird.
- verinnerlichte Muster wie z.B. Fehlhaltungen oder Verkrampfungen werden erkannt und verändert.
- Durch die tiefe Entspannung des Patienten werden die Schmerzen gelindert und mit Hilfe eines verbesserten Energieflusses die Selbstheilungskräfte aktiviert.
- Der Körper findet wieder selbst zu seinem physischen und psychischen Gleichgewicht.



Verminderte Lebensqualität durch Schmerzen

Fibromyalgie ist ein Syndrom aus einer Kombination von physischen, psychischen und sozialen Einflussfaktoren. Häufig treten Muskulo-Sceletale Störungen, Müdigkeit, Schlafstörungen, depressive Stimmungen und breite Dysfunktionen des autonomen Nervensystems auf, wodurch die Lebensqualität entscheidend beeinträchtigt wird.

Angst und Kontrolle über den Schmerz

Angst ist ein Zustand, der durch Reize ausgelöst wird, welche in der Vergangenheit zu körperlichen oder seelischen unangenehmen Gefühlen – oft Schmerzen – geführt haben. Diese Schmerzreize führen über die Aktivierung verschiedener Strukturen im Gehirn wie der Amygdala, den Hippocampus und grosse Anteile des Frontalcortexes zu einer Angstkonditionierung und begünstigen chronische Schmerzen. Mit Cranio Sacraler Therapie wird das Gesunde im Körper unterstützt und gestärkt, die Selbstheilungskräfte mobilisiert. Die Angstkonditionierungen welche sich z.B. in Haltungsschäden oder Verkrampfungen äussern können werden dadurch sanft und nachhaltig gelöst und die Kontrolle über das eigene Wohlbefinden zurückerlangt. Gerade im Umgang mit chronischen Schmerzen ist diese Kontrolle von zentraler Bedeutung.

Entspannung und Berührungen

Bei chronischen Schmerzen ist die Wahrnehmung oft auf reine körperliche Funktionen und auf den Schmerz gerichtet. Durch Cranio Sacrale Körpertherapie werden einzelne Körperabschnitte sensorisch und motorisch stimuliert, wodurch die eigene Körperwahrnehmung gefördert und körpereigene Ressourcen gestärkt werden.

Körper, Geist und Seele im Gleichgewicht: Schmerzminderung und Aktivierung der Selbstheilungskräfte

CranioSacrale Körpertherapie setzt gleichermaßen bei Körper, Seele und Geist an und kann, wie eine Evidence-Based Studie gezeigt hat, bei einer längeren regelmässigen Behandlungsperiode signifikant gute Resultate bei chronischen Schmerzen bei Krankheitsbildern wie Migräne oder Fibromyalgie erreichen. CranioSacral Körpertherapie nimmt den Menschen als Ganzes wahr. Durch die sanfte Regulierung des Rhythmus der Gehirn-Rückenmarksflüssigkeit (Liquor) wird Einfluss auf Veränderungen im Nervensystem genommen wodurch eine tiefe Entspannung aller beteiligten Körpersysteme gefördert wird. Chronische Schmerzen werden dadurch gemindert – oder verschwinden gar ganz.