

Cranio Sacrale Therapie (CST)

Die Cranio Sacrale Therapie ist eine sanfte, nicht-invasive Behandlungsmethode, die sich als Teilgebiet der Osteopathie entwickelt hat. Sie soll helfen Blockaden und Traumen, die zu Verspannungen im Körper führen, ausfindig zu machen und sie zu korrigieren. Ziel ist es, das Cranio Sacrale System auszugleichen und damit den Cranio Sacralen Rhythmus wieder herzustellen. Die Hände sind dabei das wichtigste Instrument des Therapeuten.

Anwendungsgebiete aus Sicht der CST

- Kopfschmerzen, Migräne, Schwindel, Tinnitus, Kiefergelenksprobleme, Schleudertrauma
- Trauma von Gehirn und Rückenmark, MS, Schlaganfall, Parkinson, Störungen des Zentralnervensystems
- Posttraumatische Belastungsstörungen, endogene Depression
- Chronische Müdigkeit, Schlaf- und Konzentrationsstörungen
- Rücken- und Nackenschmerzen, Wirbelsäulenverkrümmungen, Verspannungen, Bandscheibenvorfälle, Gelenk-, Muskel- und Sehnenbeschwerden, Fibromyalgie, Bindegewebsstörungen
- Menstruationsbeschwerden, postnatale Beschwerden, Inkontinenz, Verstopfung, Blähbauch, Magen- und Darmbeschwerden

Das Cranio Sacrale System

Der Name ist abgeleitet von den beteiligten Knochen. Dies sind der Schädel (Cranium) und das Kreuzbein (Sacrum). Behandelt werden die das Gehirn und Rückenmark umgebenden Membranen und die hierin fließende Flüssigkeit (Liquor). Ebenso bindegewebige Strukturen, die Schädelknochen, die Wirbelsäule und das Kreuzbein.

Jeder Schädelknochen und das Kreuzbein hat, nach den Vorstellungen der CST-Therapeuten, seine eigene Bewegung. Ist irgendwo im Körper eine Spannung, Veränderung oder Blockade, spiegelt sich diese aus unserer Sicht im Cranio Sacralen System wieder. Dies ist die Vorstellung dieser osteopathischen Richtung, jedoch nicht naturwissenschaftlich bewiesen oder anerkannt.

Wird die Harmonie des Körpers z.B. durch ein Trauma gestört, kann dies Auswirkungen auf das Hormon-, Immun-, Nerven-, Organ-, Psycho- und Skelettsystem haben. Das sieht die schulmedizinische Psychosomatik übrigens im Prinzip genauso. Dies zeigt sich oft auch in Form von Verhärtungen und / oder Verklebungen im Bindegewebe, welche einen Verlust an Flexibilität mit sich bringen können.

Symptome können sich in Form von z.B. Migräne, chronische Rückenschmerzen, Tinnitus oder Depressionen zeigen.

Die Therapie

Durch sanfte Manipulation an den Schädelknochen, dem Kreuzbein und der Wirbelsäule ist der Therapeut nicht selten in der Lage, die Spannung und Fehlstellung ausfindig zu machen und zu lösen. Er geht an den Punkt der äußersten Spannung, hält diese und löst sie damit auf (Release).

Der Therapeut hat aus unserer Sicht in vielen Fällen die Möglichkeit, auf das vegetative Nervensystem Einfluss zu nehmen und den Parasympathikus, der für die Entspannung und Regeneration zuständig ist, zu aktivieren.

Es werden nach unseren Beobachtungen die körpereigenen Selbstheilungskräfte unterstützt, sowie spezielle lokale Probleme und Beschwerden aufgespürt und oftmals sogar nachhaltig beseitigt.

Gerne berate ich Sie persönlich in meiner Praxis.

Kerstin Eikemper, Heilpraktikerin

Grundsätzlich sei noch angemerkt, dass die Osteopathie in Deutschland weder von der Schulmedizin anerkannt, noch, nach Meinung der Schulmedizin in Bezug auf Wirkung und Wirksamkeit durch valide wissenschaftliche Studien bewiesen ist. Daran ändert auch die Tatsache nichts, dass Osteopathie in Deutschland mittlerweile in anerkannten Studiengängen mit Bachelor oder Master Abschluss studiert werden kann. Alle „Anwendungsgebiete“ der Osteopathie sind demzufolge aus rechtlicher Sicht derzeit Beobachtungen einzelner Therapeuten ohne Anspruch auf wissenschaftliche Anerkennung. So sind alle Hinweise zu verstehen.