

## Cranio-Sacral-Therapie

### Was ist Cranio-Sacral-Therapie?

Die Cranio-Sacral-Therapie ist eine alternativmedizinische Behandlungsform, die sich aus der Osteopathie ableiten lässt. Beeinflusst wird der Liquorfluss vom Kopf (Cranio-) bis zum Kreuzbein (Sacral-), der bei jedem Menschen einen ganz eigenen Puls entwickelt. Diesen Puls zu ertasten und in Einklang mit muskulären, knöchernen und nervalen Strukturen zu bringen ist das Ziel einer jeden Behandlung, um eine Tiefenentspannung im Mund- Kiefer- Gesichtsbereich zu erreichen.

### Wie wird untersucht?

Hinweise auf eine Behandlungsnotwendigkeit geben Sie als Patient Ihrem Therapeuten selbst. Leiden Sie häufig unter Verspannungskopfschmerzen oder wachen morgens mit dem Gefühl zu stark beanspruchter Zähne und verspannter Kaumuskulatur („Muskelkatergefühl“) auf, schmerzt der Nacken und ist die Brustkorbmuskulatur verspannt, sind dies immer Hinweise für den Behandler, therapeutisch tätig zu werden.

Die Muskulatur wird also bei der Untersuchung abgetastet und je nach Schmerzsymptomatik beurteilt, auch im Vorfeld einer Schienentherapie kann die Kau- und Kauhilfsmuskulatur entspannt werden, um einen Biss aus dieser entspannten Situation heraus zu erhalten und der Schiene anzupassen.

### Wie wird behandelt?

Durch manuelle und physiotherapeutische Maßnahmen werden die Muskeln durch die Beeinflussung ihrer Ansatzstellen am knöchernen Skelett durch sanften Druck manipuliert und entspannt. Durch die Ertastung des craniosacralen Pulses, des individuellen Rhythmus eines jeden Patienten, und das in Einklang bringen der äußeren Strukturen mit diesem Puls, wird eine Tiefenentspannung der behandelten Region erreicht.

### Was kann behandelt werden?

Hauptursachen für die Beschwerden im Nacken- Kopfbereich sind Fehlstellungen der Wirbelsäule, Hüft- und Fußfehlstellungen aber auch Stress und allgemeine Verspannungen.

Durch die Cranio-Sacral-Therapie können vor allem die Strukturen im Nacken- und Kopfbereich beeinflusst und evtl. in mehreren Sitzungen eine deutliche Entspannung erzielt werden.

Vor allem im Vorfeld einer Schienentherapie kann durch die Cranio-Sacral-Therapie ein Biss aus einer entspannten Kau- und Kauhilfsmuskulatur heraus genommen werden und in die Schiene eingearbeitet werden. So wird beim Tragen der Schiene (in der Nacht) die Kieferrelation in eine muskulär entspannte Situation geführt und eine Überaktivität der Kaumuskulatur verhindert.

### Erfolgsaussichten und Kosten?

Ziel der Cranio-Sacral-Therapie ist eine Tiefenentspannung von muskulären und knöchernen Strukturen. Durch die behutsame manuelle Manipulation kann in aller Regel eine sofortige Verbesserung der verspannten Strukturen erreicht werden. Je nach Art und Intensität der Beschwerden wird für jeden Patienten individuell festgelegt, wie häufig und in welchem zeitlichen Abstand die Behandlung erfolgen sollte.

Die Kosten der Behandlung pro Sitzung liegen bei ca. 40 €.

Die Cranio-Sacral-Therapie ist eine sehr wirkungsvolle Behandlungsform, die, wenn sie von geschultem Fachpersonal durchgeführt wird, keinerlei Risiken oder Nebenwirkungen zeigt.

**Wenn Sie noch Fragen haben, wir stehen Ihnen gerne zur Verfügung!**