

Mehr über die Craniosacral Therapie

Was ist Craniosacral-Therapie?

Die Craniosacral-Therapie ist eine Hands-on-Therapie, die mit leichter Berührung arbeitet und ihren Ursprung in der Osteopathie hat.

Der Körper hat die Fähigkeit zur Selbstheilung und strebt ständig nach guter Gesundheit. Die Craniosacral-Therapie kann diese natürliche Neigung zum Gleichgewicht, Wohlbefinden des Klienten fördern.

Craniosacral-Therapeuten arbeiten mit dem Vorhandensein subtiler rhythmischer Bewegungen, die im Körper (insbesondere im Kopf, in der Wirbelsäule und im Becken) zum Ausdruck kommen. Der freie und ausgeglichene Ausdruck dieser subtilen Bewegungen hängt mit unserem Zustand der Gesundheit und Vitalität zusammen.

Einige der Effekte, die Sie erleben können:

- Verbessertes Gefühl des Wohlbefindens.
- Entspannung.
- Verringerung von Stress und Muskelverspannungen.
- Linderung von Angstzuständen und schlechter Stimmung.
- Mögliche Linderung von Schmerzen und anderen Symptomen.
- Verbessertes Schlafverhalten.
- Unterstützung bei Beschwerden, Krankheit und in belastenden Lebenssituationen.
- Begleitung bei längerer Krankheit.

Vor Ihrer Therapiesitzung

Die Therapeutin wird eine Anamnese durchführen, die Fragen zu folgenden Punkten enthält:

- Ihre frühere und gegenwärtige Gesundheit.
- Welche Verbesserungen Sie sich erhoffen.

Wie läuft eine Therapiesitzung ab?

- Diese Therapie dauert in der Regel 90 Minuten für die erste Konsultation und 60 Minuten für die darauffolgenden Sitzungen.
- In einer typischen Sitzung liegt der Klient bekleidet auf einer Behandlungsliege. Der Therapeut stellt den Kontakt her, indem er seine Hände sanft auf den Körper des Klienten legt und sich durch leichte Berührung auf die stattfindenden subtilen Bewegungen einstimmt. Der Therapeut kann feststellen, ob im Körper ein Ungleichgewicht besteht, und eine Reihe von nicht-invasiven therapeutischen Techniken anwenden, um den Klienten zu entspannen und so seine Selbstheilung zu fördern.
- Die Anzahl und Häufigkeit der Sitzungen orientieren sich am Heilungsprozess.

Nach der Therapie

- Sie werden sich wahrscheinlich sehr entspannt fühlen und sollten sich etwas mehr Zeit zum Ausruhen gönnen, insbesondere wenn Sie danach mit dem Auto fahren.
- Sie fühlen sich vielleicht energiegeladener - aber Sie sollten es nicht übertreiben.

- Sie können Durst und selten Schwindel, Kopfdruck oder Müdigkeit fühlen.
- Trinken Sie ausreichend.

Wann darf die Therapie nicht angewendet werden? (Kontraindikation)

- Akute Entzündungen oder Verletzungen im Bereich des zentralen Nervensystems.
- Kopfschmerzen, Tinnitus, Schwindel, welche nicht medizinisch abgeklärt wurden.
- Aneurysma
- Hydrocephalus (Wasserkopf)
- Psychosen, Schizophrenien und schweren Angstneurosen
- In Phasen akuter physischer oder psychischer Entgleisung.

Wie viel kosten die komplementären Therapiesitzungen?

- Die erste Konsultation dauert 90 Minuten und kostet 198 CHF.
- Die nachfolgenden Sitzungen von einer Stunde Dauer kosten 132 CHF.
- Die Craniosacral Therapie wird von den meisten Krankenkassen über die Zusatzversicherung teilweise oder ganz vergütet. Erkundigen Sie sich vorgängig bei Ihrer Versicherung.
- Es ist keine ärztliche Verordnung notwendig.
- Wenn ein ärztliches Zeugnis für die Craniosacral Therapie vorhanden ist, kann es sogar sein, dass je nach Krankenkasse oder Unfallversicherung eine Zahlung übernommen wird. Erkundigen Sie sich deshalb bei Ihrer Krankenkasse oder Unfallversicherung, ob sie die Kosten übernimmt. Die Behandlungsanzahl, Stundenansatz klären und sich die schriftliche Kostengutsprache zusenden zu lassen.
- Viele Versicherungen verlangen, dass die Therapeuten EMR-registriert sind. Unsere Craniosacral Therapeutin ist EMR und Cranio Suisse anerkannt.
- Die Kosten einer Behandlung werden Ihnen jeweils persönlich in Rechnung gestellt. Für die Rückerstattung der Kosten sind Sie verantwortlich.
- Das Therapieangebot kann auch als Selbstzahler genutzt werden.
- Termine, die vom Patienten weniger als 24 Stunden im Voraus abgesagt oder verschoben werden, werden in Rechnung gestellt. Diese Kosten werden nicht von Ihrer Krankenkasse übernommen.
- Sie können Ihren Termin per Telefon oder online vereinbaren.