

Craniosacral Therapie

Die Craniosacral Therapie ist eine ganzheitliche Körpertherapie, die mittels ruhender Berührungen und sanfter Impulse die Selbstheilungskräfte anregt und die innewohnende Gesundheit stärkt. Sie eignet sich für alle Altersgruppen und hat sich sowohl zur Unterstützung während der Schwangerschaft, wie auch zur Begleitung nach der Geburt bewährt. Sie wird häufig bei Säuglingen angewendet, beispielsweise bei Saug- oder Schlafproblemen, Bauchkrämpfen, Schiefhals, Schädelasymmetrien, bei Schreikindern oder bei Tonusproblemen. Jede Behandlung geschieht angepasst auf die individuelle Situation, oftmals werden die Eltern mit einbezogen.

Die Methode hat sich Anfang des 20. Jahrhunderts aus der Osteopathie heraus zu einer heute weltweit etablierten, eigenständigen Methode weiterentwickelt. Laut einer aktuellen Studie ist sie die am zweithäufigsten angewandte komplementärtherapeutische Methode in der Schweiz. Ihr Name setzt sich aus den Begriffen Cranium (Schädel) und Sacrum (Kreuzbein) zusammen, da in diesem Bereich die Gehirn- respektive Cerebrospinalflüssigkeit zirkuliert, die eine zentrale Bedeutung für das Nervensystem, das Hormon- und Lymphsystem, das Immunsystem – ja den gesamten Organismus hat.

Baby- und Kinderbehandlungen sind eine Spezialisierung der Craniosacral Therapie.

Craniosacral Therapeutinnen und Therapeuten behandeln dabei mit einfühlsamer Berührung und nonverbaler Kommunikation den gesamten Organismus des Babys oder Kleinkindes. Sie etablieren eine geschützte Umgebung und orientieren sich in ihrer Arbeit am innewohnenden Gesunden. Achtsam begleiten sie das Lösen von Blockaden und Spannungsmustern von innen her. Sie regen die Selbstheilungskräfte von Körper und Seele an, womit nicht nur strukturelle, sondern auch emotionale Spannungen gelöst werden. Mit wenigen Sitzungen können in der Regel deutliche Verbesserungen erzielt werden. Tieferer Schlaf, innere Ausgeglichenheit, erhöhte Konzentrationsfähigkeit, mehr Vitalität und bessere Beweglichkeit können die positiven Effekte sein.

Die Wirksamkeit der Craniosacral Therapie belegt beispielsweise eine randomisierte kontrollierte Studie zu frühkindlichen Koliken aus dem Jahr 2019. Sie kommt zum Schluss, dass Craniosacral Therapie die Anzahl Schreistunden und die Stärke der Koliken signifikant reduziert und zugleich die Gesamtschlafdauer erhöht. «Craniosacral Therapie scheint eine wirksame und sichere Behandlungsmethode für kindliche Kolik zu sein.»

Weitere Informationen finden Sie auf der Webseite der Schweizerischen Gesellschaft für Craniosacral Therapie www.craniosuisse.ch



*Wenn Stille bewegt ...
Quand le silence agit ...
Quando il silenzio commuove ...
Sche silenzi comova ...*

Craniosacral Therapie

Die Craniosacral Therapie ist eine eidgenössisch anerkannte Methode der Komplementärtherapie. Zusatzversicherungen übernehmen in der Regel mindestens einen Teil der Behandlungskosten.

Die Schweizerische Gesellschaft für Craniosacral Therapie stellt unter dem Qualitätslabel Cranio Suisse® sicher, dass praktizierende Mitglieder über eine qualitativ hochstehende Ausbildung verfügen und kontinuierlich Fortbildungen besuchen. Neben methodenspezifischem Fachwissen weisen sie umfangreiche medizinische Grundkenntnisse aus.

Cranio Suisse® vertritt die Interessen von über 1200 Craniosacral Therapeutinnen und Therapeuten in der Schweiz.

Auf www.craniosuisse.ch findet sich eine Liste von qualifizierten Therapeutinnen und Therapeuten in Ihrer Nähe.

Cranio Suisse®
Schweizerische Gesellschaft
für Craniosacral Therapie
Hermeschloostrasse 70/4.01
8048 Zürich
Telefon +41 44 500 24 25
contact@craniosuisse.ch
www.craniosuisse.ch

**cranio
suisse®**