

Eine Möglichkeit für den Einsatz von Craniosacral Therapie bei Feuerwehranwärtlern zur Senkung des Cortisollevels und zur Verbesserung der Haltungsstabilität. Eine randomisierte Studie (2022)

Wojcik M (1), Siatkowski I (2), Zekanowska E (3)

(1) Institute of Health Sciences, Hipolit Cegielski State University of Applied Sciences, Gniezno, Poland

(2) Department of Mathematical and Statistical Methods, Poznan University of Life Sciences, Poznan, Poland

(3) Department of Pathophysiology, Faculty of Pharmacy, Collegium Medicum in Bydgoszcz, Nicolaus Copernicus University in Toruń, Bydgoszcz, Poland

Hintergrund

Stress ist eine physiologische Reaktion auf geistige, emotionale oder körperliche Herausforderungen, denen Menschen ausgesetzt sind. Stressreaktionen sind auch mit einer erhöhten Ausschüttung zahlreicher Hormone verbunden, darunter Glukokortikoide, z. B. Cortisol und Katecholamine.

Methode

Ziel der Untersuchung war es, zu prüfen, ob eine über einen Zeitraum von fünf Wochen durchgeführte craniosacrals osteopathische Therapie die Werte des Cortisolspiegels und der Haltungsstabilität bei sechzig Feuerwehranwärtlern (im Alter von 18-24 Jahren; $21,63 \pm 1,41$) beeinflussen würde. Diese nahmen teil an Rettungseinsätzen bei Verkehrsunfällen (die Feuerwehranwärter absolvierten eine qualifizierte Ausbildung zum Rettungssanitäter). Die Teilnehmer wurden in zwei Gruppen aufgeteilt: eine Experimentalgruppe mit Craniosacral Therapie (30 Personen) und eine Kontrollgruppe (27 Personen).

Ergebnis

Die erzielten Ergebnisse zeigen, dass die Craniosacral Therapie zu einer Senkung des Cortisolspiegels führen kann ($p < 0,001$).

Ob die craniosacrals osteopathische Therapie die Werte der Haltungsstabilität beeinflusste, ist schwierig, eindeutig zu belegen. Dies wurde einzig für den Ellipsenbereich in der Cranio-Gruppe festgestellt (p -Wert = 0,0002), die nach der Therapie dem Test für die unteren Gliedmaßen mit geöffneten Augen unterzogen wurde.

Folgerung

Die craniosacrals Therapie kann eine positive Wirkung bei der Senkung hoher Cortisolwerte haben.