



active live
9501 Wil SG
071/ 913 47 11
www.active-live.ch

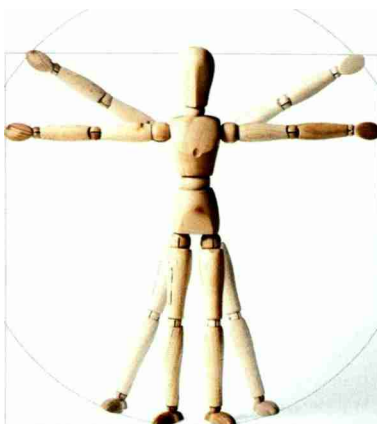
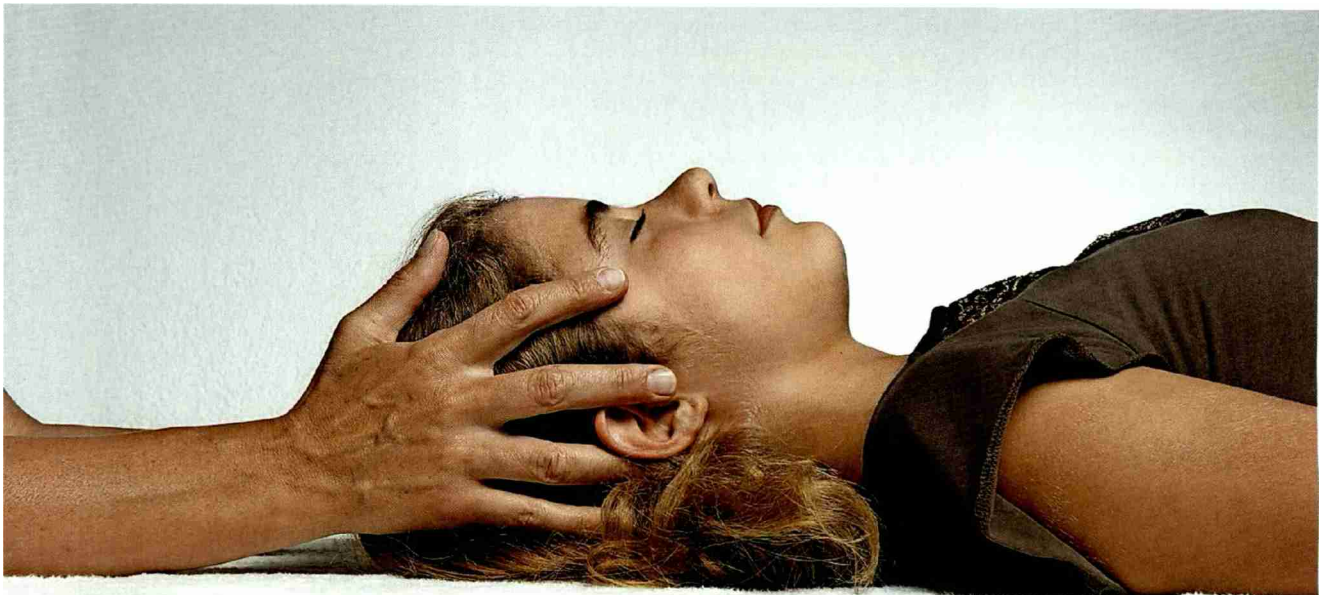
Medienart: Print
Medientyp: Spezial- und Hobbyzeitschriften
Auflage: 34'000
Erscheinungsweise: monatlich

Themen-Nr.: 516.011
Abo-Nr.: 3000996
Seite: 23
Fläche: 60'046 mm²

Chronische Nackenschmerzen sanft und wirksam behandeln

Wissenschaftliche Studie zur Craniosacral Therapie ausgezeichnet

Nackenschmerzen können quälend sein. Jeder Zweite ist davon im Laufe seines Lebens mindestens einmal betroffen, jeder Zehnte leidet unter chronischen Beschwerden. Die Folgen sind oft weitreichend, vom Arbeitsausfall bis zum gesellschaftlichen Rückzug.





active live
9501 Wil SG
071/ 913 47 11
www.active-live.ch

Medienart: Print
Medientyp: Spezial- und Hobbyzeitschriften
Auflage: 34'000
Erscheinungsweise: monatlich

Themen-Nr.: 516.011
Abo-Nr.: 3000996
Seite: 23
Fläche: 60'046 mm²

Ein Forscherteam der Universität Duisburg-Essen hat mit einer Studie nachgewiesen, dass Craniosacral Therapie bei chronisch unspezifischen Nackenschmerzpatienten die Schmerzintensität statistisch signifikant senken kann.

Die mit dem Forschungspreis der Holzschuh-Stiftung ausgezeichnete Studie wurde mit Klienten durchgeführt, die im Durchschnitt seit mehr als 9 Jahren an Nackenschmerzen litten. Mit dem höchsten wissenschaftlichen Standard weist sie erhebliche Schmerzreduktion und eine Verringerung von funktionellen Einschränkungen nach. Neben der Wirksamkeit der Craniosacral Therapie bei durch Bewegung verursachten Schmerzen überrascht die Studie mit dem Nachweis, dass auch die Ängstlichkeit der Patienten reduziert wurde.

Die Craniosacral Therapie ist eine Körperarbeit, bei der mit grösster Sorgfalt, Achtsamkeit und Wertfreiheit der Persönlichkeit der Klienten begegnet wird. Die Therapeutinnen und Therapeuten unterstützen mit feinen manuellen Impulsen, welche eine Eigenregulierung des Körpers einleiten, die Klienten auf dem Weg zur Selbstheilung. Die Gesundheit im Menschen wird unterstützt und Ressourcen werden gestärkt. Diese Behandlungsform kann bei Menschen jeden Alters (vom Neugeborenen bis hin zum betagten Menschen) angewendet werden, sogar, wenn diese in sehr schmerzvollem oder gebrechlichem Zustand sind. Die auch in der Schweiz weit verbreitete Craniosacral Therapie ist seit 2015 Teil der Komplementärtherapie, die auf eidgenössischer Ebene geregelt ist.

www.craniosuisse.ch