Kantonsspital Baselland
genau für Sie

Cranio Sacral Therapie

EINE METHODE DER KOMPLEMENTÄR-THERAPIE – DIE SANFTE UND GANZ-HEITLICHE MANUELLE KÖRPERTHERAPIE



Physiotherapie
Kantonsspital Baselland Bruderholz

Cranio Sacral Therapie

Die Cranio Sacral Therapie (CST) ist eine sanfte und ganzheitliche manuelle Körpertherapie, die Menschen auf dem Weg zur Genesung, bei der Symptombekämpfung und/oder bei der Steigerung des Wohlbefindens begleitet.

Die Methode hat ihre Wurzeln in der Osteopathie, einer ganzheitlichen Behandlungsweise, die im 19. Jahrhundert in den USA entwickelt wurde. Um 1970 kam der amerikanische Arzt und Osteopath, John Upledger, in Berührung mit dem Pulsieren der Rückenmarkshäute: dem Cranio Sacralen Rhythmus. Er erkannte das gesundheitsfördernde Potential dieses Pulsierens und entwickelte schliesslich die Cranio Sacral Therapie.

Die CST ist eine Methode zur Untersuchung und Behandlung des Cranio Sacralen Systems. Dieses System, das sich vom Schädel (Cranium) bis zum Steissbein (Sacrum) erstreckt, besteht aus dem Liquor Cerebrospinalis (Hirn- und Rückenmarkflüssigkeit) und den Membranen, die Gehirn und Rückenmark schützend umgeben.

Durch sanfte Berührungen werden Spannungen und Blockaden wahrgenommen und durch spezielle Techniken gelöst. Das Ziel ist, die Selbstheilungskräfte anzuregen und die bestmögliche Harmonie wiederherzustellen. So können auf körperlicher, geistiger und seelisch-emotionaler Ebene positive Veränderungen, tiefe Entspannung und Heilungsprozesse eintreten. Ein differenziertes Körperbewusstsein wird erarbeitet und gesundheitsfördernde Verhaltensweisen werden individuell entwickelt.

Wann ist eine CST sinnvoll?

Menschen jeden Alters, vom Neugeborenen bis hin zum betagten Menschen, können von der CST profitieren – entweder als alleinige Therapie oder in Kombination mit anderen Behandlungen resp. begleitend zur ärztlichen Behandlung.

Die Cranio Sacral Therapie ist bei zahlreichen Beschwerden und körperlichen wie auch psychosomatischen Beeinträchtigungen sinnvoll, u.a. bei:

- Kopfschmerzen und Migräne
- akute oder chronische Schmerzzustände
- Rücken- oder Gelenkschmerzen
- Kieferprobleme
- stress- und spannungsbedingte Störungen, Erschöpfungszustände, Schlafprobleme
- Rehabilitation nach Krankheit, Unfall, Operation, Schleudertrauma oder Sturz
- Schwindel, Gleichgewichtsstörungen, Tinnitus
- Dysfunktionen des zentralen Nervensystems, des vegetativen Nervensystems, des Lymphsystems oder des Hormonsystems
- Menstruationsbeschwerden, Wechseljahrsbeschwerden
- Verdauungsbeschwerden
- Asthma und Atemprobleme, Hauterkrankungen
- psychosomatische Beschwerden
- diffuse, schwer zuzuordnende Beschwerden
- und vieles mehr ...

Wie verläuft eine Therapiesitzung?

In einem ersten Gespräch tauschen Klient/-in und Therapeut/-in Informationen und Behandlungsziele aus. Dann beginnt die Untersuchung und Behandlung des Cranio Sacralen Systems. Dazu werden verschiedene Körperstellen sanft mit den Händen berührt. Behutsam und respektvoll wird am ganzen Körper behandelt, wobei der Schwerpunkt auf der Aktivierung der Selbstheilungskräfte liegt.

Die Behandlung findet in einer angenehmen Lage statt, in der Regel in Rückenlage; oftmals verläuft sie in Stille und innerer Sammlung, manchmal wird sie von einem therapeutischen Gespräch begleitet.

Anzahl und Häufigkeit der Behandlungen werden anhand des Heilungsprozesses festgelegt.

Cranio Suisse anerkannt

KOMPLEMENTÄRTHERAPIE HFP MIT EIDGENÖSSISCHEM DIPLOM

Der/Die von der Schweizerischen Gesellschaft für Cranio Sacral Therapie (Cranio Suisse, www.craniosuisse.ch) und der OdA Komplementärtherapie anerkannte Therapeut/-in hat eine fundierte und kontrollierte Ausbildung auf hohem Niveau absolviert.

Bitte klären Sie die Kostenübernahme im Voraus ab.

Die meisten Krankenversicherungen anerkennen die Methode; sie kann über die Zusatzversicherung abgerechnet werden. Ob und in welchem Umfang die CST vergütet wird, muss mit den Versicherungen abgeklärt werden. Eine Behandlung von 60 Minuten kostet CHF 144.–.

Kantonsspital Baselland

Komplementärtherapie
Cranio Sacral Therapie

Flavia Vogt Laur
CH-4101 Bruderholz

Kontakt und Rückfragen
Kantonsspital Baselland
Physiotherapie
+41 61 400 63 44
physiotherapie.bruderholz@ksbl.ch

ksbl.ch

KSBL M14043 100 Ex. 08/2024