

Zeitschrift:	Schweizer Hebamme : officielle Zeitschrift des Schweizerischen Hebammenverbandes = Sage-femme suisse : journal officiel de l'Association suisse des sages-femmes = Levatrice svizzera : giornale ufficiale dell'Associazione svizzera delle levatrici
Herausgeber:	Schweizerischer Hebammenverband
Band:	94 (1996)
Heft:	5
Artikel:	Craniosacrale Therapie : Rhythmus und Berührung zur Stärkung der Selbstheilungskräfte
Autor:	Agustoni, Daniel Y.
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-950608

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 14.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Craniosacrale Therapie

Rhythmus und Berührung zur Stärkung der Selbstheilungskräfte

Daniel Y. Agostoni

Zur Person:

Daniel Y. Agostoni ist ausgebildet in med. Massagen und in biodynamischer Massage nach Gerda Boyesen. Er hat vielseitige Erfahrungen in zahlreichen Behandlungsmethoden der sanften Medizin. Seit 1991 Weiterbildungen in craniosacraler Körperarbeit bei verschiedenen Lehrem, seit 1995 Praxis in Basel.

Seit einigen Jahren findet die Craniosacrale Therapie Verbreitung und Anerkennung – auch durch die Schulmedizin.

Gearbeitet wird bei dieser sanften Körperarbeit in der Regel mit max. 5 Gramm Druck vor allem im Bereich Schädel (Cranium), Wirbelsäule und Kreuzbein (Sacrum), daher der Begriff «Craniosacral».

Anfangs dieses Jahrhunderts schuf der amerikanische Osteopath Dr. William G. Sutherland die Grundlagen der Craniosacral-Therapie.

Der eigentliche Durchbruch gelang Dr. John E. Upledger, als dieser bei einer Rückenmarkoperation die Bewegung des Craniosacralen Rhythmus mitverfolgen konnte und nach eingehenden Untersuchungen und Forschungen die Craniosacral-Therapie in den achtziger Jahren einem breiteren Publikum zugänglich machte.

Die Craniosacrale Therapie wird heute mit Erfolg angewendet bei:

- Unfällen (z.B. Schleudertrauma)
- Sturz, Schock
- vor und nach Operationen
- Geburtsvorbereitung, Empfängnis, nach der Geburt
- chronischen Dysfunktionen
- Kopfschmerzen
- Rückenbeschwerden und zahlreicher weiteren Beschwerden

Diese sanfte Körperarbeit setzt sich wohl gerade der therapeutischen Effizienz und zahlreichen Behandlungsmöglichkeiten wegen bei Physiotherapeuten/innen, Ärzten/innen, Naturheilärzten/innen, Psychotherapeuten/innen, Geburtshelfern/innen, Chiropraktikern/innen, Körpertherapeuten/innen und anverwandten Berufen immer mehr durch.

Das craniosacrale System und sein Rhythmus

Das craniosacrale System umfasst äußerlich den Schädel, die Wirbelsäule und das Kreuzbein. Der craniosacrale Rhythmus entsteht im Kopf und in der Wirbelsäule durch den Zyklus von Produktion und Absorption der zerebrospinalen Flüssigkeit (auch Liquor genannt). Der Liquor wird in den beiden Hirnseitenventrikeln produziert und durch den vierten Hirnventrikel in den sogenannten Subarachnoidalraum innerhalb des Rückenmarkkanals abgegeben.

Unmittelbar hinter Wirbelkörpern und Bandscheiben ist der Rückenmarkkanal angelegt, in dessen Inneren sich ein Membransystem befindet, welches aus drei Schichten besteht und nebst der wichtigen Schutzfunktion auch Blutgefäße enthält, welche das Rückenmark und seine Nervenenden ernähren. Das craniosacrale System gewährleistet, dass der Kern des Nervensystems immerfort in einer nährenden, schützenden und sich dauernd erneuernden Quelle gebadet wird.

Der craniosacrale Rhythmus ist vor allem am Kopf (dessen Schädelnähte nicht, wie lange angenommen, völlig verwachsen, sondern minimale Bewegung zulassen), an Schultern, Becken und Füßen spürbar.

Durch die Behandlung von Einschränkungen des craniosacralen Systems werden Selbstheilungskräfte des Körpers angeregt und tiefe Entspannung auf allen Ebenen kann eintreten.

Es verwundert bei dieser sanften, aber intensiven Körpertherapie nicht, dass damit auch Beschwerden wie Schlaflosigkeit, Migräne, Bluthochdruck, Schwindelanfälle, Hyperaktivität, Zähneknirschen u.v.m. erfolgreich behandelt werden.

Behandlungsablauf

Dem ausgebildeten Craniosacral-Praktizierenden stehen verschiedene Behandlungsmöglichkeiten zur Verfügung. Die Ganzkörper-Evaluation zu Beginn einer Behandlung ermittelt Einschränkungen des Craniosacral (CS)-Rhythmus und gibt somit Aufschluss über den Zustand des CS-Systems.



© Dr. Anthony Arnold

Mit sehr sanftem Druck werden Bewegungen von Schädelknochen, Membranen und Bindegewebe unterstützt und ausbalanciert. Zusätzlich hilft sogenanntes «Unwinding» (Entflechtungsbewegungen), über das Zelldächtnis mit alten Traumata in Verbindung zu kommen und sie aufzulösen. Sehr intensiv sind auch «Multiple hands-on»-Sitzungen, bei denen mehrere Therapeuten/innen gemeinsam an einem Patienten arbeiten.

Zum Teil wird Craniosacral-Therapie auch bei Gehörsturz eingesetzt, und es gibt mittlerweile auch Therapeuten/innen, welche Kiefergelenksblockaden behandeln oder (in längerer Zusammenarbeit mit Zahnärzten) mit der erweiterten Mundarbeit teure Zahnpfangen oder schmerzhafte chirurgische Eingriffe ersparen.

Nach einer Behandlung – diese dauert in der Regel eine bis eineinhalb Stunden – sind die Klienten oft sehr entspannt und fühlen sich zentriert. Daher sind CS-Behandlungen auch für gesunde Menschen geeignet, die sich selbst etwas Gutes tun und ihr Immunsystem stärken wollen.

Die Wirkung einer Behandlung dauert meistens einige Zeit an. Sie ist nicht mit dem Ende einer Sitzung abgeschlossen, da einem zentralen System in uns zur Balance verholfen wurde: Die Weisheit des Körpers hat die Kraft, sich von innen neu einzupendeln und selbst zu regulieren. Dr. Upledger spricht dabei von der Weisheit des «Innern Arztes».

Weiterbildung für Hebammen

Gemäss Bhadrena C. Tschumi, Ausbildungsleiterin in Craniosacral-Balancing, ist die CS-Methode für Hebammen sehr geeignet.

Bei der Empfängnis können die Wehen mittels «Stillpoints» (einige Momente, in denen der CS-Rhythmus innehält und Liquor-Flüssigkeit nachfließt) unterstützt werden. Mutter und Kind wird geholfen, in dem die Craniosacrale Behandlung das Zentralnervensystem gleichzeitig entspannt und stärkt.

Dem Kind kann geholfen werden, Schmerzen durch übermässige Dehnungen usw. sowie das Geburtstrauma (insbesondere bei Notgeburten wie Kaiserschnitt oder Steissgebur) besser aufzulösen.

Neugeborenen und Kleinkindern werden die Schädelplatten sehr sanft zu mehr Bewegung angeregt. Bei Atem- und Bronchialbeschwerden, Verdauungsproblemen, Koliken oder auftretenden Schwierigkeiten mit dem Vagus-Nerv sowie bei Schlafstörungen kann die Craniosacrale Therapie wertvolle Hilfe leisten.



© Dr. Anthony Arnold

Informationen über Craniosacrale Behandlung, Einführungen, Kurse, Ausbildungen, Therapeuten/-innen-Angaben (nur auf tel. Anfrage) bei: Sphinx-Craniosacral-Institut
Rütistrasse 51, Postfach 629, 4003 Basel
Tel. 061 274 07 74 (14–17 Uhr), Fax 061 274 07 75

Literatur

- Anthony Arnold: Rhythmus & Berührung, Goldmann-TB 13828, Fr. 17.90
- John E. Upledger: Auf den inneren Arzt hören, Sphinx/Irisiana, ca. Fr. 32.–
- Upledger/Vredevoogd: Lehrbuch der Kraniosacral-Therapie, Haug-Verlag, Fr. 198.–
- Roissaint/Lechner/van Asche: Das Cranio-Sakrale System, Hüthig-Verlag, ca. Fr. 58.–

Holle Säuglingsnahrungen – Aus Liebe für Ihr Kind



Wer für sein Kind das Beste will, sollte auch das Beste geben. Kindernahrung von Holle erfüllt nicht nur die strengen Richtlinien des biologisch-dynamischen Landbaus, sondern bietet für Ihr Baby ein ganzheitliches Ernährungskonzept.

Holle Baby-Gläschen 190 g
verschiedene Sorten mit Gemüse, Obst und Getreide sowie Karottensaft

Holle Säuglingsnahrungen

Getreidebasis für die Selbstzubereitung von ausgewogenen Flaschen- und Breimahlzeiten
Sorten in neuer Aufmachung und neuer Grösse
250 g

Liebe, Geborgenheit und Holle