Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 52 (1995)

Heft: 1: Die Gute-Laune-Dosis : Jod

Artikel: Cranio-Sacral-Therapie : der Rhythmus des Hirnwassers schlägt weite Wellen

Autor: [s.n.]

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-557465

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

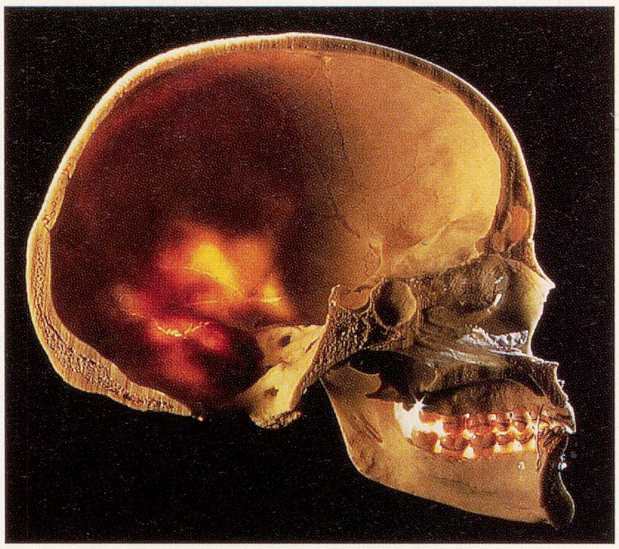
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media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

Download PDF: 03.07.2025

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

Cranio-Sacral-Therapie

Der Rhythmus des Hirnwassers schlägt weite Wellen



Der Schädel des Menschen besteht aus 22 Knochen, die ineinander verzahnt, aber dennoch an den Nahtstellen beweglich sind.

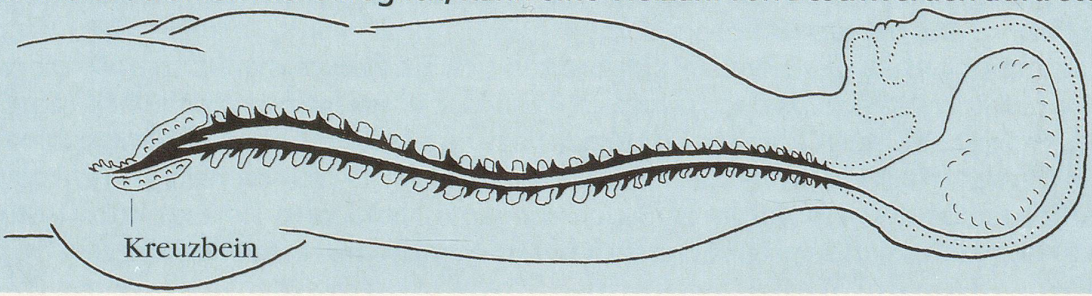
Rhythmus ist Leben. Leben ist Rhythmus. Unsere Atmung, unser Herzschlag sind Rhythmen, die wir kennen und selber spüren. Aber auch verborgene Rhythmen bestimmen unser Leben und Wohlbefinden. Einer davon ist der rhythmische Fluß des Hirnwassers, der vom Schädeldach bis zum Kreuzbein mit unglaublich viel Fingerspitzengefühl ertastet werden kann. Störungen dieses Flusses können uns krank machen. Cranio-(Schädel)-Sacral-(Kreuzbein)-Therapeuten haben feinste Techniken entwickelt, diesen Rhythmus wieder zu harmonisieren.

Lange Zeit war es die feste Meinung der Ärzte und Anatomen, daß der menschliche Schädel ein starres Knochengebilde sei. Seine Aufgabe sah man lediglich darin, das Gehirn zu schützen und zur Blutbildung durch das Knochenmark beizutragen. In Amerika entstand Anfang dieses Jahrhunderts eine Osteopathenschule, die nach ausführlichen Studien beweisen konnte, daß jeder einzelne Schädelknochen eine eigene, wenn auch geringe Beweglichkeit besitzt und damit im Fluß des Gehirnwassers schwingt.

Die Knochen müssen «tanzen»

Wie wichtig eine ungehinderte Beweglichkeit der Schädelknochen ist, mußte sehr schmerzhaft Herr T. nach einer zahnärztlichen

Gehirn und Rückenmark schwimmen im Hirnwasser, umgeben von den Hirnhäuten. Das Hirnwasser pulst normalerweise mit einem Rhythmus von 6 bis 12 Zyklen pro Minute vom Gehirn zum Kreuzbein. Dabei versorgt und schützt es die empfindlichen Nervenstrukturen. Die mit Gezeitenbewegungen vergleichbaren «Wellen» des Hirnwassers bewegen die einzelnen Knochen harmonisch vom Schädel bis zum Kreuzbein. Ist ein freies Strömen nicht möglich, kann eine Vielzahl von Beschwerden auftreten.



Behandlung erfahren. Der Zahnarzt hatte ihm eine Brücke über alle Frontzähne im Oberkiefer eingesetzt. Bald darauf litt Herr T. unter starken Kopfschmerzen, die sich immer weiter steigerten. Er hielt die unerklärlichen Schmerzen nur mit großen Mengen von Schmerztabletten aus. Nach Abwägung aller denkbaren Möglichkeiten wurde zuletzt die Zahnbrücke wieder entfernt – und fast schlagartig waren die Schmerzen verschwunden.

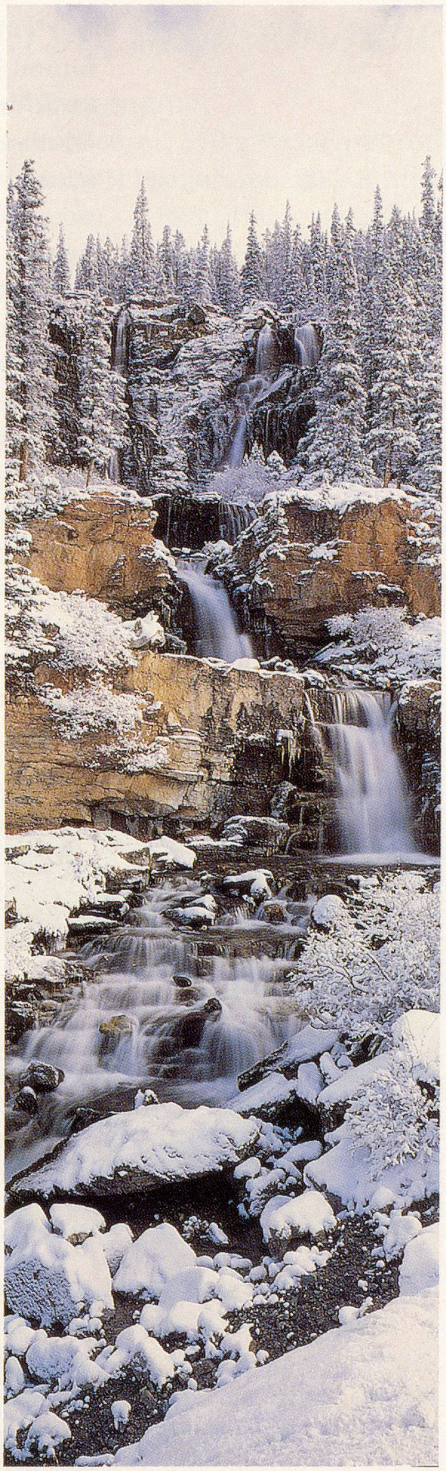
Des Rätsels Lösung lag in der Verblockung der beiden Oberkieferknochen. Die Brücke hatte die Oberkieferknochen, deren Naht zwischen den beiden Vorderzähnen verläuft, so miteinander verbunden, daß kein Bewegungsspielraum mehr gegeben war und deshalb die Knochen nicht mehr im Rhythmus des Hirnwassers schwingen konnten.

Die subtilste Art des «Knochensetzens»

Diesen Mechanismus hatte schon der amerikanische Osteopath William Garner Sutherland 1932 auf einem Osteopathenkongreß vorgestellt. Die Pulsationen, die das Hirnwasser beim rhythmischen Fluß von Kopf zu Kreuzbein verursacht, sind sogar bis in die Arme und Beine spürbar. In jahrzehntelanger Arbeit hat er sich feinste Mobilisierungstechniken angeeignet, um die Knochenbewegungen und den Hirnwasserfluß freizuschwingen.

Dieser Rhythmus kann durch verschiedenste Ursachen gestört werden, wie Verletzungen des Kopfes oder der Wirbelsäule, Verspannungen, schwere Erkrankungen oder auch seelische Probleme und Streß. Dabei können verschiedenste Beschwerdebilder auftreten: von starken Schmerzzuständen, vegetativen Fehlsteuerungen aller Organe (z.B. Magenbeschwerden, Schilddrüsenfunktionsstörungen) bis hin zu Sehstörungen, Hörproblemen, Schwindel oder Migräne. Aber auch das Gemüt und die geistige Leistungsfähigkeit können darunter leiden.

Sutherlands Schüler John E. Upledger vereinfachte diese Techniken der «cranialen Osteopathie» und entwickelte daraus die Cranio-Sacral-Therapie, die seit einigen Jahren auch in Europa ihre Anhänger findet. Wie man sich gut vorstellen kann, ist dazu jahrelange Übung und Schulung des Tastsinns nötig.



Der freie Fluß macht Wohlbefinden überhaupt erst möglich.

Wie verläuft eine Cranio-Sacral-Therapie?

Der Therapeut versucht während der Behandlung, die festgestellten Blockierungen durch spezielle, sehr sanfte Drucktechniken (nicht mehr als 5 g Druck!) hauptsächlich an Kopf und Kreuzbein aufzulösen. Auf diese Weise können die Selbstheilungsprozesse des Körpers aktiviert und eine tiefgreifende Heilung eingeleitet werden. Der Patient liegt entspannt auf dem Rücken, mit einer Decke zugedeckt.

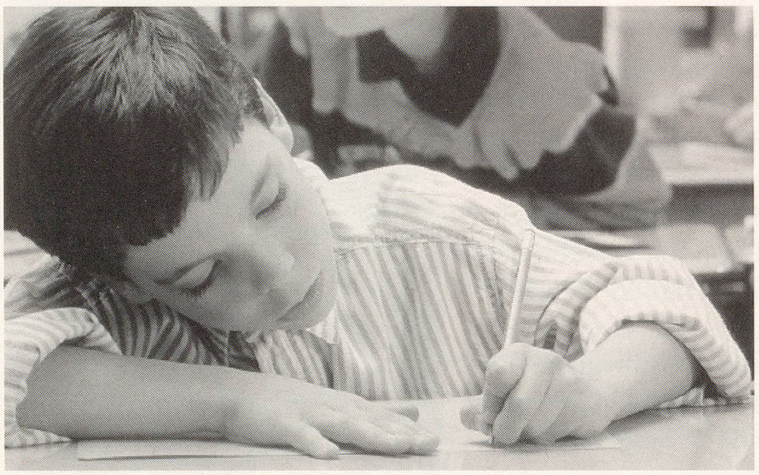
Zur Osteopathie vergleiche «Gesundheits-Nachrichten» 4/94, «Manuelle Medizin»

Der Therapeut stimmt sich auf ihn zunächst ein, betrachtet ihn und nimmt ihn in allen Einzelheiten in sich auf. Erst dann berührt er ganz sanft den Patienten mit den Händen und ertastet den Rhythmus der Hirnwasserschwingungen vom Schädel bis zum Kreuzbein. Dann kann die Behandlung mit so feinen Mobilisationsbewegungen beginnen, daß ein Zuschauer die Fingerbewegungen nicht wahrnehmen würde. Der Patient empfindet die Behandlung als höchst angenehm und außerordentlich entspannend. Dabei lösen sich oft auch emotionale Blockaden.

Gute Erfolge zeigt die Cranio-Sacral-Therapie nicht nur bei Beschwerden nach Verletzungen und Unfällen, auch bei der Migränebehandlung kann sie ganz Erstaunliches bewirken. So hat eine amerikanische Arbeitsgruppe von Cranio-Sacral-Therapeuten nachweisen können, daß Migräneanfälle schon nach zwei bis drei Behandlungen stark zurückgehen und oft völlig verschwinden können – ohne jegliche medikamentöse Zusatzbehandlung.

Cranio-Sacral-Therapie bei Kindern

Thomas S., ein neunjähriger, sehr unruhiger Junge, kam in der Schule nur schwer zurecht, war sehr zappelig, voller Ängste und Aggressionen, war unfähig, sich auf seine Aufgaben zu konzentrieren, und er schlief sehr unruhig. Kurz, er verkörperte das, was man als hypermotorisches Kind bezeichnet.



Zappelphilipps Nöte lassen sich beheben.

Der Cranio-Sacral-Therapeut fand die Beweglichkeit des Hinterhauptknochens eingeschränkt und den Rhythmus der Gehirnflüssigkeit gestört. Die Korrektur dieser Störung bewirkte eine drastische Besserung: Zur Überraschung der Eltern wurde das Kind ruhiger, konnte die Nächte durchschlafen, die Ängste gingen zurück und die schulischen Leistungen steigerten sich. Insgesamt waren nur vier knapp einstündige Behandlungen notwendig, um dem kleinen Thomas zu helfen.

Derartige Verhaltens- und Lernstörungen bei Kindern können behandelt werden, wenn sie auf Störungen des Cranio-Sacral-Rhythmus beruhen. Diese können sogar von der Geburt herrühren. Da der Kopf des Säuglings während der Geburt meistens großen Verformungen ausgesetzt ist, können bleibende Blockierungen der Schädelknochen entstehen. Selbst Lähmungen (Zerebralparesen) während oder nach der Geburt können manchmal verblüffend gebessert werden. Daß die Cranio-Sacral-Therapie generell bei Kindern so gut anspricht, ist vor allem darauf zurückzuführen, daß die Blockierungen und Verkrampfungen bei Kindern noch nicht so weit fortgeschritten sind wie bei Erwachsenen.

Kontaktadressen:
Institut für Kinesiologie, Zasiusstraße 67, D-79102 Freiburg, Tel. 0049/7621/72 729.
Gottfried-Gutmann-Akademie, Ostenallee 107, D-59071 Hamm, Tel. 0049/2381/68 65 62.