

CRANIO SACRALE KÖRPERARBEIT

Manuel, drei Monate alt, wird mir von ziemlich genervten Eltern gebracht. Er schreit viel und erbricht schwallartig nach jeder Malzeit. Er wird gestillt, trinkt hastig und schluckt viel Luft. Obwohl er ein Kaiserschnittkind ist, hat er ein leicht komprimiertes Foramen magnum, auch das rechte Schläfenbein ist relativ unbeweglich. Nach der ersten Behandlung verschwindet das Schwallerebrechen und er ist wesentlich ruhiger. Nach der zweiten sind die Symptome ganz verschwunden und ich kann mich der Behandlung der Mutter zuwenden, die heftige Beschwerden im Bereich der gesamten Wirbelsäule und starke Kopfschmerzen seit der Geburt hat. Solche Fälle sind in meiner Praxis sehr häufig. Die eben beschriebene Symptomatik des Babys ist noch eine relativ leichte. Oft sehe ich aber auch Kleinkinder und Säuglinge mit Entwicklungsverzögerungen, Hypo- oder Hypertonien, wo in vielen Fällen mit der Cranio Sacralen Körperarbeit viel zu erreichen ist.

Seit 10 Jahren beschäftige ich mich mit der Cranio Sacralen Körperarbeit. In dieser Zeit hatte ich viel mit Schwangeren und Neugeborenen zu tun. Ich habe viele werdende Müttern von ihren Kreuzschmerzen befreien, mit Hilfe der Craniotherapie Babys aus einer Beckenendlage heraus drehen können. Seit Jahren motiviere ich

Mütter, nach der Geburt zu mir in die Praxis zu kommen, um die Schädelknochen der Neugeborenen zu kontrollieren und gleichzeitig die Becken der Mütter, die oft durch die Geburt verschoben sind. In den letzten 3 Jahren habe ich mich auf die Regulierung von Babyköpfchen spezialisiert. Die Gefahr, die bei Verschiebungen der Schädelplatten auftreten kann, ist nicht zu unterschätzen. Oft sind diese Verschiebungen am Anfang kaum sichtbar, können aber im Laufe des ersten Lebensjahres bereits zu Entwicklungsstörungen führen. Es wäre sehr hilfreich, wenn eine Hebamme (die in Cranio Sacraler Körpertherapie ausgebildet ist) einige Tage nach der Geburt so ein Köpfchen kontrolliert und mit wenig Aufwand reguliert oder an einen Cranio Sacral Therapeuten, der mit dieser Arbeit vertraut ist, verweist. Sowohl den Babys als auch den Eltern würde ein oft langer Leidensweg erspart. Auch eine Beckenregulation der Mutter macht häufig eine langwierige orthopädische Behandlung überflüssig. Ich arbeite z. B. mit einem Orthopäden (der selbst Cranio Sacrale Körperarbeit gelernt hat) zusammen, der mir die jungen Mütter mit Ischialgien schickt. Innerhalb von zwei bis drei Sitzungen ist der Schmerz meist beseitigt, da das Becken wieder ausgerichtet und die Statik der Wirbelsäule wieder hergestellt ist.

Für das bessere Verständnis der Zusammenhänge, möchte ich etwas über die Cranio Sacrale Körpertherapie erzählen:

Die **Cranio Sacral Therapie** ist eine sanfte und zugleich sehr tiefwirkende Körperarbeit, die den Menschen in seiner Ganzheit anspricht und Selbstheilung auf allen Ebenen unterstützt. Sie wirkt direkt auf das Cranio Sacrale System, das im Zentrum unseres Körpers pulsiert, und bringt es zurück in seine natürliche Bewegung.

Die Behandlung gehört zur Osteopathie, einer Form der manuellen Therapie. Die ersten Ansätze stammen bereits aus der Zeit der Jahrhundertwende, gerieten jedoch wieder in Vergessenheit. Erst in den 70er Jahren wurde dieser Ansatz von Dr. John Upledger wieder aufgegriffen, weiter erforscht und wissenschaftlich belegt.

Zum **Cranio Sacralen System** gehören zunächst die Hirnhäute (Membranen), die das Gehirn umgeben und unterteilen, die Gehirnkammern mit ihren Strukturen, sowie die Membranen, die als Duralsack das Rückenmark umgeben (Dura = äußere feste Hirnhaut). In feinen Bahnen und Kanälen fließt der Liquor, die Gehirn- und Rückenmarksflüssigkeit, zwischen diesen Membranen, die das gesamte Zentralnervensystem schützend umgeben. Im Kopf (Cranium) sind diese Membranen mit den Schädelknochen verbunden, während der Duralsack im Wirbelkanal nur oben am 2./3. Halswirbel und unten am Kreuzbein (Sacrum) aufgehängt ist und dadurch frei schwingen kann. Der Liquor schützt also das Zentralnervensystem vor Erschütterungen und dient gleichzeitig als Nährflüssigkeit für Gehirn und Rückenmark.

Die Bildung dieser Flüssigkeit erfolgt zentral im Schädel an bestimmten Stellen der Gehirnkammern. Der dabei aufgebaute Druck lässt den Liquor durch das gesamte System innerhalb der Membranen strömen

und durch feine Strukturen unter der Schädeldecke wieder in den venösen Blutkreislauf zurücksickern. Die feingesteuerte periodische Bildung und Resorption der Gehirn- und Rückenmarksflüssigkeit, der damit erzeugte Aufbau und Abfall des Drucks beim Füllen und Leeren des Systems, zeigt sich nach außen in einem fühlbaren Puls, dem Cranio Sacralen Rhythmus.

Durch diesen **Cranio Sacralen Puls** dehnt sich der Schädel mit einer Frequenz von 6 bis 12 mal pro Minute aus und zieht sich wieder zusammen. Das läßt die Schädelknochen feingeordnete Bewegungen ausführen. Durch die Ausbreitung der Flüssigkeit im Duralsack streckt sich die Wirbelsäule sanft und die so entstehende Bewegung des Kreuzbeins überträgt sich auf das Becken. Aus dem Inneren des Körpers breitet sich der Puls über das Bindegewebe auf den gesamten Körper aus und ist damit überall spürbar, ähnlich dem Herzschlag und dem Atemrhythmus. Dieser Rhythmus wird auch der „primär respiratorische Rhythmus“ genannt, da er in direkten Zusammenhang mit der Zellatmung steht und vor der Lungenatmung besteht und andererseits auch der Rhythmus ist, der noch einige Zeit nach unserem Tod weiter arbeitet.

Durch behutsame indirekte Arbeit am Bindegewebe, den Membranen und den Schädelknochen werden Blockaden dieses Systems wahrgenommen und gleichzeitig behandelt. Da im Bindegewebe alte Verletzungen - sowohl körperliche als auch seelische - gespeichert sind, können wir durch diese feinfühligere therapeutische Arbeit spontanen Zugang zu wichtigen tiefgehenden Erinnerungen finden. Alte Traumata können verarbeitet, aus dem Körper entlassen, und Blockierungen damit aufgelöst werden. Das Cranio Sacrale System wird so wieder in Balance gebracht.

Meist findet dies in angenehmer Entspannung statt, was wiederum den Selbstheilungsprozess fördert.

Das Interessante an dieser Arbeit ist, daß sie so vielseitig einsetzbar ist. Dadurch, daß man indirekt mit dem zentralen Nervensystem in Kontakt ist, hat die Behandlung meistens einen weitergreifenden Effekt als die rein symptomatisch manipulative Therapie.

Diese Arbeit eignet sich zur therapeutischen Begleitung vieler Erkrankungen körperlicher und seelischer Art. Auch spezifische Probleme und Beschwerden können damit gezielt in ihrer Heilung unterstützt werden wie: Kopf- und Rückenschmerzen, Bandscheibenvorfälle, Migräne, Sehstörungen, Lernschwierigkeiten, Gehirnerschütterungen, Nachbehandlung von Schädel- und anderen Unfalltraumata oder Operationen, Dysfunktion des Kiefergelenks, Unterstützung von Kieferregulationen, emotionale Traumata, Streß, Depression und viele Symptome, die in Verbindung mit dem zentralen Nervensystem stehen.

Seit ein paar Jahren hat die cranio-sacrale Osteopathie auch bei vielen Ärzten Anerkennung gefunden. Die meisten von ihnen haben nicht die Zeit, 1½ Stunden mit einem Patienten zu arbeiten. Nachdem die Effektivität der Therapieform so offensichtlich ist, gibt es immer mehr ärztliche Kollegen, die ihre Patienten bei Bedarf an nichtärztliche Behandler weiter empfehlen. Ich selbst arbeite mit mehreren Orthopäden, Zahnärzten und Kieferorthopäden zusammen. Was mir besonders viel Freude macht, ist das Behandeln von Schwangeren, das Drehen von Babys in Beckenendlage und die nachgeburtliche Kontrolle von Säuglingen (z.B. Schwallerbrechen, Medullakompression, Beckenschiefstellung etc.), ebenso die Kontrolle des Beckens der Mütter nach der Geburt.

1. Fallbeispiel: Eine Mutter brachte ihren 11 Monate alten Sohn zu mir. Er war etwa von der Entwicklung und der Größe wie ein 6 Monate altes Baby – er war eine Sturzgeburt. Der Kleine hatte Schmerzen am Kopf, denn er hielt ständig seine Händchen an die Schläfen und weinte viel, er konnte kaum essen und schlief nicht durch. Das Köpfchen war völlig verformt und der Kinderarzt meinte, daß das Kind geistig retardiert sei. Nach einer sanften Ausrichtung des Keilbeines, dem Lösen der Schläfenbeine und dem Befreien der Scheitelbeine (zweimalige Behandlung), schickte ich die Mutter nach Hause, da sie aus Stuttgart kam. Sie berichtete, daß ihr Sohn eine Woche später bereits anfang zu krabbeln, daß er besser esse und nicht mehr die Hände am Kopf habe. Zwei Monate später führte ich weiter Behandlungen am Kopf durch. Inzwischen schläft der Kleine, er futtert wie ein Scheunendrescher, läuft und babbelt, sein Köpfchen hat inzwischen eine normale Form. Sein Längenwachstum ist noch verzögert, es ist anzuraten für die Dauer von 2 Jahren in einem halbjährigen Abstand weitere Behandlungen durchzuführen.

2. Fallbeispiel: Eine homöopathisch arbeitende Gynäkologin schickte mir eine 45 Jahre alte Patientin, die seit der Geburt des letzten Kindes an starker Migräne, während der Regel litt. Ich konnte neben einer leichten Beckenschiefstellung, einen linksseitig verschobenen Atlas, ein gedrehtes und abgekipptes Keilbein, ein linkes nicht bewegliches Schläfenbein und eine Dysfunktion des linken Kiefergelenks palpieren. Nach der 3. Sitzung hatte die Patientin, während ihrer Regel nur noch leichte Kopfschmerzen.

Die Cranio Sacral Therapie ist eine wunderbare Möglichkeit, die Selbstheilungskräfte auf sanfte Art wirkungsvoll zu mobilisieren.

Eine Behandlung bei einem Erwachsenen dauert etwa 1 - 1½ Stunden, bei Babys und Kleinkindern richtet sich die Dauer, Häufigkeit und Frequenz der Sitzungen nach den individuellen Bedürfnissen des einzelnen. Im allgemeinen sind 5 - 10 Sitzungen ausreichend.

Autorin: HP Anne Mohr-Bartsch, Kirchenstr. 1, 85540 Haar

Kursnachfrage: 089/4606262