

Heilung durch Berührung *(Aus der Mitarbeiterzeitung der Concordia)*

Immer mehr Patienten begeben sich auf der Suche nach alternativen Heilmethoden in die Hände von Craniosacral-Therapeuten. Auch die Schulmedizin zeigt zunehmendes Interesse für diese noch junge, Erfolg versprechende Therapie.

Nach einem Unfall plagten Corinne Desgraz (Sanitas Solothurn) Kopf-, Nackenschmerzen und Konzentrationsstörungen: klassische Symptome eines Schleudertraumas. In solchen Fällen ist der Gang zum Physiotherapeuten ebenso klassisch. Seit einiger Zeit lässt sich aber Corinne Desgraz zusätzlich durch eine Therapeutin craniosacral behandeln. «Die Physiotherapie hat mir vor allem wieder zur Beweglichkeit verholfen», erzählt sie. Als die Schmerzen aber nicht verschwinden wollten, wurde ihr von einer Freundin die Craniosacral-Therapie (CST) empfohlen. «Meine Kopf- und Nackenschmerzen sind fast weg», sagt Corinne Desgraz.

Hilfe gegen Schmerzen und Spannungen

Auch Menschen mit Migräne, Rückenschmerzen oder solche, die unter den Folgen von großem Stress leiden, berichten von Heilungserfolgen durch die CS-Therapie. Hyperaktiven Kindern, die in der Schule durch ihr Verhalten auffallen, kann ebenfalls geholfen werden. Weil die Methode mit äusserst sanften Berührungen und Bewegungen arbeitet, eignet sie sich auch für Neugeborene, Kleinkinder und gebrechliche Menschen. Doch worauf beruht die Craniosacral-Therapie?

Vom Schädel zum Kreuzbein

Die Craniosacral-Therapie hat sich aus der medizinischen Richtung der «Osteopathie» (wörtlich: Krankheit, die von den Knochen herrührt) entwickelt. Die Osteopathie lehrt, dass kleinste Verschiebungen und Unregelmässigkeiten im Skelett den ganzen Körper in ein Ungleichgewicht bringen und für verschiedene Krankheiten verantwortlich sind.

Der amerikanische Osteopath William G. Sutherland entwickelte aus der Osteopathie zu Beginn des letzten Jahrhunderts die Craniosacrale Therapie. Wichtigster Ansatz dabei ist die Annahme, dass die Schädelknochen (Cranium) und das Kreuzbein (Sacrum) zwischen den Beckenknochen bis ins hohe Alter innerhalb ihrer gegebenen Struktur beweglich bleiben. Das ist mit ein Grund, weshalb diese Therapieform bei Schulmedizinern Skepsis hervorruft. Denn die gängige anatomische Lehre besagt, dass die Schädel- und Kreuzbeinknochen beim Erwachsenen unbeweglich sind.

«Breath of Life»

Aufgrund seiner Beobachtungen kam Sutherland zum Schluss, dass Gehirn und Rückenmark sich in einem bestimmten Rhythmus bewegen, der von Atmung und

Herzschlag unabhängig ist. Dieser craniosacrale Rhythmus geht, so die Annahme, vom so genannten Hirnwasser aus. Es umspült Gehirn und Rückenmark und schützt sie vor äusseren Einflüssen. Sutherland nannte den Rhythmus «Breath of Life» (Atem des Lebens), weil er vermutete, dass der Craniosacrale Impuls schon beim Embryo vorhanden ist.

Dem «Pendel» neuen Schwung geben

Der deutsche Kinderarzt Rudolf Merkel leitet in der Schweiz seit Jahren eine Schule für Craniosacrale Osteopathie. In seiner Praxis behandelt er Kinder jeden Alters. In seinen Händen werden von Dreimonatskrämpfen geplagte Babys ruhig, apathische Kinder aktiver und ängstliche oder in der Entwicklung rückständige Kinder finden nach der Behandlung zu körperlichem und seelischem Gleichgewicht.

«Es geht darum, durch feine Impulse, Blockaden zu lösen und den Craniosacralen Rhythmus wieder in seinen natürlichen Fluss zu bringen», umschreibt Rudolf Merkel seine Arbeit. «Es ist, als würde ich dem Pendel immer wieder neuen Schwung geben, in der Hoffnung, dass es anschliessend selbständig und etwas kraftvoller schwingt.»

Subtilste «Handarbeit»...

Die Hände des Therapeuten wirken bei der Behandlung wie Seismographen. Sie ertasten den Craniosacralen Rhythmus, der an den Schädelknochen, beim Kreuzbein und am ganzen Körper fühlbar ist. Wo Blockaden oder alte Verletzungen vorliegen, sei der Impuls nur schwach oder gar nicht zu spüren, so die Lehre. Durch subtilste und gezielte Bewegungen an den Schädelknochen oder an anderen Stellen des Körpers versucht der Therapeut, diese wieder zu «richten». Sind die Blockaden einmal gelöst, kann der Craniosacrale Rhythmus ungehindert durch den ganzen Körper fliessen und so dessen Selbstheilungskräfte mobilisieren.

Ergänzung zur Schulmedizin

Obwohl die Wirkungsweise der Therapie nicht bis ins letzte Detail beschrieben oder belegt werden kann, interessiert sich auch die Schulmedizin für Craniosacral-Therapie. So arbeitet das Migräne- und Schmerzzentrum am Universitätsspital Zürich eng mit CS-Therapeuten zusammen. Auch im kiefer-orthopädischen Bereich kommt es bereits zur Zusammenarbeit zwischen Zahnärzten und CS-Praktizierenden. Im Rahmen der Zusatzversicherung übernehmen die meisten Kassen die Kosten der Craniosacral-Therapie.

Weitere Infos: Dr. Rudolf Merkel www.cranioschule.ch