

## GRUNDLAGEN

### DEFINITION

Die Craniosacrale Balance bzw. Therapie ist eine sanfte, manuelle Form der Körperarbeit, deren Ausgangspunkte der Schädel, unsere Wirbelsäule und das Kreuzbein bilden. In der Regel wird sehr sanft mit leichtem Druck (1 – 3 Gramm) gearbeitet.

Die Craniosacrale Therapie stellt einen Teilbereich der Osteopathie dar. In der Praxis finden *biomechanische* und *biodynamische* Techniken ihren Einsatz.

### GESCHICHTE

Bereits im 17. Jahrhundert stellten italienische Wissenschaftler und Mediziner Bewegungen der Knochen und Hirnhäute fest. Da jedoch in den meisten anderen europäischen Ländern die Medizin auf Ergebnissen englischer Wissenschaftler beruhte, die andere pathologische Verfahren verwendeten, herrschte lange Zeit die Meinung vor, dass unsere Schädelknochen fest miteinander verwachsen wären.

Im 19. Jhd. „entdeckte“ WILLIAM GARNER SUTHERLAND Knochenbewegungen des Schädels, die er auf das Ebbe-Flut-Prinzip einer das Gehirn umgebenden Flüssigkeit (sogen. Liquor) zurückführte. Er bezeichnete diese Bewegung als primären respiratorischen Mechanismus und gilt als Begründer der Cranialen Osteopathie.

Ein weiterer Durchbruch gelang JOHN E. UPLEDGER in den 70er Jahren als er basierend auf einer Gehirnoperation diese Bewegung der Schädelknochen wissenschaftlich nachweisen konnte.

### GRUNDBEGRIFFE

**Cranium** = Schädel bestehend aus Hinterhauptsbein, Scheitelbein, Schläfenbein, Keilbein, Stirnbein u.a.

**Sacrum** = Kreuzbein: dreiecksförmig verwachsene Wirbel der Wirbelsäule mit direktem Kontakt zum Becken

**Wirbelsäule** bestehend aus 7 Halswirbeln, 12 Brustwirbeln, 5 Lendenwirbeln, Kreuzbein u. Steißbein

**Liquor** Flüssigkeit, die das Gehirn umgibt und auch im Wirbelkanal vorhanden ist

**CSI** Bewegung der Körperbereiche ausgelöst durch die Produktion und Resorption des Liquors im Gehirn

