

CRANIOSACRAL THERAPIE UND FUNKTIONELLE OSTEOPATHIE INTEGRATION (FOI)

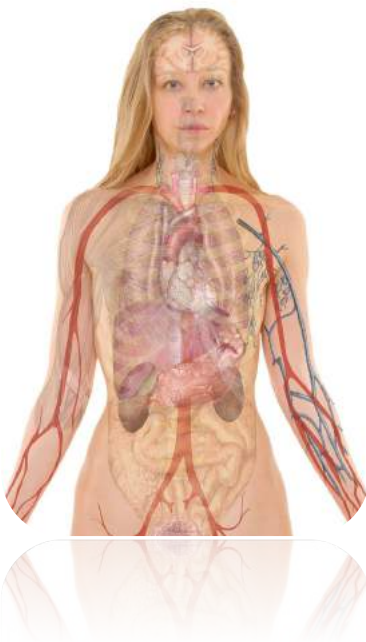


Das Rückgrat der Lebensqualität

NEWSLETTER - AUSGABE JULI 2016

Viszerale Craniosacral Therapie

Definition	2
Ursache und Symptome	2
Therapie	3



Viszerale Craniosacral Therapie

Die inneren Organe haben über ihre Einbettung in das Bindegewebe und über Rückmeldungen durch das Nervensystem Auswirkungen auf den Bewegungsapparat.

Für eine ganzheitliche Behandlung innerhalb der Craniosacral Therapie ist deshalb der Einbezug der manuellen Arbeit an den Organen oft sehr sinnvoll.

Definition

Viele Patienten, die Beschwerden am Bewegungsapparat haben, werden meistens in der Physiotherapie behandelt. Da die Ursache dieser Beschwerden manchmal in den Organen zu finden ist, ist oft nicht bekannt.

Die **viszerale Therapie** beschäftigt sich mit den Organen im **Brust-, Bauch- und Beckenraum** und mit den Zusammenhängen zwischen diesen Bereichen und den Auswirkungen auf den Bewegungsapparat, das **Nervensystem** und die Extremitäten. Die **viszerale Craniosacral Therapie** fokussiert auf das Ertasten und auf die Behandlung von Störungen innerer Organe.

Ursache und Symptome

Jedes Organ weist eine **innerliche und eine von anderen Organen unabhängige räumliche Beweglichkeit** auf.

Die Beweglichkeit der Organe zueinander und zu einhüllenden oder stützenden Strukturen (**Muskeln** und **Bindegewebe**) wird **Mobilität** genannt.

Die innerliche Bewegung eines Organes wird **Motilität** genannt. Dies sind **feine tastbare Eigenbewegungen**, die die Vitalität vom Organ aufweist.

Um diese Bewegungen zu ertasten und zu behandeln ist ein Wissen in die embryonale Entwicklung der Organe von grosser Bedeutung, da sich genau in diesen embryonalen Entwicklungsbewegungen (**Aufsteigen bzw. Ascendus und Absenken bzw. Descensus**) spätere Probleme entwickeln können.

Schwäche bzw. Senkungen von **Niere, Gebärmutter** und **Blase** mit Folgen wie relative **Inkontinenz, Zyklus- und Menstruationsstörungen** sind typische Behandlungsindikationen.

Eine **gute Motilität** (Rhythmik) und **Mobilität** (*Bewegung im weiteren Sinne*) von den Organen ist also sehr wichtig. Nur so hat ein Organ die Möglichkeit seine normale Funktion auszuführen.

Die Organe reagieren spezifisch auf bestimmte Situationen, um gesund zu bleiben. Hält z.B. eine **Stresssituation** bzw. **eine emotionale Situation** lange an, kommt es zur Ermüdung des Organs. Die Reflexmechanismen über die **Blut- und Nervensysteme** erschöpfen sich, es kommt zum Verlust der entsprechenden Versorgung des Organs und die räumliche Stabilität lässt nach. Da der Körper immer wieder versucht die Harmonie zu bewahren, kommt es primär zur **Spannungsänderung im Organ** selbst. Später stützen die Nachbarorgane das beanspruchte und schwache Organ und kompensieren das Ungleichgewicht. Im Laufe der Zeit verbraucht aber auch dieser Prozess viel zu viel Energie. Diese **Ermüdung** können dann nur noch die Muskeln und die Körperhaltung ausgleichen. **Chronische Beschwerden**, wie **Nackenschmerzen** sind z.B. Folge einer Überlastung bestimmter Muskelbereiche. Auch **Wirbelgelenke** und **Bandscheiben** können in diesen Prozess integriert sein. **Haltungsmuster, Narben, Entzündungen** und **traumatische Ereignisse** wie **Unfälle, Operationen** und **starke emotionale Schocks** können aber ebenso gut Ursachen und Auslöser von funktionellen Störungen der Organe sein.

Therapie

Die Viszerale Therapie gibt die Möglichkeit, die Bewegungsstörungen am schwachen Organ wieder zu normalisieren.

Ziel ist es den natürlichen Reflexmechanismus wiederherzustellen. Die Behandlung soll nicht nur die Symptome lindern, sondern vor allem die **Ursachen beheben**, Auslöser der Beschwerden beseitigen, Schonhaltungen lösen und somit dem Organismus wieder mehr Energie zur Verfügung zu stellen, so dass alte Muster verschwinden und nach und nach weitere Veränderungen von selbst eintreten können.

Der **Therapeut** ertastet die feinen Eigenbewegungen der Organe ab und macht sich so ein Bild über den Gesundheitszustand des jeweiligen Organs. Er kann nun das **Organ mobilisieren** und „**Fehlstellungen**“ direkt durch sanfte Bewegungen beheben, oder provokativ die Problematik verstärken um damit **Gefäße** und **Nerven** zu stimulieren (*indirekte Technik*). So wird die Eigendynamik des Organs wiederhergestellt und ein Gleichgewicht zwischen **inneren Organen** und **Muskeln** erreicht. **Anheftungen** via Bänder der Organe können mobilisiert werden, **Bindegewebsverklebungen** gelöst, gestaute Gewebe drainiert und damit die Funktion der Organe unterstützt werden. Die **körpereigenen Selbstheilungskräfte** werden aktiviert und chronische Mechanismen aufgelöst. Die beiden Anteile des **autonomen Nervensystems** (**Sympathikus/Parasympathikus**) harmonisieren sich. Vor allem bei stressbezogenen Symptomen wie **hohem Muskeltonus**, **Schlaflosigkeit**, **Zähneknirschen** und **Tinnitus** etc. spielt dieser Bereich des Nervensystems eine Schlüsselrolle.

Therapeutische Wirkungen

- Verbesserung der Mobilität
- Verbesserung der Muskelspannung
- Verbesserung der Durchblutung
- Förderung der Lymphzirkulation
- Verbesserte Funktion im Nervensystem
- Normalisierung des Stoffwechsels
- Verbesserung des Hormonhaushaltes
- Positiver Einfluss auf die Psyche

Nächste Ausgabe:
August 2016

Thema:
Kinesio Taping



Bild von K-Tape

Wenn Sie den monatlichen Newsletter abonnieren möchten, wenden Sie sich bitte an bodytherapy@bestler-practice.ch oder registrieren Sie sich auf folgender Web-Seite <http://www.bestler-practice.ch/Subscribe.html>

Unter der gleichen Mail-Adresse nehmen wir auch gern Feedback entgegen.

Herzliche Grüsse
Roseline Bestler



Zürcherstrasse 27, 5400 Baden

www.bestler-practice.ch

Termine bei Ivana Silvestri:

Online Terminbuchungssystem: www.bestler-practice.ch/Termin.html

Tel. 056 511 05 75



Roseline Bestler,
Gründerin von Bestler Practice
Mail: bodytherapy@bestler-practice.ch



Ivana Silvestri,
Selbständige Therapeutin bei Bestler Practice in Baden
Mail: i.silvestri@bestler-practice.ch