

## **Die Cranio-Sacrale Therapie nach Upledger**

Das Cranio-Sacrale-System umfasst den Schädel (das Cranium) und die Wirbelsäule mit dem Kreuzbein (das Sacrale). Dazu gehört ein Membransack aus Bindegewebe (die Dura Mater) der auch „harte Hirnhaut“ genannt wird. In ihm ist unsere Gehirnflüssigkeit (der Liquor) enthalten, der unser Gehirn und das Rückenmark sowohl schützt als auch ernährt.

Diese Flüssigkeit wird aus dem Blut der Gehirngefäße in ständiger Weise produziert, und versorgt Hirn und Rückenmark, bevor sein Rücktransport in den Blutkreislauf stattfindet.

Normalerweise führt diese Produktion und Absorption des Liquors zu einem ständigen Anstieg und Abfall des Flüssigkeitsdrucks in dem Cranio-Sacralen-System. Diese rhythmischen Druckschwankungen bewirken eine Ausdehnung und ein Sich-Wieder-Zusammenziehen und beträgt beim gesunden Menschen zwischen 6 und 12 Zyklen in der Minute.

Diese rhythmischen Bewegungen werden über Faszien (bindegewebige Strukturen) im gesamten Körper fortgeleitet und sind dadurch vom Behandler überall zu spüren.

Ist der Cranio-Sacrale-Rhythmus beeinträchtigt, kann sich dies auf unseren gesamten Organismus auswirken.

Mit sanften manuellen Techniken kann der Behandler dem Cranio-Sacralen-System wieder zu einer freien Pulsation verhelfen, welche das innere Milieu vom zentralen Nervensystem verbessert und den Körper in seiner Selbstheilung stärkt.