



Craniosacrale therapie richt zich op behandeling van de mens als geheel. Het is een ondersteuningsvorm om mensen te helpen om de oorzaak van hun klachten te achterhalen en bij de oorsprong te behandelen.

Het cranio sacrale systeem

Onze hersenen en wervelkolom met ruggenmerg worden omgeven en beschermd door beweeglijke schedelbotten en drie vliezen. De belangrijkste van deze drie vliezen is de **Dura Mater**. Deze omvat de hersenen en wervelkolom met ruggenmerg. Binnen dit cranio (schedel) sacrale (stuitje) systeem circuleert de hersen- en ruggenmergvloeistof. De aanmaak hiervan, in de hersenen, veroorzaakt uitzetten van de schedelbotten en opname van deze vloeistof veroorzaakt inkrimping van de schedelbotten. Dit geeft het zogeheten **Cranio-Sacraal Ritme** dat overal op het lichaam voelbaar is.

Ons hele functioneren wordt geregeld door onze hersenen en ruggenmerg, samen het **Centraal Zenuwstelsel**. Het cranio sacrale systeem is eigenlijk het 'milieu interne' voor het centrale zenuwstelsel en is voorwaarde

scheppend voor de ontwikkeling, groei en functie van het gehele zenuwstelsel.

Door de relatie die het cranio sacrale systeem heeft met de verschillende andere fysiologische systemen, zoals ademhaling, bloedsomloop, zenuwstelsel, hormoon en musculoskeletale systemen vindt er een wederzijdse beïnvloeding plaats.

Hoe werkt het

De dura mater maakt onderdeel uit van een groot netwerk aan **fascie** (bindweefsel) door ons hele lichaam. Alle structuren in ons lichaam zijn omhuld door fascie. Bindweefsel kan informatie opslaan. **Onderzoeken** van de afgelopen vijftien jaar tonen aan dat het bindweefsel een functie heeft in ons lichaam vergelijkbaar met de werking van ons **brein**, minder complex en vooral snel. Informatie wordt dus onbewust ook in je lijf opgeslagen.

De mate van elasticiteit van de fascie draag bij aan ons vermogen tot vrij kunnen bewegen en functioneren. Maar fascie blijkt gevoelig voor verstoringen en trauma's; onverwerkte fysieke of emotionele trauma's kunnen voor spanningen of zogenaamde '**blokkades**' in de fascie zorgen. Dit kan (onverklaarbare) klachten veroorzaken in ons bewegingsapparaat. Via het werken met de fascie kun je de brug leggen tussen fysieke en emotionele klachten.

De behandeling

Er wordt gebruik gemaakt van specifieke, subtiele technieken, zowel in de fysieke aanraking als in de therapeutische dialoog. De therapeut voelt door middel van het cranio sacrale ritme waar de blokkade zich bevindt en wat die blokkade nodig heeft weer in beweging gezet te worden.

Omdat we de mens als een geheel beschouwen is het voor ons in eerste instantie ook niet van belang of de oorzaak van de klachten van (overwegend) fysieke of emotionele aard is. De behandelaar zal werken aan het optimaliseren van de elasticiteit en ruimte binnen de schedelbeenderen en de overige delen van het cranio sacrale systeem en het lichaam uitgenodigd zich te ontspannen en ruimte te scheppen.

Bij welke klachten

Aangezien cranio sacraal therapie het lichaam uitnodigt weer zo veel mogelijk te gaan functioneren zoals het bedoeld is en het zelfherstellend vermogen stimuleert, is het soort klachten dat behandeld kan worden zeer divers.