

Inhaltsverzeichnis

1

Grundlagen

1.1	Kurze Geschichte der kraniosakralen Osteopathie	2
1.2	Die kraniosakrale Therapie in der manuellen Medizin	3
1.2.1	Chancen der kraniosakralen Therapie	3
1.2.2	Kritik an der Methode	3
1.2.3	Schwierigkeiten beim Erlernen und Umsetzen der kraniosakralen Therapie	3
1.2.4	Folgen	4
1.2.5	Paradigmenwechsel	4
1.3	Die „kranialen Rhythmen“	5
1.3.1	Die Grundlagen der kraniosakralen Bewegung	5
1.3.2	Liquorproduktion und Liquorfluss	10
1.3.3	Die „kraniale“ Bewegung im Körper	13
1.3.4	Relative Bewegungseinschränkung und Überbeweglichkeit	13
1.4	Therapiensätze und Stile	14
1.4.1	Krankheits- und Gesundheitsparadigma	14
1.4.2	Was ist das „zu Therapierende“?	14
1.4.3	Therapeutische Vorgehensweisen und ihre Ergebnisse (Klassifizierung nach M. Allen)	17
1.4.4	Synopsis: Erweiterte Vorgehensweisen (nach Pauls, Volery-Perretten, Ciny und Weber)	23
1.5	Therapeutische Reizsetzung am kranialen System	24
1.5.1	Therapeutische Reizsetzung als Kommunikationstechnik	24
1.5.2	Reizdosis	25
1.5.3	Reizqualität	28
1.5.4	Stressinduzierende und stressreduzierende Reizsetzung	29
1.6	Klinische Einsatzmöglichkeiten	31
1.6.1	Bedeutung für Funktion und Trophik des ZNS	31
1.6.2	Feinkalibrierung der Strukturbalance und der Koordination des Stütz- und Bewegungsapparates	31
1.6.3	Stimulierung des Immunsystems	31
1.6.4	Ausgleich energetischer Dysbalancen	32

1.7	Anatomie	33
1.7.1	Einführung	33
1.7.2	Schädel	33
1.7.3	Bindegewebige Strukturen	37
1.7.4	Muskelansätze an der Schädelbasis	42
1.7.5	Venöser Abfluss	45

2

Therapievoraussetzungen in Theorie und Übungen

2.1	Grundvoraussetzungen der kraniosakralen Therapie	48
2.2	The map and the territory – Wissen und Wirklichkeit	48
2.3	Anforderung an den Therapeuten	50
2.3.1	Der Kontakt mit dem Patienten	50
2.3.2	Erkennen der Berührungsqualitäten	50
2.3.3	Arbeitshaltung der ressourcenorientierten kraniosakralen Therapie	50
2.3.4	Das Timing – die zeitliche Abstimmung	51
2.4	Krafteinsatz und Wirkungen	52
2.5	Palpation	53
2.5.1	Allgemeine theoretische Voraussetzungen	53
2.5.2	TranssensuS	54
2.5.3	Tiefenkontakt und Fokus	54
2.5.4	Palpation und Tiefenkontakt	54
2.6	Bewegungswahrnehmung	58
2.6.1	Wahrnehmung der passiven Beweglichkeit	58
2.6.2	Wahrnehmung der aktiven Bewegung	63
2.7	Begleiten und Beobachten	67
2.7.1	<i>Begleiten</i>	67
2.7.2	<i>Reine Beobachtung</i> – Pure observation	67
2.7.3	Handübung Hand in Hand	68
2.7.4	Handübung Hand in Hand – Varianten	70
2.7.5	Handübung unter Last	71
2.7.6	Handübung in der <i>Reinen Beobachtung</i>	71
2.7.7	Standübung in der <i>Reinen Beobachtung</i>	73
2.8	Fokus	74
2.8.1	Fokus von innen	75
2.8.2	Mentaler Fokus	76
2.9	Reizdosierung	77
2.9.1	Grundlagen der Reizdosierung	77
2.9.2	Reizdosierung bei träger Reaktionslage	77
2.9.3	Reizdosierung bei normaler Reaktionslage	79

2.10	Absicht und Absichtslosigkeit	80
2.10.1	Die therapeutisch wirksame Absicht	80
2.10.2	Absicht, Bewegungskoordination und unwillkürliche Bewegung	80
2.10.3	Übungen zur Bewegungsabsicht und zur Bewegungsbahnung	81
2.10.4	Absicht und Reizdosierung	82
2.10.5	Absicht und Wirkungen	83
2.10.6	Absichtslosigkeit	84
2.11	Timing und Rhythmus	85
2.11.1	Timing – die zeitliche Abstimmung	85
2.11.2	Timing-Übungen Stift tauschen	87
2.11.3	Timing-Übungen Rocking	87
2.11.4	Timing-Übungen Schub ins Gelenk	88
2.12	Energetischer Kontakt	89
2.12.1	Vorbemerkung	89
2.12.2	Die drei Ebenen der Behandlung	89
2.12.3	Kraniale Therapie als (energetische) Kommunikationstechnik	90

3

1. Schritt: Behandlung des zervikokraniellen Überganges

3.1	Grundlagen	94
3.1.1	Anatomische Orientierung für die Behandlung der HWS	94
3.1.2	Palpation der HWS	95
3.2	Entspannung der Halsmuskelansätze am Hinterhaupt	97
3.3	Globale Untersuchung und Behandlung der HWS	98
3.3.1	Die orientierende passive Prüfung der HWS in Rückenlage	98
3.4	Segmentbezogene HWS-Techniken von dorsal	100
3.4.1	Mittlere HWS	100
3.4.2	Untere HWS	101
3.4.3	Obere HWS	103
3.5	Ventrale Spannungspunkte der HWS	105
3.5.1	Behandlung der ventralen HWS-Spannungspunkte (Mm. scaleni)	105
3.6	Überhangstechniken	107
3.6.1	HWS-Behandlung im Überhang	107

4

2. Schritt: Entlastung der neurolymphatischen Reflexpunkte

4.1	Die neurolymphatischen Reflexpunkte – Einführung	112
4.1.1	Historischer und physiologischer Hintergrund	113
4.1.2	Anatomische Lage und Gestalt (Morphologie)	113
4.1.3	Allgemeine Indikationen	115

4.2	Behandlung	116
4.2.1	Behandlungsablauf	116
4.2.2	Praktische Behandlungstipps	117
4.3	Neurolymphatische Therapie der Sinnesorgane und des ZNS	120
4.3.1	Augenzonen	120
4.3.2	Ohrpunkte	123
4.3.3	Nasenpunkte	127
4.3.4	Kleinhirnpunkte	130
4.3.5	Gehirnpunkte (Gehirnzonen)	133
4.4	Neurolymphatische Entlastung der Muskulatur	136
4.4.1	Zungenpunkte	136
4.4.2	Zone für die tiefe Nackenmuskulatur (Punkt Nasennebenhöhle)	138
4.4.3	Punkte für die Kaumuskulatur	141
4.4.4	Punkte für den M. trapezius (oberer Anteil, Pars descendens)	142
4.4.5	Punkte für die sakrospinale Muskelgruppe vom Kreuzbein bis zum Hinterhaupt	144
4.4.6	Punkte für den M. sternocleidomastoideus	146

5

3. Schritt: Entlastung durch Balance-Techniken

5.1	Bilaterale Balancetechniken	150
5.1.1	Ohren-Balancement – Ear-Balancing	150
5.1.2	Augen-Balancement – Eye-Balancing	152
5.2	Schielbehandlung	153

6

4. Schritt: Kraniale Untersuchungs- und Behandlungstechniken

6.1	Vorgehensweise	156
6.1.1	Orientierende Untersuchung	156
6.1.2	Palpation der Oberflächenstrukturen	158
6.1.3	Funktionsprüfung der Kopf- und Kiefergelenke sowie der oberen HWS	159
6.1.4	Kinesiologische Belastungsprüfung	159
6.2	Palpation und Behandlung von Suturen	161
6.2.1	„Spare-Rib-Effekt“ und Orientierungsprobleme	161
6.2.2	Basisbehandlungstechniken	162
6.2.3	Lokale Behandlung	164
6.2.4	Die Lokalisation weiterer Schädelnähte	172
6.2.5	Techniken zur Schubentlastung und Traktionsreizsetzung an ausgewählten Suturen	175
6.2.6	V-Spreiz-Technik (V-Spread)	178
6.3	Flexibilität und Mobilität	180
6.3.1	Stirnbein (Os frontale)	182
6.3.2	Scheitelbein (Os parietale)	183

6.3.3	Schläfenbein (Os temporale)	185
6.4	Kontaktaufnahme und Reine Beobachtung	189
6.4.1	Gewölbe-Halt-Technik – Vault-Hold (nach M. Allen)	189
6.4.2	Die „Tonleiter“ nach A. L. Pauls (O. Ciny, M. Volery-Perretten)	191
6.5	Begleiten und Folgen	202
6.5.1	Scheitelbein (Os parietale)	203
6.5.2	Schläfenbein (Os temporale)	205
6.5.3	Stirnbein (Os frontale)	206
6.5.4	Große Flügel des Keilbeines (Alae majores ossis sphenoidalis)	208
6.6	Unterstützen, Betonen und Stimulieren	210
6.6.1	Unterstützen	211
6.6.2	Betonen	211
6.6.3	Still-Point- oder Ruhepunkt-Technik (W. Sutherland, M. Allen)	212
6.6.4	Phase 5-Technik der Ortho-Bionomy – die dynamische Innenbewegung	213
6.6.5	Unwinding	214
6.6.6	Reflextechniken	216
6.7	Sphenobasillare Syndesmose (SSB)	219
6.7.1	Stress- und Läsionsmuster der SSB	220
6.7.2	Behandlung der SSB bei Belastungen	222
6.8	Viszerale Strukturen	225
6.8.1	Die reziproken Membranen: Großhirnsichel, Kleinhirnsichel und Kleinhirndach ..	225
6.8.2	Venensinus	235
6.8.3	Zentralfaszie (Longitudinalfaszie)	238
6.9	Techniken zur Immunstimulation und -modulation	240
6.9.1	Ventrale Unterstützung der Liquordrainage nach Wiese	242
6.9.2	Dorsale Unterstützung der Liquordrainage nach Weber	244
6.10	Gesichtsschädel	248
6.10.1	Globalbewegungstendenzen des Gesichtsschädels (nach Pauls und Ciny)	248
6.10.2	Knochen des Gesichtsschädels	254
6.11	Unterkiefer und Kiefergelenk	264
6.11.1	Anatomie des Kiefergelenkes	264
6.11.2	Behandlung des Kiefergelenkes	266
6.11.3	Behandlung des Unterkiefers	277
6.12	Zähne (Dentes)	279
6.13	Zungenbein (Os hyoideum)	283
6.14	Mundboden, Platysma und Halsfaszien	286
6.14.1	Mundbodenmuskulatur	286
6.14.2	Platysma und Halsfaszien	288
6.15	Energetische Techniken	289

7

5. Schritt: Die Integration der Wirbelsäule und des Kreuzbeines

7.1	Wirbelsäule	292
7.1.1	Wirbelsäulenmobilisation und Bewegungsharmonisierung durch Schaukeln (Rocking)	292
7.1.2	Wirbelsäulenbalance durch die Katzenpfoten-Technik	296
7.2	Kreuzbein (Os sacrum)	298
7.2.1	Anatomie	298
7.2.2	Beweglichkeitsprüfung des Kreuzbeines	300
7.2.3	Bimanuelle Behandlung des Kreuzbeines	304
7.3	Wirbelsäulenintegration durch die Hinterhaupt-Kreuzbein-Technik	305
7.4	Entlastung der Iliosakralgelenke	310

8

Anhang

Vegetative Begleitreaktionen bei der kraniosakralen Therapie	312
Behandlungsstrategien	313
Ausbildung	319
Kontaktadressen	322
Literatur- und Quellenverzeichnis	325
Sachverzeichnis	329