



## KONTAKT

PhysioPraxis Kirchdorf  
Dr. Wayand Ring 43 C / 4  
4560 Kirchdorf/Krems  
Sternpark Kirchdorf

**Martina Kastner**  
Freiberufliche Physiotherapeutin  
0660 / 495 1929  
martina@physiopraxis-kirchdorf.at

**Gerda Kastner**  
Freiberufliche Physiotherapeutin  
0650 / 527 8637  
gerda@physiopraxis-kirchdorf.at

*Ihre  
Gesundheit in  
guten  
Händen*

**CranioSacral Therapie**

nach John E. Upledger

# Anwendungsbereich

Ziel der Upledger CranioSacral Therapie® ist die Entspannung aller Körpergewebe, insbesondere des CranioSacralen Systems. Sie unterstützt Selbstheilung, Gesundheit und Wohlbefinden in jedem Lebensalter. Sie hat einen hohen Stellenwert in der Gesundheitsvorsorge und unterstützenden Einfluss in beispielsweise folgenden Bereichen:

- Nacken- und Rückenbeschwerden, Gelenks- und Muskelschmerzen
- Kopfschmerzen, Migräne
- Erkrankungen der Atemwege
- Wiederkehrende Infekte und Autoimmunerkrankungen
- Kieferorthopädische Probleme
- Überlastung, Erschöpfung, Burnout, psychosomatische Erkrankungen
- Kinderwunsch und Schwangerschaftsbegleitung
- Stillprobleme, Koliken, Schreibabys
- Konzentrations- und Lernschwierigkeiten, Entwicklungsverzögerungen

# Heilsamer Kontakt

CranioSacral Therapeutinnen arbeiten mit achtsamer Berührung am bekleideten Körper. Der sorgsame Kontakt schafft ein Umfeld, in dem sich der behandelte Mensch in seiner Gesamtheit wahrgenommen fühlen kann.

Diese sicherer und geborgenen Atmosphäre erleichtert die Entspannung. Während des gesamten Prozesses können Emotionen oder Erinnerungen an die Oberfläche kommen, die wertschätzend begleitet und bestmöglich integriert werden.

Die Upledger CranioSacral Therapie® kann ärztliche Maßnahmen nicht ersetzen, dies aber sehr gut ergänzen.

# CranioSacral Therapie

Nach John E. Upledger

**Die Upledger CranioSacral Therapie® ist eine ganzheitliche und systemorientierte Methode. Mit ihr wird der Mensch in seinem gesamten körperlichen, energetischen und emotionalen Sein behandelt und die Entspannung des CranioSacralen Systems gefördert.**

**Das CranioSacrale System umfasst:**

- **Schädel (lat. cranium), Wirbelsäule und Kreuzbein (lat. sacrum)**
- **Rückenmarks- und Hirnhäute**
- **Rückenmarks und Hirnflüssigkeit**
- **alle Strukturen, die der Liquorproduktion und -resorption dienen**

**Es umgibt das Zentralnervensystem schützend und nährend. Das CranioSacrale System steht in Wechselwirkung mit allen Strukturen und Regulationskreisläufen des Körpers.**

**Dazu zählen:**

- **Nervensystem**
- **Hormonsystem,**
- **Immunsystem**
- **Gefäß und Lymphsystem**
- **Atmung**
- **Bewegungsapparat**

