Craniosacral, das ist die Therapie, die bei Rückenleiden bald einmal in den Fokus rückt. Wie hilft diese komplementärtherapeutische Methode bei Rückenmarksschädigungen? Joël Rouiller, Craniosacral-Therapeut und -Dozent, im Interview.

«Am deutlichsten sehen wir Erfolge bei Schmerzen»

Martin Rutishauser
lic. phil., freischaffender Autor

Joël Rouiller, Craniosacral und Rückenwirbel, zum Beispiel beim Schleudertrauma – da scheint die Praxiserfahrung sehr gut zu sein. Wie verhält es sich bei Rückenmarksschädigungen?
Da muss man unterscheiden: Beim Schleudertrauma handelt es sich meistens um funktionelle Störungen – Faszien, Bindegewebe, Liquorfluss, Nervenspannung. Hier kann die Craniosacral-Therapie sehr gut helfen. Bei reinen Rückenmarksschädigungen, zum Beispiel nach einem Unfall oder einer Operation, kann das Gewebe selbst nicht geheilt werden. Aber: Viele Menschen profitieren trotzdem, weil Spannungen im Nervensystem reduziert und Schmerzen gemildert werden.

Haben Sie Beispiele für Rückenmarksschädigungen, bei denen Craniosacral-Therapie eine wertvolle Hilfe sein kann?
Ja, die gibt es durchaus: Zum Beispiel nach einem Bandscheibenvorfall, wenn das Rückenmark entlastet wurde, aber weiterhin Restbeschwerden bestehen. Auch nach Operationen an der Wirbelsäule, bei Narben oder Verklebungen, kann die Therapie den Heilungsprozess begleiten.

Welche Ergebnisse sind aus Ihrer Sicht bei der Behandlung von Symptomen wie Lähmungen, Empfindungsstörungen und Schmerzen zu erwarten?
Lähmungen kann die Craniosacral-Therapie nicht aufheben. Aber wir können Spastiken abmildern, Restfunktionen fördern und die Körperwahrnehmung verbessern. Bei Empfindungsstörungen sind leichte Verbesserungen möglich – oft, weil das Nervensystem insgesamt ruhiger wird. Am deutlichsten sehen wir Erfolge bei Schmerzen: Häufig erleben Betroffene Entlastung, weil sich die Muskel- und Fascienspannung verringert und das vegetative Nervensystem besser reguliert ist.

Lassen sich Rückenmarksschädigungen mit Craniosacral-Therapie auch ursächlich behandeln?
Die Ursache – also die Schädigung selbst – können wir nicht beseitigen. Aber wir können das Umfeld verbessern: höhere Beweglichkeit im Gewebe, freiere Liquorzirkulation, weniger Spannungen im Nervensystem. Das kann die Selbstheilungskräfte begünstigen und helfen, den Alltag besser zu bewältigen.

Joël Rouiller

Joël Rouiller erlangte 2006 das Diplom zum Craniosacral-Therapeuten, es folgte die Anerkennung zum KomplementärTherapeuten. Ausserdem hat er 2015 den Bachelor of Science in Psychology abgeschlossen. Seit 2018 unterrichtet er Craniosacral-Therapie an der Heilpraktikerschule Luzern, er hat dazu auch eine Ausbildung als Erwachsenenbildner SVEB 1 absolviert. Seine Praxis führt er in Luzern: www.realcranio.ch

Foto: PD Heilpraktikerschule Luzern

Craniosacral-Therapie ist sehr sanft, manchmal spürt man als KlientIn kaum etwas von den therapeutischen Griffen und Bewegungen. Hilfreich kann sie dennoch in hohem Masse sein: zum Beispiel bei funktionellen Störungen wie an Faszien oder Nerven. Bei reinen Rückenmarksschädigungen ist Craniosacral empfehlenswert, um Spannungen im Nervensystem zu reduzieren und Schmerzen zu mildern. Foto: PD Heilpraktikerschule Luzern

Aus Sicht der Craniosacral-Therapie, was lässt sich tun, um Rückenmarksschädigungen vorzubeugen?
Vorbeugen heisst vor allem: Körperbewusstsein schulen. Wer früh erkennt, dass er dauerhaft verspannt ist, kann rechtzeitig gegensteuern. Craniosacral-Therapie hilft, Spannungen zu lösen und Stress abzubauen – beides schützt das Nervensystem. Auch nach Stürzen oder Operationen ist eine frühzeitige Begleitung sinnvoll, um spätere Folgebeschwerden zu verhindern.

Und wann empfehlen Sie die Zusammenarbeit mit einer Ärztin oder einem Arzt?
Eine enge Zusammenarbeit ist in jedem Fall wichtig. Bei akuten Warnsignalen – zum Beispiel plötzlich auftretenden Lähmungen, neuen Empfindungsstörungen oder Störungen von Blasen- und Mastdarmfunktion – ist eine sofortige ärztliche Abklärung zwingend notwendig, da hier eine potenziell fortschreitende Schädigung des Rückenmarks vorliegen kann. Auch entzündliche Erkrankungen wie Myelitis oder Multiple Sklerose sowie strukturelle Veränderungen durch Tumore oder Frakturen gehören ausschliesslich in ärztliche Hände. Bei chronischen Rückenmarksschädigungen hingegen ist die interdisziplinäre Zusammenarbeit besonders wertvoll: Die Ärztin oder der Arzt übernimmt Diagnostik, Verlaufskontrolle sowie medikamentöse oder operative Massnahmen. Die Craniosacral-Therapie kann hier ergänzend eingesetzt werden – zum Beispiel zur Reduktion von Schmerzen, Spannungsmustern oder vegetativen Dysregulationen. So profitieren Patientinnen und Patienten von einem ganzheitlichen Behandlungsansatz, der strukturelle, funktionelle und psychosoziale Aspekte berücksichtigt.

Cranio-Suisse

Der Verband Cranio-Suisse gibt Auskunft über Methode, Beruf und Ausbildung und bietet auch eine Therapeuten-Suche. Craniosacral wird angewandt zum Beispiel zur Linderung von Schmerzen, Ängsten und Erschöpfung sowie zur Rehabilitation. Die Therapie nutzt den Craniosacral-Rhythmus. Diese nur leicht spürbare Bewegung überträgt Impulse in den gesamten Körper. Durch das Setzen von Impulsen zielen TherapeutInnen darauf, Selbstheilungskräfte zu aktivieren.

www.craniosuisse.ch