

Краниосакральная терапия, мягкие остеопатические техники

Краниосакральная терапия (по латыни *cranium* = череп, *sacrum*=крестец) – это направление мануальной терапии, которое было открыто американским остеопатом Сазерлендом (W.G. Sutherland) в начале 20 века. Он был доктором-osteопатом, и учеником Э. Стилла, известного основателя остеопатии.

Краниосакральная терапия основана на том утверждении, что в организме человека всё находится в движении, даже череп. И хотя швы между черепными костями еще в нашем детстве окостеневают, но между этими швами есть растяжимые волокна, которые позволяют черепу расширяться, а проще говоря, “дышать” в своём особом ритме (от 6-ти до 12-ти циклов в минуту).

Несмотря на то, что мы этого не видим, наше тело постоянно проявляет ритмическую активность. Сазерленд проводил



многочисленные исследования, в ходе которых он обнаружил, что человеческий череп расширяется и сокращается ритмически. Именно Сазерленд ввёл такое понятие как краниосакральный ритм, и перенёс

принципы классической остеопатии на человеческий череп и его швы. Кости черепа раскрываются и закрываются (дышат) благодаря выработке и распределению спинномозговой жидкости, которая

“омывает” головной/спинной мозг от черепа человека до его крестца.

Наш позвоночник, кости черепа, крестец, спинномозговая жидкость и оболочки спинного/головного мозга являются частью краниосакральной системы в организме, и имеют тесное взаимодействие между собой. Это незаметно визуально, но в этой системе постоянно происходят ритмические колебания, особенно явные в сокращениях костей черепа и крестца.

Если что-то в этой единой системе не в порядке, это оказывает негативное влияние на весь организм. Например, травма копчика, как ни странно, может вызывать мигрени, а черепно-мозговая травма может привести к грыжам диска позвоночника и появлению сколиоза. Если положение крестца неправильное, то твердая спинно-мозговая оболочка может быть скручена до самой головы, что вызывает усталость и головные боли.

Краниосакральная терапия напоминает очень мягкий и легкий массаж, но никаких грубых вмешательств или боли вы не почувствуете. Это не мануальная терапия. Движения рук терапевта практически незаметны, потому что они соответствуют нужному ритму минимальных колебаний организма (2-4мм). Специалист чувствует при этом краниосакральный ритм человека,

и своими руками воздействует на вну



КРАНИОСАКРАЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ ПРИМЕНЯЕТСЯ ПРИ СЛЕДУЮЩИХ ПРОБЛЕМАХ:

- нарушениях циркуляции крови в сосудах головного мозга,
- головной боли, мигрени,
- нарушении подвижности костей таза, крестца и суставов позвоночника,
- нарушении функций нервной системы,
- депрессии, бессоннице, хронической усталости, беспокойстве,
- болях в области шеи, спины,
- травмах и стрессе,
- вегето-сосудистой дистонии и др.

ПРОТИВПОКАЗАНИЯ:

- онкология,
- аневризма и острые тромбозы,
- инфекционные процессы в организме.

**Забронируйте время визита по телефону +7-918-766-17-80
или отправьте заявку онлайн**

Записаться на прием