

## WAT KAN CRANIO SACRALE REFLEXOLOGIE VOOR UW DOEN?

De Cranio-Sacrale reflexologie heeft tot doel het zelfhelend vermogen van het lichaam

- te stimuleren,
- de elasticiteit, ruimte binnen de schedelbeenderen en de overige delen van het systeem te optimaliseren

Dit zorgt ervoor dat het lichaam weer goed kan functioneren. Tevens zorgt dit ook voor een diepe ontspanning en regenerend effect op het lichaam.

Een dieper gevoel van welzijn, maar ook voor behandeling van diverse klachten zoals:

- chronische hoofdpijn en migraine
- nek-en schouderklachten
- rugpijnen
- gewrichtspijnen
- pijnlijke voeten
- zware benen
- vocht vasthouden (oedeem)
- geboortetrauma
- whiplash na ongeval
- gevolgen van kwetsuren aan schedel of staartbeen
- darmkrampen en obstipatie
- sinusitis
- chronische vermoeidheid
- stress en slapeloosheid
- emotionele en posttraumatische problemen
- fibromyalgie
- lusteloosheid.
- depressie
- burn-out
- CVS
- ...

Al meer dan 15 jaar gespecialiseerd in het behandelen van baby's en kinderen, causale-, cranio-sacrale-, oncologische voetreflexologie, Bach remedies, Reiki.



VOETREFLEXOLOOG - NATUROPAAT

**ARIANE TAVEIRNE**  
GILDENSTRAAT 35 - 8900 IEPER

**+32(0)476 90 86 17**  
(ENKEL OP AFSPRAAK)

[www.voetreflexologie-ariane.be](http://www.voetreflexologie-ariane.be)  
[info@voetreflexologie-ariane.be](mailto:info@voetreflexologie-ariane.be)

 Like [www.facebook.com/ArianeTaveirne](https://www.facebook.com/ArianeTaveirne)

# Cranio Sacrale reflexologie

Wat is het en bij welke klachten helpt het?



## HOE WERKT HET?

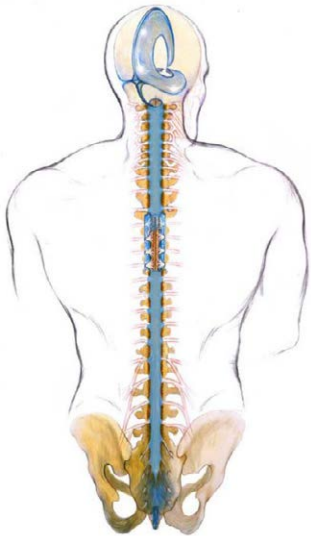
Het Cranio Sacrale omhelst, zoals de naam zelf zegt, van schedel (= Cranium) tot het heiligbeen (= Sacrum). Het Cranio Sacrale systeem vormt de verbinding tussen de hersenen en het ruggenmerg met zijn talloze zenuwbanen en het rug- en hersenvlies die dit alles omhult. In het midden van de hersenen zit een soort pompje, dat non-stop cranio-sacraal vocht produceert, waardoor het volgens een bepaald ritme beweegt. (men noemt dit soms het primaire ademhalingsmechanisme.)

**Onze hersenen zijn de baas van ons lichaam.** Zij zorgen ervoor dat ons hart klopt, dat wij ademen, voedsel kunnen opnemen en verteren.

Want, vergeet niet: **zij regelen de werking van alles wat er in je lichaam gebeurt.**

Om optimaal te kunnen functioneren moet er balans zijn tussen de voortdurende aanmaak en opname van de hersen-ruggemervloeistof die in dit systeem geschiedt.

Dit ritme is zo belangrijk omdat het de basis vormt van het functioneren van ons gehele zenuwstelsel en daarmee ook voor alle andere fysiologische systemen en daarmee ons gehele welbevinden beïnvloedt. Zowel op fysiek als emotioneel gebied. Simpelweg omdat **er balans moet zijn tussen de aanmaak en de opname van onze hersenen- en ruggemervloeistof.**



Als het teveel regent ontstaan er plassen, of nog erger, overstromingen. Als het te weinig regent, is het ook niet goed. Er moet dus een bepaalde balans zijn. Nu is dat natuurlijk ook zo voor onze hersenen en de vloeistof waarin ze zwemmen.

Tenslotte zijn onze hersenen onze grote computer die onze **hormoonhuishouding** en daarmee bijvoorbeeld onze emoties regelen, maar bijvoorbeeld ook onze spijsvertering, ons bewegingsapparaat en de **helderheid van ons denken!**

Voor het goed functioneren van onze hersenen is een gelijkmatige circulatie van het hersenvocht belangrijk. **Het is het Cranio Sacrale systeem dat hiervoor verantwoordelijk is.**

Elke verstoring of verkleving in de schedelnaden, spanningen in de organen die dit doorgeven aan het omringende weefsel, de stand van wervels of bekkenbeenderen en spanning binnen de hersenvliezen, kunnen ervoor zorgen dat wat binnen de hersenvliezen leeft niet over zijn maximaal mogelijke ruimte beschikt.

Er zijn verschillende oorzaken bijvoorbeeld stress, fysieke ongevallen, whiplash, ADHD, allerlei onverwerkte zaken van klein of groot belang, van fysieke of emotionele oorsprong kunnen op die manier op een gegeven moment en vaak geheel onbewust een aanslag gaan betekenen op ons algehele welbevinden. We merken dat we **niet meer lekker in ons vel zitten, fysieke of emotionele klachten hebben waar we maar geen vat op kunnen krijgen.** We weten niet meer wat we precies willen in het leven of wie we zijn bijvoorbeeld.

Veel patiënten die langskomen vertonen een verhoogd schedelritme: de pulsaties zijn te snel en de beweging is te krachtig. Dit is typisch voor opgejaagde mensen die een tijdlang onder stress staan. In het daaropvolgende stadium is het ritme nog in orde, maar is de kracht van de pulsaties afgenomen of soms zelfs helemaal niet meer voelbaar.

Die mensen trachten zich op de been te houden met koppen koffie, pepillen, vitaminen, slaappillen en angstremmers, maar uiteindelijk zullen ze terecht komen in het **laatste vermoeidheidsstadium: CVS , Burn-out, Fibromyalgie, ...** Ze willen wel maar kunnen niet meer.

## PRAKTISCHE INFO

### Voor wie?

Cranio Sacrale reflexologie is voor mensen van alle leeftijden, met of zonder gezondheidsklachten. Behandelingen in Cranio Sacrale reflexologie zijn heilzaam en bevorderen het algemeen welzijn. **Cranio Sacrala reflexologie** kan ook als **preventie heilzaam** zijn.

### Hoe gaat het in zijn werk?

- De duur van een sessie is ongeveer 60 minuten. Bij kinderen 30 à 45 minuten.
- Deze behandeling bij mij gebeurt via de voeten en is daardoor zéér uniek. Cranio Sacrale reflexologie (CSR) beoogt hetzelfde als Cranio Sacrale reflexologie behandeling via het hoofd.
- De punten via het hoofd hebben dezelfde reflexpunten op de voet. Daardoor kan een Cranio Sacrale reflexoloog dezelfde resultaten bereiken als craniale osteopaten - of beter: de reflexoloog kan de beenderen van de voeten behandelen, waar de schedel en het heiligbeen weerspiegeld worden op bepaalde specifieke punten.
- De technieken zijn zéér zacht en worden door de cliënt als zeer aangenaam ervaren.

