

## Klinische Studien zur Wirksamkeit von CranioSacraler Osteopathie

**Für folgende Symptome und Erkrankungen existieren klinische Studien, in denen die Wirksamkeit von CranioSacraler Osteopathie positiv bewertet wird:**

- **Ängstlichkeit (trait anxiety)**
- **Situationsbezogene Ängstlichkeit (state anxiety)**
- **Schmerzen bei Fibromyalgie**
- **Schlafstörung**

Eine signifikante Besserung der o.g. Symptome bestand bei Fibromyalgiepatienten auch noch sechs Monate nach einer Behandlungsserie mit CranioSacraler Therapie (einer Variante der CranioSacralen Osteopathie). Die Schlafqualität wurde beurteilt nach dem Pittsburgh sleep quality index und hatte auch 1 Jahr nach Behandlungsende noch Bestand.

**Quelle: [Evid Based Complement Alternat Med.](#) 2011;2011:178769.**

- **Muskelschmerzen bei Fibromyalgie**
- **Verbesserung der Herzfrequenzvariabilität (heart rate variability, HRV)**

Nach einer Behandlungsserie durch CranioSacrale Osteopathie (Ganzkörperbehandlung) zeigte sich eine signifikante Schmerzverringering sowie eine signifikante Verbesserung der Herzfrequenzvariabilität.

[Verbesserte Herzfrequenzvariabilität spricht für verbesserte Anpassungsfähigkeit des vegetativen Nervensystems und für Stressresistenz - Anm. C. Freiesleben].

**Quelle: [Clinical Rehabilitation](#) 2011 Jan;25(1):25-35.**

Infolge von Ganzkörperbehandlung von 157 Patienten mit „Upledger CranioSacral Therapy“, (UCST) zeigte sich bei 74% eine deutliche Besserung ihres Symptoms. 67% der Patienten berichteten darüber hinaus über verbessertes allgemeines Wohlbefinden und/oder über eine Verbesserung eines zweiten Symptoms.

70% der Patienten reduzierten oder beendeten ihre Medikamenteneinnahme.

Während der 6 Folgemonate fiel die Häufigkeit von Hausarztbesuchen um 60%.

Eine besonders gute Effizienz der CranioSacralen Osteopathie zeigte sich für:

- **Rückenschmerzen**
- **Kopfschmerzen und Migräne**
- **Ängste und Depression**
- **Unruhige Säuglinge (unsettled babies)**

**Quelle: [J Altern Complement Med.](#) 2011 Jan;17(1):13-7.**

- **Harnkontinenz bei Multipler Sklerose**

Nach Behandlung mit CranioSacraler Osteopathie als Ganzkörperbehandlung zeigten sich Verbesserungen von Restharnvolumen, Symptomen der unteren Harnwege und Lebensqualität.

**Quelle: [Complementary therapies in clinical practice](#) 2009 May;15(2):72-5.**

- **Unruhe bei Demenz**

Nach Behandlung mit der Stillpoint Technik - einer Technik der CranioSacralen Osteopathie - zeigte sich über den Behandlungszeitraum hinaus eine Besserung von physischer Aggressivität und verbaler Agitation. Beurteilt wurden diese nach dem modifiziertem Cohen-Mansfield Agitation Inventory (M-CMAI) und durch Befragung von Familie und Pflegeteam. Die Demenzpatienten zeigten sich auch kooperativer als vorher bei Pflegeaktivitäten und waren fähig zu sinnvoller Interaktion.

**Quelle: [Journal of Gerontologic Nursing](#) 2008 Mar;34(3):36-45.**

- **Schlafstörung**
- **Beruhigung des vegetativen Nervensystems**

Nach Behandlung ausschließlich mit der CV4 Stillpoint Technik der CranioSacralen Osteopathie zeigte sich eine Verkürzung der Einschlafzeit sowie eine Beruhigung der muscle sympathetic nerve activity (MSNA).

Quelle: **J Altern Complement Med. 2005 Feb;11(1):103-8.**

#### **Kommentar:**

In einer Übersichtsstudie von 2012 wird zusammenfassend beurteilt, dass aufgrund der moderaten methodologischen Qualität der aktuell vorliegenden Studien weitere Forschung nötig sei. Quelle: **Complement Ther Med. 2012 Dec;20(6):456-65.**

Für Studien hoher methodologischer Qualität gibt es allerdings zwei Hindernisse:

1. Osteopathie lässt sich nicht als Doppelblindstudie durchführen, da der Osteopath immer weiss, ob er in Heilungsabsicht und lege artis behandelt oder nicht.
2. Für größere (und daher noch aussagekräftigere) Studien lassen sich nicht leicht Geldgeber finden, da sich keine Gewinnaussichten für große Interessengruppen ergeben. So war auch die Akupunktur schon seit Jahrzehnten Teil des ärztlichen Repertoires (und der GoÄ), bevor die Techniker Krankenkasse ihre große Studie zur Akupunktur initiierte.

**Aktualität: 01/2013, die Recherche erfolgte mit <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/>**

Zusammenfassung der Studien: Cedric Freiesleben, Arzt mit Zusatzweiterbildung in Naturheilverfahren (Ärztammer Berlin)  
Facharzt für Allgemeinmedizin (Ärztammer Nordrhein). [www.praxisfreiesleben.de](http://www.praxisfreiesleben.de)