

ΚΡΑΝΙΟΪΕΡΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ (CRANIOSACRAL THERAPY)

Μία σημαντική θεραπευτική προσέγγιση που μπορεί να συμπληρώσει ή και να ενισχύσει άλλες κλασικές Εργοθεραπευτικές μεθόδους.

Ελίζα Δ. Μάγλαρη, MS, L/OTR, BCP

Εισαγωγή

Καθώς η συμπτωματολογία κυρίως στους παιδιατρικούς ασθενείς έχει αλλάξει αισθητά από τη δεκαετία του '70 και '80 η Ε/Θ στις ΗΠΑ έχει ανοίξει τους κόλπους της σε μία σειρά νέων θεωριών και τεχνικών μεταξύ των οποίων σιγριατιλέγεται η μυοπεριτονιακή λύση (myofascial release/MFR) και η κρανιοϊερή θεραπεία (craniosacral therapy/CST). Η εφαρμογή των νέων προσεγγίσεων μαζί ή χωρίς άλλες πιο κλασικές προσεγγίσεις θεωρείται πως προσεγγίζει πιο ολιστικά τον ασθενή σε επίπεδα που δεν περιορίζονται μόνο στην αποκατάσταση της κίνησης. Η κρανιοϊερή θεραπεία που για πρώτη φορά διδάχτηκε σε εισαγωγικό επίπεδο στην Ελλάδα το 1997 αποτελεί ένα νέο αλλά σημαντικό βήμα και τεχνική στην αποκατάσταση παιδιατρικών και ενηλίκων ασθενών στο χώρο της Ε/Θ.

Ιστορική Ανασκόπηση

Η κρανιοϊερή θεραπεία προήρθε και εξελίχτηκε από δύο οστεοπαθές. Ο William Sutherland, μαθητής του πατέρα της οστεοπαθητικής Andrew Still, έκανε τη παρατήρηση πως τα κρα-νιακά οστά είχαν τέτοια δομή που επέτρεπε την κίνηση μεταξύ τους. Ο Sutherland επεξεργάστηκε αυτήν την έννοια για 20 χρόνια και ανέπτυξε ένα ιδιαίτερο σύστημα θεραπείας το οποίο ονόμασε κρανιακή οστεοπαθητική.

Ένας άλλος οστεοπαθής, ο John Upledger, παρατήρησε στη διάρκεια χειρουργικών επεμβάσεων πως η μεμβράνη που περιβάλλει το νωτιαίο μυελό κινιόταν με έναν ιδιαίτερο ρυθμό. Εκείνη την εποχή κανείς από τους συναδέλφους του ή τα κλασικά ιατρικά εργαλείδια δεν μπορούσαν να

εξηγήσουν αυτό το φαινόμενο. Δύο χρόνια μετά και στη διάρκεια ενός σεμιναρίου σε σχέση με τις ιδέες του Sutherland, ο Upledger συσχέτισε τη θεωρία του σεμιναρίου με τις προηγούμενες παρατηρήσεις του. Υπέθεσε την ύπαρξη ενός υδραυλικού συστήματος μέσα στο μεμβρανικό σάκο που περιβάλλει τον εγκέφαλο και το νωτιαίο μυελό το οποίο χρησιμοποιεί εγκεφαλο-νωτιαίο υγρό.

Ο Upledger έβαλε σαν στόχο την επιστημονική καταξίωση αυτής της υπόθεσης την οποία ονόμασε αργότερα "κρανιοϊερό σύστημα". Το 1975 έγινε κλινικός ερευνητής και καθηγητής βιομηχανικής στο πανεπιστήμιο του Michigan. Η ερευνητική ομάδα του κατάφερε να αποδείξει και να εξηγήσει για πρώτη φορά τη λειτουργία του κρανιοϊερού συστήματος. Ο Upledger συνέχισε την έρευνα του σε αυτόν τον τομέα καταλήγοντας στην εξέλιξη μιας νέας θεραπευτικής προσέγγισης της ονομαζόμενης κρανιοϊερής θεραπείας.

Τι είναι η Κρανιοϊερή Θεραπεία:

Η κρανιοϊερή θεραπεία είναι η μέθοδος αταλίων χειρισμών με την οποία αξιολογείται και ενδυναμώνεται η λειτουργία του κρανιοϊερού συστήματος. Ο κατάλληλα εκπαιδευμένος θεραπευτής μπορεί να εξακριβώσει τις δυσλειτουργίες του συστήματος μέσω της προσεκτικής αξιολόγησης των κινήσεων του κρανίου, της σπονδυλικής στήλης και της λεκάνης στη διάρκεια της ρυθμικής λειτουργίας του κρανιοϊερού συστήματος.

Οι βασικές αρχές θεραπείας βασίζονται στην αξιολόγηση του ρυθμού του κρανιοϊερού

συστήματος σε διάφορα μέρη του σώματος με την άσκηση ελάχιστης πίεσης (μόλις 5 γραμμαρίων) από τα χέρια του θεραπευτή. Το κρανίο και το ιερό οστό είναι οι πιο εύκολες για εξιολόγηση περιοχές επειδή προσκολλώνται στις μεμβράνες που περιέχουν το εγκεφαλονωτιαίο υγρό. Η τεχνική βασίζεται στη θεωρία πως η σταδιακή επιμήκυνση της περιτονίας που ετηρεάζει το κρανιοϊερό σύστημα μπορεί να ενδυναμώσει τη σωστή λειτουργία της περιτονίας και των μεμβρανών. Η απαλή αυτή επέμβαση, όταν εφαρμόζεται σωστά, θεωρείται πως είναι ασφαλέστατη και αποτελεσματικότερη.

Σχέση Ε/Θ και Κρανιοϊερής Θεραπείας

Η σχέση της κρανιοϊερής θεραπείας και Εργοθεραπείας είναι σαφής. Ένας από τους ρόλους της Ε/Θ είναι προσαρμογές στο περιβάλλον του ασθενή για τη διευκόλυνση της λειτουργικής δραστηριότητας του. Η κρανιοϊερή θεραπεία έχει και αυτή σα στόχο την προετοιμασία του ατόμου για λειτουργικότητα αλλά αντίστροφα (από μέσα προς τα έξω). Η λύση των περιορισμών του κρανιοϊερού συστήματος επιφέρει αλλαγές στην κινητικότητα της σπονδυλικής στήλης, του ιερού οστού, κλπ. καθώς και αλλαγές στο ρυθμό και βάθος της αναπνοής, την αντίληψη, τη διαύγεια και τη συναισθηματική ηρεμία, π.χ. στην περίπτωση παθήσεων της ωμικής άρθρωσης, έχει βρεθεί πως όταν εφαρμόζεται η παραπάνω τεχνική μαζί με άλλες κλασικές τεχνικές Ε/Θ η αύξηση του εύρους της κίνησης είναι σημαντικότερη.

Η Ε/Θ και η κρανιοϊερή θεραπεία έχουν έναν κοινό στόχο το να βοηθούν τον ασθενή για την απόκτηση μεγαλύτερης ανεξαρτησίας καθώς και ποιότητας ζωής. Πολλοί από τους ασθενείς που κάνουν κρανιοϊερή θεραπεία πιστεύεται πως αποκτούν καλύτερη αυτογνωσία, ιδιοδεκτι-

κή αντίληψη και αίσθηση ισορροπίας της αποκατάστασης διότι ελαττώνουν το στρες, την υπέρταση και έντονες συναισθηματικές καταστάσεις. Επειδή θεωρείται πως η κρανιοϊερή θεραπεία έχει άμεση επίδραση στο κεντρικό νευρικό σύστημα μπορεί να εφαρμοστεί μόνη της ή μαζί με άλλες τεχνικές σε ασθενείς με νευρολογικά προβλήματα ιδιαίτερα παιδιά. Υπάρχουν τεκμηριωμένα αποτελέσματα όσο αφορά βελτίωση στον ύπνο, κολλικούς, πόνο, ωτίτιδες και σπαστικότητα. Παρόλ' αυτά χρειάζεται ακόμα εκτεταμένη έρευνα για την επιστημονική τεκμηρίωση της αποτελεσματικότητάς της κρανιοϊερής θεραπείας.

Υπάρχουν τεκμηριωμένα αποτελέσματα όσο αφορά βελτίωση στον ύπνο, κολλικούς, πόνο, ωτίτιδες και σπαστικότητα

Εκπαίδευση

Η εκπαίδευση στην κρανιοϊερή θεραπεία απαιτεί παρακολούθηση σεμναρίων με ενδιάμεσες περιόδους εξάσκησης. Τα σεμινάρια περιλαμβάνουν θεωρία και πρακτική τεχνικών κάτω από την επίβλεψη εκπαιδευτών.

Για περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να επικοινωνήσετε με το Upledger Institute, 11211

Prosperity Farms Rd., D-325 Palm Beach Gardens, FL 33410-3487, USA, τηλ. 001-561-622-4334, ή μέσω e-mail: upledger@upledger.com. Στον Ελληνικό χώρο θα παρουσιαστεί ένα εντατικό σεμινάριο 8 ημερών που θα συνδυάσει κρανιοϊερή θεραπεία και μυοπεριτονιακή λύση τον Μάιο του 1999. Για περισσότερες πληροφορίες επικοινωνήστε με την Innovative Therapy, 138 Willow Street, Central Islip, NY 11722, USA, στο τηλέφωνο 001-516-277-7356 (14:00-18:00 Σάββατο και Κυριακή), ή μέσω e-mail: evanb@tourolaw.edu καθώς και με το Σύλλογο Ελλήνων Εργοθεραπευτών. ■

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Steiner, S., (1998), "Craniosacral Therapy: Preparing for Functional Activity", OT Week, November, 1998.
- The Upledger Institute, Inc., (1998), "Upledger Update" The Upledger Institute, Inc., Autumn, 1998.