

Feedback zu Craniosacral Therapie im Zusammenhang mit Long COVID

Zur Situation:

Weiblich, zw. 50 und 55 Jahren, erwerbstätig, Mutter von 2 erwachsenen Kinder. Erkrankung im Februar 21 an Corona. Ohne schweren Verlauf. Anschliessend arbeitsunfähig 100 % für 2,5 Monate. Anschliessend langsame Steigerung der Arbeitsfähigkeit bis 86 %. Dieses Pensum bleibt, ist aber oberstes Limit und kann nur dank der Jahresarbeitszeit und striktem Pacing geleistet werden. Ich ertrage keine Grossanlässe mehr und Familienfeiern nur in "homöopathischen" Dosen. Das heisst, je nach Grösse des Anlasses/Anzahl Personen, reicht meine Energie zwischen 5 Minuten und 2 Stunden.

Symptome bei erstem Craniobesuch am 26. August 2022:

Grosse Erschöpfung, Nebel im Kopf, wandernde Schmerzen, z. T. depressive Verstimmungen und starke Gefühlsschwankungen, Kopfschmerzen, Verdauungsprobleme, Schlafstörungen, plötzliches Herzrasen, konstante erhöhte Körpertemperatur

Persönliche Erfahrung:

Nach 1,5 Jahren wusste ich bald nicht mehr, was mir wirklich helfen sollte. Es zermürbte mich auch, dass mein Leben "aus den Fugen" geraten war. Alle Entscheidungen, ob ich etwas unternehmen soll, werden beeinflusst von meinem Energiehaushalt.

Erfahrungsberichte von anderen LC-Patienten mit Craniosacral Therapien und meine eigenen (im Nachhinein andersartigen CS-Therapien) motivierten mich, mich nach einem geeigneten Therapeuten um zu schauen. Nach einem Gespräch mit einem Freund, "fand" ich zur Praxis von Marc Wüthrich.

Die Craniosacral Therapie bei Marc forderte mich anfangs sehr heraus. Die Gespräche waren intensiv, aber lenkten meinen Fokus genau in die richtigen Bahnen. Mit den anschliessenden Behandlungen konnten meine Energieflüsse wieder zu fliessen beginnen. Anfänglich war der positive Effekt von kurzer Dauer und die wöchentlichen Sitzungen mit Marc fühlten sich wie emotionale Rettungsbojen an. (auch wenn sie gleichzeitig sehr anstrengend waren.) Bald schon hielt der positive Effekt länger an, so dass sukzessive die Dauer bis zum nächsten Termin verlängert werden konnte.

Für mich ist die Kombination zwischen Gespräch und Behandlung genau das Richtige. Es hilft mir meine emotionale Stabilität zu stärken und viele Symptome, die vor Beginn der Therapie meine täglichen Begleiter waren, sind entweder verschwunden, selten oder in erträglicher Form vorhanden. Das heisst, die körperlichen Beschwerden sind nach rund 9 Monaten verschwunden. Ebenfalls konnte ich mein Leistungsniveau etwas steigern und auch die depressiven Verstimmungen haben sich reduziert, so dass ich mich ausgeglichener und wieder mehr bei mir fühle.

Ich habe gelernt noch genauer hinzu "schauen" und mich zu spüren. Mein Verständnis für meine physischen und psychischen Vorgänge ist noch grösser geworden. Marc Wüthrich hat mich genau dort abgeholt, wo ich stand, und spiegelte mir auch auf, wo genau ich stand. Mit seiner feinfühligem und ehrlichen Art begleitet er mein Wachsen und Genesen.

Ich bin unendlich dankbar, dass ich mich dafür entschieden habe, den Weg mit der CS-Therapie – so wie es Marc Wüthrich lebt und macht – zu gehen.

Neben der Behandlung von körperlichen Beschwerden ist es für mich der richtige Ansatz für LC, Fatigue und anderen Erschöpfungssymptomen, welche durch virale Infekte ausgelöst wurden.

22. Mai 2023