

Unsere Praxis – unser Konzept – unsere Therapien



PRAXIS BOHLANDER

Alle gesetzlichen und privaten
Krankenkassen

www.bohlander-praxis.de
info@bohlander-praxis.de
erftstadt@bohlander-praxis.de

GESUNDHEIT IST MEHR ALS DIE ABWESENHEIT VON KRANKHEIT –
unser Gesundheitssystem befindet sich seit Jahren in einer starken
Veränderung. Beginnen Sie jetzt, wie viele andere Menschen, sich voraus-
schauend um Ihre Gesundheit und Ihren Körper zu kümmern. Werden
Sie aktiv bevor Schmerzen und Beschwerden auftreten. Nehmen Sie Ihre
Gesundheit in die Hand!

Physiotherapie/Manuelle Therapie

Physiotherapie und Manuelle Therapie vereinen in sich die gezielte Therapie von Störungen am Bewegungsapparat. Nach Unfällen, Entzündungen oder Operationen kommt es zu Versteifungen, Schwächen und Störung der normalen Bewegung. Der Therapeut ermittelt die Störung, behandelt und berät in Eigenhilfe zur effektiven Lösung des Problems.

Manuelle Therapie kombiniert mit Physiotherapie und aktiven Übungen können Verschleiß (Arthrose) und Operationen vermeiden und in vielen Fällen Schmerzen lindern.

Skoliose-Behandlung nach Lehnert-Schroth (Seitverbiegung der Wirbelsäule)

In unserer Praxis arbeiten wir mit der anerkannten Schroth-Therapie der Klinik Bad Sobernheim. Vor Beginn der Therapie werden die anatomischen und physiologischen Gegebenheiten analysiert. Danach werden den meist Jugendlichen, aber auch betroffenen Erwachsenen, die notwendigen Übungen zur Korrektur vermittelt und so erarbeitet, dass die Skoliose stabilisiert und verbessert werden kann.

Die 3-dimensionale Skoliose-Therapie nach Schroth basiert auf: Verbesserung der Atmung, Aufrichtung und Verlängerung der Wirbelsäule und Kräftigung der schwachen Strukturen.

Eine Skoliose sollte bzw. wird meist bei den „U-Untersuchungen“ des Kinderarztes festgestellt. Eltern sollten nicht warten bis erste Schmerzen auftreten.



Osteopathie

Die osteopathische Medizin erkennt und behandelt Funktionsstörungen/Blockaden, die in Folge einer Überbelastung oder durch einen Unfall entstanden sind. Im Vordergrund steht die Erhaltung und Wiederherstellung der Beweglichkeit.

Der Osteopath erfühlt und löst mit seinen Händen die aufgetretenen Funktionsstörungen und Bewegungseinschränkungen. Auf diese Weise behandelt er die Ursache der Beschwerden, wodurch die Funktion der verschiedenen Körpersysteme wiederhergestellt werden. Schmerzen und Beschwerden lösen sich als Heilungsreaktion auf.

Pilates Training (auch mit Pilates Geräten)

„Intelligentes Training für intelligente Therapie“. Das Herz unserer aktiven Übungs-Therapie, die ideale Verbindung wirkungsvoller Prinzipien zu Übungen mit Effekt und Spaß.

Joseph Pilates, geb. 1883 in Düsseldorf, war seiner Zeit weit voraus, als er Übungen empfahl, die die Atmung mit der Bewegung, Kraft mit Beweglichkeit und Haltung mit innerer Wahrnehmung zusammen brachten.

In Zeiten des Pilates-Booms widmen wir uns Ihnen ganz individuell: Wir helfen Ihnen, das Erfolgs-Training richtig zu erlernen.

Für Alt und Jung und für jede Leistungsfähigkeit ideal, stehen die Praxis Bohlander und auch das Pilates Studio SPRINGS (www.springs-koeln.de) in Köln zur Verfügung. Alle unsere Therapeuten sind in der POLESTAR Pilates Methode ausgebildet.