

Die Gesundheitszeitung


Dormagen – Erftstadt



PRAXIS BOHLANDER

Alle gesetzlichen und privaten
Krankenkassen

www.bohlander-praxis.de

 WhatsApp: 02235 4679636



Ich heiÙe Sie herzlich Willkommen!

Seit über 20 Jahren beschäftigen wir uns intensiv mit der Ursache von körperlichen Beschwerden und den Grundlagen nachhaltiger Gesundheit. In den Praxen in Dormagen und Erftstadt beraten und helfen wir Ihnen kompetent und wohnortnah. Bei unserem Partner Springs in Köln (www.springs-koeln.de) bieten wir Ihnen umfassendes Training und weiterführende Unterstützung.

Ob nach einer Verletzung oder Operation, bei Schmerzen und Problemen mit der Gesundheit sind mein Team und ich bemüht, Ihnen schnell und effektiv zu helfen. Immer steht bei unserer Arbeit im Vordergrund, die Ursachen der Beschwerden zu ermitteln und Ihre Gesundheit so zu stärken, dass Ihre eigenen Kräfte die weitere Entstehung von Beschwerden abschwächen oder verhindern können.

Durch professionelle Physiotherapie und qualifizierte Osteopathie einerseits und Pilates Training andererseits konnten wir vielen Menschen bereits effektiv und nachhaltig helfen. Aber auch durch unterstützende Techniken wie Reflexzonen-Therapie, Manuelle

Therapie und K-Taping wird unsere Arbeit bereichert. So ist inzwischen ein fundiertes und von allen Mitarbeitern gelebtes Konzept entstanden, von dem Menschen in Dormagen, Erftstadt, Köln und Umgebung profitieren können.

Unser Ziel ist es, Ihnen dabei zu helfen gesund und vital zu sein und zu bleiben. Dabei spielen viele Faktoren eine Rolle: Work Life Balance steht heute im Mittelpunkt der Bemühungen, die ökonomische Organisation des Arbeitsplatzes ist wichtig aber die gesunde, zu nachhaltiger Erholung führende Freizeit ist auch nach Ansicht der Profis weit wichtiger als wir denken.

Unsere Werte:

→ Struktur

Qualitätssicherung, Therapieplanung und unser Konzept für das beste Ergebnis

→ Achtsamkeit

Wir wissen was Sie brauchen und zeigen Ihnen den Weg

→ Positive Dynamik

Ein engagiertes Team im Dienste ihrer Gesundheit



Dr. A. Bohlander

Sofort-Hilfe-Versprechen

Akute Beschwerden, Schmerzen, Verletzungen oder Fragen? Rufen Sie uns an!

Praxis Dormagen:

→ Tel. 02133 / 215050
Mo.-Do., 8-20 Uhr
info@bohlander-praxis.de

Praxis Erftstadt:

→ Am Marien-Hospital
Tel. 02235 / 4679636
Mo.-Do., 8-20 Uhr
erftstadt@bohlander-praxis.de

Wir garantieren, dass Sie innerhalb von 24 Stunden einen Termin bei uns erhalten!

Diesen Service können Sie mit oder ohne ärztliche Verordnung in Anspruch nehmen! Entweder wir behandeln Sie selbst oder wir empfehlen Ihnen zur Abklärung einen der Ärzte oder Therapeuten, mit denen wir in unserem Netzwerk zusammen arbeiten.

Unsere Gesundheit

ist unser höchstes Gut –

sie zu beschützen, zu bewahren und zu stärken, sollte im Mittelpunkt der Medizin stehen. Lange standen Krankheiten und nicht die Grundlagen der Gesundheit im Mittelpunkt der medizinischen Betrachtung und Therapie.

Immer mehr Menschen suchen ganzheitliche Konzepte. Dies bedeutet die Betrachtung des Zusammenspiels aller Körperteile und Körperfunktionen. Die Einflüsse des Körpers auf unser Denken, Fühlen und Befinden. Zunehmend wächst die Einsicht, dass es nicht immer sinnvoll ist, uns in medizinische Fachgebiete zu zerteilen, sondern das Ganze zu betrachten.

Der Rücken –

Sinnbild innerer Haltung, Achse der Bewegung, Schönheit und Kraft.

Unser Rücken ist die Achse unserer Gesundheit. Wenn wir unsere Kinder, unsere Verantwortung und unsere Lasten tragen, stützt und schützt uns der Rücken, die Wirbelsäule, unsere Bandscheiben, Muskeln und Nerven. Wenn der Rücken schmerzt, macht nichts Freude, ist alles schwer. Lassen Sie es nicht soweit kommen! Ihr Rücken kann ihre Lebensenergie und ihre Pläne tragen, wenn Sie sich rechtzeitig um ihn kümmern.

Bewegung bedeutet Leben

Unsere Organe, unser Blut, unsere Muskeln und unser Stoffwechsel sind ständig in Bewegung.

Wo Bewegung zum Stillstand kommt, entstehen Probleme, Verspannungen, Schmerzen. Bleiben Sie in Bewegung: Aktive Physiotherapie und Pilates-Training bringen Ihnen die Freude an der Bewegung zurück.

Unsere Kinder sind die Zukunft

Auch für Ihre Kinder können Sie jetzt schon den Grundstein für ein Leben ohne Rückenschmerzen legen: Unterstützen sie ihre Kinder in dem Wunsch, sich zu bewegen und bewusst mit ihrem Körper umzugehen. Skoliosen bei Kindern und Jugendlichen, das heißt Wachstums-Störungen der Wirbelsäule, können, früh erkannt, begrenzt und verbessert werden. Nutzen Sie unsere Beratungsstunde für die Gesundheit Ihrer Kinder!

Das Gesundheits-Abo – Gesundheit abonnieren!

Die Idee ist einfach: Wir kümmern uns darum, dass Sie gesund bleiben bzw. werden, und wir bitten Sie, sich selbst auch um Ihre Gesundheit zu kümmern! Das Gesundheits-Abo ist eine feste Verabredung zwischen Ihnen und uns, bei der wir das Notwendige planen, Behandlungen durchführen und das Ergebnis kontrollieren. Und das Beste: das Gesundheits-Abo ist in der Familie übertragbar!



Unsere Therapie-Methoden:

→ Osteopathie

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

Im Rahmen der Resilienz (Fähigkeit zur Selbstheilung) werden durch Osteopathie heilsame Reize gesetzt, die Sie unterstützen. Die Behandlungen durch unsere hochqualifizierten OsteopathInnen werden von vielen Krankenkassen bezuschusst.

Hier finden sie dazu Informationen:

Osteokompass www.osteokompass.de

→ Pilates Training

„Intelligentes Training für intelligente Therapie“.

Das Herz unserer aktiven Übungs-Therapie, die ideale Verbindung wirkungsvoller Prinzipien zu Übungen mit Effekt und Spaß.

→ Skoliose-Behandlung

(Seitverbiegung der Wirbelsäule) nach Lehnert-Schroth

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.

→ Faszien-Therapie –

lösen von Verklebungen und schmerzhaften Triggerpunkten. Das Ziel ist nicht vordergründig nur eine mechanische Mobilisation der Faszien sondern eine heilsame Einwirkung auf die Mobilisation der Heilenergien des Körpers und des ganzen Menschen. Ziel ist, einen durch Schmerzen und Einschränkungen geprägten Zustand so zu verändern, dass eine Lebensveränderung und dadurch auch eine Veränderung der Beschwerden ausgelöst wird.

→ Frauengesundheit

Das wichtige und besondere Thema wird durch unsere ExpertInnen kompetent repräsentiert. Fragen und Begleitung bei gesundheitlichen Problemen und Herausforderungen – wie Beckenboden, Menopause und anderen wichtigen Themen – werden gezielt und nachhaltig behandelt.

→ Lymph-Kompetenz-Zentrum:

Das alte Wissen um die heilsame Wirkung einer intensiven manuellen Massage oder einer Entstauung der Lymphen, die unseren Körper reinigen und entschlacken, ist heute nach wie vor aktuell.

Als Lymph-Kompetenz-Zentrum haben wir uns intensiv mit der optimalen Versorgung und Wirksamkeit beschäftigt. Nach unserer Untersuchung versorgen wir Sie mit Allem, was Sie brauchen: Ratschläge, Eigenmaßnahmen, Übungen und natürlich mit der optimalen Behandlung.

PRAXIS
BOHLANDER

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

Dormagen

Bahnhofstraße 30
41539 Dormagen
Tel. 02133 / 215050

Erfstadt

Am Marien-Hospital
Münchweg 1
50374 Erfstadt
Tel. 02235 / 4679636

Physio Future Liblar
Carl-Schurz Str. 141a
50374 Erfstadt

Lymph-Kompetenz-Zentrum
(LKZ)
Carl-Schurz Str. 141
50374 Erfstadt