



## DIE SYMBIOSE VON ORTHOPÄDIE UND PSYCHOLOGIE

**bones & brain bietet ein neues und einmaliges Konzept in Köln, in dem Orthopädie, Unfallchirurgie und Sportmedizin sowie Psychotherapie, Coaching und Mentaltraining in einer Gemeinschaftspraxis integrativ verbunden sind.**

Die Diagnose jeglicher Sportverletzung oder orthopädischer Erkrankungen gelingt Dr.med. Dipl.-Sportwiss. Boris-G. Böttenberg auf dem kürzesten Weg in seiner neuen design-prämierten Praxis „bones & brain“.

Individuelle Betreuung und genügend Zeit für den Patienten stellen wesentliche Pfeiler seiner Behandlung dar. Mit dem Einsatz der innovativen strahlenarmen digitalen Radiographie oder der dynamischen Ultraschall-Untersuchung erreicht Dr. Böttenberg ein Höchstmaß an diagnostischer Treffsicherheit. „Mit diesen High-Tech-Geräten können wir unfallbedingte Gelenkverletzungen oder Überlastungsreaktionen im frühesten Stadien erkennen, wodurch die Heilungschancen enorm erhöht werden.“

Der renommierte Orthopäde und Sportmediziner legt dazu großen Wert auf die Möglichkeit der Prävention: „Orthopädische Medizin beginnt nicht erst mit einer akuten Sportverletzung oder einer chronischen Überlastungsreaktion. Es von elementarer Bedeutung, Bewegungsfehler zu vermeiden und auf seinen Körper zu hören“.

Die Arthrosebehandlung z.B. mit Eigenblut und die Therapie von Rückenbeschwerden sind Teil seines konservativen Spektrums. Operativ gehören minimalinvasive und arthroskopische Operationen an der Schulter, am Kniegelenk (Knorpel-, Meniskus- und Kreuzbandchirurgie) sowie die Arthroskopie des Hüftgelenks zu seinen Spezialgebieten.

Aufgrund der eigenen Erfahrung als Arzt, Diplom-Sportwissenschaftler und der Betreuung von Spitzenvereinen wie z.B. dem 1. FC Köln II oder der Deutschen Basketball-Nationalmannschaft kann er auf alle Erfahrungen zurückgreifen, die im Leistungs- und Profisport erforderlich sind.

Hier liegt auch einer der Schnittpunkt zwischen Orthopädie und Psychotherapie bei „bones & brain“. „Leistung beginnt im Kopf“,

erklärt die Psychologin Claudia Roberts. „Die optimale Versorgung von Sportlern umfasst mentales Training und Themen wie: wiederkehrende Verletzungsmuster, Trainingsblockaden, Konflikte im Team oder mit dem Trainer, Ängste und Motivationstiefs.“

### **Aber nicht nur Sportler profitieren von Coaching und Therapie**

„Körper, Geist und Seele bilden bei allen Menschen eine Symbiose. Es macht Sinn, bei jeglicher körperlicher Erkrankung oder Störung auch die Signale der Seele zu beachten und umgekehrt.“ In Ihrer Praxis wendet Frau Roberts wirksame moderne und lösungsorientierte Verfahren wie z.B. Video-Coaching, systemische Therapie und NLP an.

Ein weiterer wichtiger Schwerpunkt liegt in der effektiven und wirksamen Paartherapie. „Es lohnt sich immer, an der Liebe zu arbeiten“ sagt die engagierte Therapeutin.

„Wir alle haben in uns verborgene, vergessene oder bislang unentdeckte Ressourcen, unser Leben erfolgreich zu gestalten. Oft ist durch Stress und Alltagsbelastung der Blick verstellt auf das, was möglich wäre. Ich möchte Sie an diesem Punkt abholen und mit Ihnen gemeinsam die Möglichkeiten entdecken, die in Ihnen stecken.“

Moderne Entspannungsverfahren wie PMR und autogenes Training in schönem Ambiente sind wichtiger Teil der Philosophie: „Denn in der Ruhe liegt die Kraft.“

Der ganzheitliche Ansatz von „bones & brain“ wird durch das Angebot natürliche Verjüngungsmedizin aus dem hauseigenen Labor abgerundet.

bones & brain  
K Ö L N

### KONTAKT



Private Facharztpraxis für  
Orthopädie, Unfallchirurgie  
und Sportmedizin  
Dr.med. Dipl.-Sportwiss.  
Boris-G. Böttenberg



Private Praxis und Institut  
für Psychotherapie, Mental-  
training, ILP, Coaching und  
Entspannungsverfahren  
Claudia Roberts