# Gesundheitswegweiser Kaiserviertel

# Ausgabe 1/2023











- Ärzte und Ärztinnen
- Heilpraktikerinnen
- Pflegedienst
- Pflegeeinrichtung
- Physiotherapie
- Radiologie
- Reha- und Therapiezentrum
- Thai Massage

Vorwort	3
Heilpraktikerin	
Heilpraktikerin Heike Frenzel	4
Praxis für Musiktherapie (DmtG zert.) - Marion Vetter	5
Pflegedienst	
Alveocura GmbH	6
Pflegeeinrichtung	
St. Josefinenstift	8
Physiotherapie	
VITA GESUNDHEIT am Ostwall GmbH	10
Radiologie	
Gemeinschaftspraxis Radiologie Brüderweg	11
Reha- und Therapiezentrum	
Klinik am Stein	14
Praxis für Physikalische und Rehabilitative Medizin	15
Thai Massage	
Chok Dee traditionelle Thai-Massage	16
Bai Pai traditionelle Thai-Massage	18

#### **Impressum**

Herausgeber / Gestaltung: Rüdiger Beck Werbekonzepte Löwenstr. 27, 44135 Dortmund Tel. und Fax: 0231 / 57 36 46 E-Mail: info@ruediger-beck.de

Illustration im Vorwort (Bild Acryl auf Leinwand): Dagmar Schnecke-Bend

Titelbilder: Pixabay Auflage: 5.000 Stück

Nachdruck in Wort und Bild, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung von Rüdiger Beck.

#### Vorwort

Liebe Leserinnen, lieber Leser,

ich freue mich, Ihnen die erste Ausgabe des "Gesundheitswegweisers Kaiserviertel" präsentieren zu können.

Zu meiner Person: Ich bin im Bereich Werbung tätig und habe einige Jahre lang die Festschrift zum Kaiserstraßenfest und die Broschüre "Oststadt aktiv" erstellt. Darüber hinaus bin ich seit Jahren im Stadtbezirksmarketing Innenstadt-Ost tätig und bin der Betreiber des Internetportals "Oststadt aktiv".



Rüdiger Beck (Portrait: Dagmar Schnecke-Bend, Acryl auf Leinwand)

Mit der Herausgabe des Gesundheitswegweisers Kaiserviertel beabsichtige ich, eine praktische Hilfestellung für Patientinnen und Patienten zu leisten, die sich über das Angebot von Gesundheitsdienstleistungen im Kaiserviertel informieren möchten.

Der Gesundheitswegweiser Kaiserviertel soll Ihnen die vorgestellten Einrichtungen und Praxen näher bringen. Einen Anspruch auf Vollständigkeit erhebt er in der vorliegenden Startausgabe allerdings nicht.

Ich hoffe, dass dieser Ratgeber Ihnen bei der Suche nach geeigneten Angeboten behilflich sein wird.

Ich danke den teilnehmenden Ärzten, Heilpraktikern, Firmen und Einrichtungen für die mir zur Verfügung gestellten Informationen.

Mit den besten Wünschen für Ihre Gesundheit

Ridge Book



### Heilpraktikerin Heike Frenzel

Meine langjährige Arbeit verdeutlicht mir immer wieder aufs Neue, dass jedem menschlichen Organismus zahlreiche Möglichkeiten zur Selbstregulation und damit zur Verbesserung der Gesundheit und des seelischen Befindens zur Verfügung stehen.

In einer technisch hoch entwickelten Welt, in der alles und auch die einzelnen Menschen von dem Anspruch angetrieben werden, immer schneller und perfekter zu funktionieren, wird das Wissen der traditionellen und naturheilkundlichen Behandlungsansätze oft übersehen, missverstanden und an den Rand gedrängt.

# Naturheilkunde wirkt und dies häufig auf überraschende und nahezu nebenwirkungsfreie Weise!

Es ist unbestreitbar, dass die Schulmedizin sehr große Fortschritte gemacht hat und sich dort, wo sie sich noch nicht gänzlich den finanziellen Interessen der Konzerne unterworfen hat, zum Segen für die Menschen erweist.

Dennoch stößt sie bei vielen Erkrankungen und Beschwerden natürlicherweise an Grenzen. Genau hier bieten seriöse naturheilkundliche Behandlungsansätze ergän-

zende und vielfach weiterführende Lösungsmöglichkeiten. Daher sollten sich die Schulmedizin und die Naturheilkunde in gegenseitiger Wertschätzung zum Wohle der Patienten ergänzen mit dem Ziel, die innewohnende Selbstregulation des Organismus anzuregen und zu stärken.

# Behandlungen

- Yamamoto-Schädelakupunktur (YNSA)
- Sympathikustherapie
- Osteopathie
- Craniosacrale Therapie
- Schmerzpunkt-Akupressur
- Mikrobiologische Therapie (Darmsanierung)
- Kombinationstherapie bei COPD und andere Lungenerkrankungen
- Yager Therapie
- Geistiges Heilen
- Hypnose
- Therapeutische Bilder und Dialog
- Tiefenentspannung



Heilpraktikerin Heike Frenzel Von-der-Goltz-Str. 39 44143 Dortmund Tel: 0231-1387581 www.heike-frenzel.de info@heike-frenzel.de



### Praxis für Musiktherapie (DmtG zert.) - Marion Vetter

Ich bin Diplom-Musiktherapeutin (Universität Münster, DmtG zert.) und Heilpraktikerin für Psychotherapie.

Sie können in vielen Bereichen bei psychischen oder körperlichen Krankheiten von Musiktherapie in meiner Praxis profitieren. Das Verfahren kann in akuten - oder sich anbahnenden - Krisen helfen, einen anderen Zugang auf das Problem zu bekommen. Ich behandle und unterstütze bei Beziehungskrisen, psychosomatischen Erkrankungen, leichten Depressionen, Burnout, verschiedenen neurologischen

Erkrankungen sowie bei der Krankheitsverarbeitung bei verbliebenen Beschwerden (wie Konzentrationsstörungen, Long Covid o.a.) nach schwerer Krankheit.

Der Mensch steht stets im Mittelpunkt. Die Erfahrung von Selbstbewusstsein und Selbstwirksamkeit, ein inneres Ankommen, Ruhe empfinden sind mir wichtige Anliegen. Besondere musikalische Fähigkeiten oder Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

### Was ist Musiktherapie?

Musiktherapie erfolgt bei mir individuell je nach Beschwerden, Indikation oder Wunsch aktiv sowie rezeptiv (Musik hören). Außer der Musik sind Gespräche wichtiger Bestandteil.

Sie wählen einfache Instrumente. Gemeinsame Musik entsteht. Über den non-verbalen Zugang machen Sie neue Erfahrungen. Geschichten, Gefühle, Stimmungen werden hör- und erlebbar. Leiden wie Gedanken-Kreisen, Auf-der-Stelle-treten, Unausgesprochenes oder alte Beziehungsgeflechte werden über musikalische Impulse aufgegriffen. Gemeinsam werden Wege für Veränderung durch die Musik und im Gespräch gesucht und Ressourcen aktiviert.

Musiktherapie hilft unserem Gehirn sich auf neue Gegebenheiten ein- und für die Bewältigung umzustellen. Diesen Veränderungsprozess nennt man Neuroplastizität.

Bei neurologischen Erkrankungen geht es vermehrt um Unterstützung der Motorik, der Sprache oder der Konzentration. Bei Kindern fließen spielerische Elemente ein.

In besonderen Fällen bin ich auch mobil für Sie tätig, z.B. in Wohngruppen oder im Kinder- und Jugendhospiz.



Praxis für Musiktherapie Marion Vetter



Marion Vetter Praxis für Musiktherapie Diplom-Musiktherapeutin Heilpraktikerin (Psychotherapie) Karl-Marx-Straße 66 44141 Dortmund Tel.: 0178 / 1067501 marion.vetter@musiktherapie.de



#### Alveocura GmbH

Die Alveocura GmbH ist ein mittelständisches Unternehmen mit Sitz in Dortmund, das sich auf die außerklinische Intensiv- und Beatmungspflege spezialisiert hat.

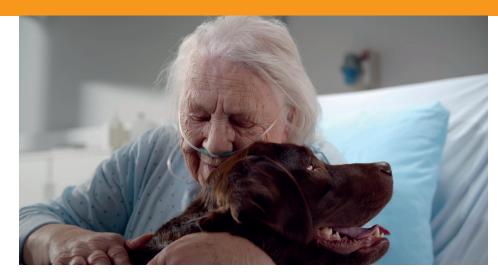
Unsere Patienten können in ihrem eigenen Zuhause betreut werden, um ihre sozialen Kontakte aufrechtzuerhalten und die Genesung und Rehabilitation in einer vertrauten Umgebung zu fördern.

Unsere Mitarbeiter bieten eine ganzheitliche und individuelle Pflege, die auf pflegerischem Sachverstand, sozialer Kompetenz und Empathie basiert und die oft komplexe Versorgungssituation der Patienten begleitet.

Zusätzlich zur Intensiv- und Beatmungspflege bietet Alveocura auch professionelle Pflegeberatung und Wundtherapie an. Das Unternehmen strebt danach, ein individuelles Versorgungsnetzwerk um den Patienten aufzubauen und alle gesetzlichen Finanzierungsmöglichkeiten zu nutzen, um den Verbleib in der eigenen Häuslichkeit so lange wie möglich zu gewährleisten.

Dieses Rundum-Paket ermöglicht es uns, unseren Klienten eine bestmögliche Versorgung und unseren Mitarbeitern eine hohe Unterstützung zu bieten.





### Intensiv- & Beatmungspflege

Unsere Firma, die Alveocura GmbH, hat sich auf die Pflege und Betreuung von intensivpflegebedürftigen Menschen spezialisiert und legt großen Wert auf Qualität. Wir bieten ein Zuhause für Menschen, die auf Beatmungspflege angewiesen sind, damit sie selbstständig und unabhängig leben können. Unser Ziel ist es, die Eigenständigkeit und Unabhängigkeit unserer Patienten zu fördern und ihnen Hilfe anzubieten, wo sie gebraucht wird. Wir berücksichtigen dabei immer individuelle Bedürfnisse und persönliche Gewohnheiten. Durch den Einsatz modernster Technik und unseres erfahrenen, liebevollen Teams sorgen wir für Sicherheit und Entlastung.

### Wundversorgung

Für eine schnelle und unkomplizierte Wundheilung benötigen sowohl Betroffene als auch Ärzte und Kliniken ein adäquates Wundmanagement. Unser fachweitergebildetes Personal kümmert sich um akute und chronische Wunden in enger Zusammenarbeit mit den behandelnden Ärzten und Kliniken. Wir passen die Therapie individuell auf die Bedürfnisse der Wunde an und kooperieren dabei mit externen Wundversorgern und Verbandstofflieferanten.

Im Vordergrund steht bei uns stets das Wohl des Betroffenen und eine umfassende Beratung zu unterstützenden Maßnahmen. Ein festes Versorgungsteam gewährleistet dabei eine konsistente Wundversorgung und trägt somit positiv zum Wundheilungsprozess bei.



Alveocura GmbH Bremer Str. 19 (ab 01.04.2023 Westfalendamm 275) 44135 Dortmund

Tel: 0231 - 53403312 Fax: 0231 - 53403313 E-Mail: info@alveocura.de

#### St. Josefinenstift - Das Damenstift am Ostwall

Das St. Josefinenstift befindet sich in katholischer Trägerschaft und bietet am derzeitigen Standort Ostwall 8-10 die Möglichkeit zur Kurzzeit- und stationären Langzeitpflege für insgesamt 80 Damen. Aufgeteilt ist das derzeitige Gebäude in 3 Wohnbereiche mit 56 Einzel- und 12 Doppelzimmern.

Die Tagespflege am Westfalendamm 268 befindet sich im Gebäude der Wittekind Apotheke und bietet jeweils montags bis freitags in der Zeit von 08:00 - 16:00 Uhr für maximal 21 Gäste eine umfangreiche Betreuung.

Mit dem zukünftigen Ersatzneubau im Defdahl entsteht ein Quartiersprojekt, in dem die derzeitigen voll- und teil-



stationären Angebote miteinander verzahnt werden. Die neue Einrichtung, eine hochmoderne vollstationäre Pflegeeinrichtung mit 88 Einzelzimmern, wird aktuell auf dem Gelände hinter dem Wittekindshof gebaut.

Die Fertigstellung wird voraussichtlich in der zweiten Jahreshälfte 2024 erfolgen. Zusätzlich entstehen auf dem Quartiersgelände barrierefreie Wohnungen.



## **Unser Pflegekonzept:** Vorhandene Fähigkeiten erkennen und aktivieren

In der stationären Langzeitpflege bietet die Einrichtung eine dauerhafte "Rund um die Uhr Betreuung", mit der sämtliche pflegerische und betreuerische Leistungen, sowie die hauswirtschaftliche Versorgung gesichert sind. Voraussetzung für die Aufnahme ist eine erhebliche Pflegebedürftigkeit mit mindestens Pflegegrad 2.

Mit der Kurzzeitpflege sind die Aufenthalte in der Einrichtung je nach Bedarf zeitlich begrenzt, das Versorgungsangebot ist jedoch das Gleiche. Je nach Anspruch und Pflegegrad besteht zusätzlich noch die Möglichkeit einer Verhinderungspflege. Hier berät die jeweilige Pflegekasse über die individuellen Ansprüche.

Die Tagespflege bietet die Möglichkeit einer Betreuung, wenn weder Kurzzeit- noch stationäre Langzeitpflege erforderlich sind und die betreute Person noch zu Hause verbleiben möchte.

Mit diesem Angebot ist eine "Rundum Versorgung" gesichert. Die Tagespflege kann an 5 Tagen in der Woche oder aber auch nur an 1 oder 2 Tagen gebucht werden. Dies richtet sich nach den Wünschen der Gäste.



Sofern zusätzliche ambulante Leistungen erforderlich sind, vermittelt die Einrichtung einen ambulanten Pflegedienst.

# **Unsere Qualität:** Wir nehmen unsere **Verantwortung ernst**

Gute Qualität ist für uns Anspruch und Herausforderung zugleich. Qualität umfasst in unserem Verständnis sowohl das Qualitätsmanagement, als auch die Dienstleistungen, die wir unseren Bewohnern und Gästen anbieten.



Um Leistungen und auch Kosten transparent zu machen, bietet die Einrichtung fachliche, individuelle und kostenlose Beratung. Mitarbeitende berichten aus dem Alltag, zeigen neue Perspektiven auf und finden gemeinsam mit Interessenten individuelle Lösungswege.

In der Tagespflege besteht zudem die Möglichkeit für einen kostenlosen Probetag. Lernen Sie die Angebote ganz unverbindlich kennen. Wir unterstützen und beraten Sie ganz unverbindlich.



St. Josefinenstift Ostwall 8-10 44135 Dortmund info@josefinenstift-dortmund.de www.josefinenstift-dortmund.de Tel. 0231-5569050

Tagespflege St. Josefinenstift Westfalendamm 263 44141 Dortmund tagespflege@josefinenstift-dortmund.de www.josefinenstift-dortmund.de Tel. 0231-56489858

### Physiotherapie, Trainingstherapie und Prävention mit Wohlfühlgarantie im Herzen von Dortmund

Im Mittelpunkt unserer Philosophie steht die Wiederherstellung, Verbesserung oder Erhaltung Ihrer Gesundheit. Bei uns erleben Sie ganzheitliche und moderne Physiotherapie in besonderer Atmosphäre. Unser vielseitiger Trainingsbereich bietet alle Möglichkeiten eines modernen Trainings, sowohl im medizinischen als auch im Fitnessbereich. Die individu-



elle Betreuung ist dabei für uns ein entscheidender Faktor, gemeinsam gesetzte Ziele schnellstmöglich zu erreichen.

Eine ausführliche Beratung und Untersuchung bei ganzheitlicher Betrachtung Ihrer persönlichen Situation bilden für uns die Basis für die Planung und Gestaltung Ihrer Therapie bzw. Ihres Trainings.

Dabei ist es uns besonders wichtig, dass Sie sich in unserer Einrichtung wohlfühlen und die Zeit störungsfrei genießen können. In unserer wunderschönen Jugendstilvilla bieten wir Ihnen ein breites Angebot aus der Physiotherapie, der medizinischen Trainingstherapie sowie aus den Bereichen Fitness und Präventionskursen, wie u.a. Hatha Yoga, Yoga für Schwangere, Vitality Gerätezirkel, Core Fit- das Ganzkörpertraining.

### **Unser Leistungsspektrum**

- Krankengymnastik (KG)
- Manuelle Therapie
- KG Neuro
- KG am Gerät
- Wärmetherapie/Moorpackung
- Kinesiotaping
- Manuelle Lymphdrainage
- Klassische Massagetherapie
- Gesundheitstraining/Fitnesstraining (als Abo, oder 10er Karte)
- Vibrationstraining
- Gesundheitsberatung
- Sportlerbetreuung
- Präventionskurse (unsere nach §20 zertifizierten Kurse werden von den Krankenkassen zwischen 80 - 100% bezuschusst).



VITAGESUNDHEIT
am Ostwall

VITA GESUNDHEIT am Ostwall GmbH Ostwall 23 44135 Dortmund Tel.: 0231/ 13726686 E-Mail: dortmund@vita-gesundheit.de

Internet: https://vita-gesundheit.de/

# Gemeinschaftspraxis Radiologie Brüderweg Team|work seit fast 50 Jahren

Vor 49 Jahren wurde die Gemeinschaftspraxis von den beiden Radiologen Dr. Josef Moormann und Dr. Helmut Diekhaus als Röntgeninstitut gegründet. Als der Betrieb - damals noch in der Kaiserstraße - begann, war nicht absehbar, welche Entwicklung man nehmen würde.

Im Laufe der Jahre wurde das radiologische Spektrum weiter ausgebaut und um die Schnittbilddiagnostik erweitert. 1983 kam mit der Computertomographie (CT) eine neue Technik hinzu, zudem verstärkte Dr. Wolfgang Appel personell die Praxis. Im Jahre 1989 wurde die Praxis um die Kernspintomographie (MRT) erweitert. Zum Ärzteteam kam 1990 Frau Dr. Renate Gilgenbach hinzu, die immer noch im Brüderweg tätig ist.

Als 1993 absehbar war, dass die Räume am Standort Kaiserstraße nicht ausreichen würden, entschloss man sich zum Umzug in die insgesamt 1500 qm großen Räumlichkeiten im Brüderweg. 1999/2000 wurde das Ärzteteam durch Prof. Dr. med. Klaus Sievers, Dr. med. Joachim Ehlert und Dr. med. Wolfgang Werner ergänzt, 2003 kam auch Dr. med. Harald Lehmann als Nuklearmediziner dazu. Inzwischen sind diese Ärzte in ihren wohlverdienten Ruhestand getreten.



Das Ärzteteam von links: Dr. med. E. Demirel, Dr. med. A. Witteler, Dr. med. C. Heute, Frau Dr. med. R. Gilgenbach, Dr. med. C. Bartling, Dr. med. H. J. Skamel, Dr. med. C. Lenz

60 Mitarbeiter\*innen arbeiten in der Gemeinschaftspraxis, die dienstälteste medizinische Fachangestellte seit 45 Jahren. Viele Mitarbeiter\*innen kommen nach der Elternzeit wieder und arbeiten als Teilzeitkräfte weiter. Die Gemeinschaftspraxis bildet seit 49 Jahren Auszubildende aus, die sehr gerne auch übernommen werden. In den letzten Jahrzehnten wurden 1.500.000 Patienten\*innen aus Dortmund und Umgebung in unserer Gemeinschaftspraxis radiologisch versorgt und über vier Millionen Untersuchungen durchgeführt.

Schwerpunkte der Gemeinschaftspraxis sind die Schnittbilddiagnostik, die digitale Mammographie sowie die CT-gesteuerte Schmerztherapie. Zudem ist die Praxis Standort des Programms "Mammographie Screening Dortmund-Hagen" und Partner der Dortmunder Brustzentren.

Inzwischen werden in den Untersuchungsräumen u.a. 4 Kernspintomografen (drei 1,5 Tesla Geräte und ein 3 Tesla Gerät) der Firma Siemens Healthcare betrieben. Das 3,0 Tesla MRT wurde im September 2022 in Betrieb genommen, und bietet den Patienten\*innen eine exzellente Bildqualität mit hoher Detailauflösung bei einer spürbar verkürzten Untersuchungszeit, was zu einer deutlichen Präzisierung der Diagnostik führt.



Kernspintomograf 3,0 Tesla von Siemens Healthcare

Bei den zwei Computertomographen der Firma GE Healthcare, die den Großgerätepark der Gemeinschaftspraxis vervollständigen, wird es Anfang März 2023 einen Wechsel geben. Ein Gerät wird nun durch einen 128-Zeilen-Computertomographen der Firma GE Healthcare ersetzt, der das bisherige Untersuchungsspektrum um die Kardio-CT erweitert. Somit kann die Gemeinschaftspraxis Ihren Patienten\*innen zukünftig CT-Herz-Untersuchungen anbieten, zur Einschätzung des Risikos für einen Herzinfarkt mit Darstellung des Herzens in 3D und Messung des Kalkscores. Darüber hinaus ermöglicht das neue High-End-CT eine hochauflösende Bildqualität bei deutlich geringerer Strahlendosis, was die Sicherheit und den Patientenkomfort deutlich steigert.

Neben dem radiologischen Schwerpunkt, besteht auch seit über 20 Jahren eine nuklearmedizinische Abteilung in der Praxis. Die Nuklearmedizin stellt als funktionelle Bildgebung, d.h. als Methode die primär Stoffwechselvorgänge im Körper sichtbar macht, in vielen Bereichen eine wertvolle Ergänzung zu den vorgenannten radiologischen Methoden dar und komplettiert somit das diagnostische Spektrum der Gemeinschaftspraxis. So kann mittels radioaktiver Stoffe die Funktion verschiedener Organe, wie z.B. dem Herzen, der Nieren oder auch das Gehirn beurteilt werden und somit das Vorliegen von Erkrankungen, wie z.B. Parkinson erkannt, oder das Ausmaß einer Herz- oder Nierenschädigung genau beurteilt werden. Außerdem wird das gesamte Spektrum der Schilddrüsendiagnostik angeboten.



Auswertung einer nuklearmedizinischen Untersuchung

Besonderen Wert legt die Gemeinschaftspraxis darauf, dass alle Patienten\*innen nach der Untersuchung ein ausführliches Arztgespräch erhalten. Die Befragung nach Symptomen, dem Verlauf der Erkrankung oder den Beschwerden ist für eine kompetente medizinische Beurteilung sehr hilfreich. Schließlich soll die Radiologie Klarheit schaffen und die notwendigen Antworten liefern.



Die Gemeinschaftspraxis wird im nächsten Jahr ihr 50-jähriges Bestehen feiern und auch in Zukunft ein fester Bestandteil medizinisch-radiologischer Versorgung in der Stadt und in der Region bleiben.



Radiologie Brüderweg Brüderweg 13 44135 Dortmund Telefon: 0231 - 55 0 55 www.do-ra.de info@do-ra.de Instagram: radiologie\_bruederweg

#### Herzlich willkommen in der Klinik am Stein

Die Klinik am Stein bietet Patienten mit neurologischen und orthopädischen Erkrankungen die Möglichkeit einer wohnortnahen Rehabilitation.

Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen! Mit fachkundiger Unterstützung der Therapeuten an der Klinik am Stein wird es Ihnen gelingen, gesundheitlichen Problemen vorzubeugen oder nach einer Erkrankung wieder fit zu werden. Wir bieten Ihnen ein umfassendes und kompetentes Therapieangebot in familiärer Atmosphäre. Kommen Sie zu uns und überzeugen Sie sich selbst.



### Leistungsspektrum

Ambulante Rehabilitation: Neurologie, Orthopädie

### Heilmittelbehandlungen

**Physiotherapie:** Krankengymnastik (Einzeltherapie), Krankengymnastik am Gerät, Manuelle Lymphdrainage, Massagen uvm.

# **Ergotherapie:**

Motorisch-funktionelle u. Sensomotorisch-perzeptive Behandlung, Behandlung an modernen Geräten

# **Sprachtherapie:**

Neurologische Sprachstörungen (Aphasien), Neurologische Sprechstörungen (Dysarthrophonien), Stimmstörungen (Dysphonien), Neurologische Störungen der Nahrungsaufnahme (Dysphagien) Ambulantes Reha- und Therapiezentrum Dortmund GmbH Feldstr. 77 44141 Dortmund

Tel.: 0231 488 285-0 Fax: 0231 488 285-10 reha-dortmund@klinik-am-stein.de www.ambulantes-rehazentrum-dortmund.de

#### **Unser Arzt**

Herr Dr. med. Bedri Begolli ist Facharzt für Physikalische und Rehabilitative Medizin. Sein Medizinstudium absolvierte er in Prishtina-Kosova und trägt seit 2017 den Facharzt.

Im März 2021 begann er als niedergelassener Arzt in einem Facharztzentrum im Ärztehaus Delbrück mit den Spezialisierungen Neurologie, Neurochirurgie, Orthopädie, Physikalische und Rehabilitative Medizin zu praktizieren.

#### **Unsere Werte**

In unserer Praxis legen wir großen Wert auf die individuelle Betreuung unserer Patientinnen und Patienten.

Nach einer ausführlichen Erfassung des Beschwerdeverlaufs und einer einhergehenden Untersuchung erfassen wir die Ursache des persönlichen Schmerz- und Bewegungsproblems oder anderer Störungen, die ihre Lebensqualität einschränken und behandeln sie zielgerichtet.





Wir bieten ein breites Leistungsspektrum für Patientinnen und Patienten mit nicht operativen, orthopädischen Erkrankungen des Bewegungsapparates, der Gelenke und der Wirbelsäule an.

- Akupunktur
- Chirotherapie
- manuelle Therapie
- Beratung zu Präventionsmaßnahmen
- Verordnung von Heilmitteln (Physiotherapie, Physikalische Therapie)
- Individuelle Gesundheitsleistungen (IGEL)
- $\bullet \ Schr\"{o}pfkopfbehandlungen$
- Vitamininfusionen
- Behandlung bei Beschwerden wie Kopfschmerzen, Migräne, Schwindel, Bandscheibenvorfall oder Hexenschuss

Praxis für Physikalische und Rehabilitative Medizin Feldstraße 77 44141 Dortmund Tel. 0231 488 285 - 50 Fax 0231 488 285 - 55 mvz@do.johanniter-kliniken.de



### **Chok Dee Thai-Massage** Qualifizierte traditionelle Thai-Massage

Kehren Sie Ihrem Alltag für einen Moment den Rücken zu und entspannen Sie bei einer wohltuenden traditionellen Thai-Massage.

Während Ihres Aufenthaltes reichen wir Ihnen gerne kostenlosen Tee, Kaffee oder Wasser, sowie ein Schälchen mit frischem Obst. Nutzen Sie auch gerne unser freies WLAN während Ihres Besuchs.



### Massagen

Wir sind spezialisiert auf die hohe Kunst der original traditionellen Thai-Massage und kombinieren diese mit modernen Behandlungstechniken. Genießen Sie unsere Massagen alternativ mit Ihrer Partnerin oder Ihrem Partner zusammen.

# **Traditionelle Thai-Massage**

Diese Art der Massage-Technik wird in Thailand als "Nuad Phaen Boran" bezeichnet und bedeutet soviel wie "Uralte heilsame Berührung". Bekannt ist die traditionelle Thai-Massage auch unter dem Namen "Thai-Yoga-Massage" und besteht aus Streckpositionen und Dehnbewegungen, Druck-Punktmassagen und Gelenkmobilisationen. Bei der traditionellen Thai-Massage findet die ayurvedische Lehre Anwendung.

# Aroma Thai-Öl-Massage

Eine Aroma Thai-Öl-Massage wirkt vitalisierend, entspannend, sowie stressabbauend. Eine Massage dieser Art stärkt zudem Ihr Immunsystem und regt Ihren Stoffwechsel und Ihre Selbstheilungskräfte an.

### Nacken- und Rücken-Massage

Diese Methode der Massage wirkt lindernd bei Schmerzen und bei Verspannungen im oberen Rumpfbereich, entspannend und stressreduzierend.

### **Hot Stone Massage**

Bei der Hot Stone Massage werden aufgeheizte Steine auf den Körper gelegt. Die Muskeln werden durch die Wärmeanwendung entspannt. Diese Art der Massage entstammt asiatischen Ursprungs.

### Kräuterstempel Massage

Bei der Kräuterstempel Massage werden gefüllte Stoffbeutel, mit meist pflanzlichen Extrakten, Gewürzen und Früchten, verwendet. Die wohltuende Wärme, in Kombination mit den Düften und ätherischen Ölen, sorgt für eine angenehme und vollkommene Entspannung.

### Thai Fußmassage

Jedem inneren Organ wird nach asiatischem Ursprung der Reflexzonen-Massage ein Teil des Fußes zugeordnet. Die Reflexpunkte an den Füßen werden durch gezieltes Drücken stimuliert oder beruhigt.



Wir sind Mitglied im deutschen Wellnessverband



Unser Team

### **Anti-Migräne Kopfmassage**

Bei dieser Art der Massage wird der Kopf durch sanfte Massage-Techniken, angelehnt an die traditionelle Thai-Massage für Kopf und Gesicht, wohltuend massiert. In Kombination durch gezielte Akupressur und sanften Massage-Einheiten wird eine Entspannung Ihrer Gesichts- und Schulter-Nackenmuskulatur sowie eine Entspannung Ihrer Kopfhaut erzeugt.

#### **Kostenlose Infrarotsauna**

Entspannen Sie in unserer Infrarotsauna. Durch die kurzwellige Bestrahlung mittels Infrarot wird die Durchblutung angeregt und die wohltuende Wärme sensibilisiert Ihren Körper für die anschließende Massage.

Chok Dee Traditionelle Thai-Massage Kaiserstraße 59 im Hofgebäude 44135 Dortmund Telefon: 0152 / 59 75 01 81 chokdee.thaimassage.dortmund@gmail.com www.chokdee-thaimassage-dortmund.de



### Bai Pai traditionelle Thai-Massage Gönnen Sie sich eine Auszeit

Bai Pai war die erste traditionelle Thai-Massage im Dortmunder Kaiserviertel. Hier finden Sie eine Oase der Ruhe, Lassen Sie den Alltag hinter sich und regenerieren Sie in unseren liebevoll eingerichteten Räumen. Qualität und das Wohlbefinden der Kunden stehen bei uns im Vordergrund. Wir bringen Ihnen Thailand ein Stück näher.

Die traditionelle Thai-Massage beschäftigt sich mit zehn ausgewählten "Energielinien", die nach traditioneller Lehre den Körper durchziehen sollen. Diese "Energielinien" werden über sanfte Dehnung und mit dem rhythmischen Druck von Handballen, Daumen, Knien, Ellenbogen und Füßen bearbeitet.

### **Unsere Massagemethoden**

### **Traditionelle Thai-Massage**

Blockaden im Körper sollen durch gezielte Stimulierung des Körpers aufgelöst werden. Dies wird erreicht durch Dehnen, Reiben, Kneten, sowie durch anhaltenden Druck auf Sehnen, Muskeln und Energiebahnen. Eine traditionelle Thai Massage wirkt ganzheitlich auf Muskeln, Gelenke, Organe, Geist und Seele.

# Thai Aromaölmassage

Sie ist eine Verbindung der orientalischen Kunst der Thai-Massage mit der Aroma-Therapie. Sie kann heilend und harmonisierend wirken und zu tiefer Entspannung, zur Verjüngung der Haut und zur Wiederherstellung des Energieflusses im Körper führen.



Außenbereich

Wartebereich



Unser Bai Pai Team

### **Hot Stone Massage**

Die Kombination aus tiefenwirksamer Wärme der Basaltsteine und behutsamen Massagen ist ein wahres Wundermittel gegen Verspannungen. Die Hot Stone Massage harmonisiert Ihre Energiezentren und dient dem Abbau von Stress.

# Gesichtsmassage

Gesichtsmassagen sind dafür bekannt, die Durchblutung der Gesichtshaut zu verbessern und das Gesicht zu verjüngen.

# **Kopf- und Nackenmassage**

Die Kopf- und Nackenmassage kann vor allem zur Entspannung und zum Stressabbau durchgeführt werden. Sie löst Verspannungen im Kopf- und Nackenbereich, kann leichte Kopfschmerzen lindern, den Geist entspannen und kann bei Konzentrationsproblemen helfen.

# Rückenmassage

Durch eine intensive Rückenmassage sollen Blockaden und Verspannungen gelöst werden.

# Fußreflexzonenmassage

Mit dieser alten chinesischen Technik sollen die Selbstheilungskräfte des Körpers aktiviert werden. Hierzu werden bestimmte Punkte an den Füßen stimuliert. Dies sorgt für eine bessere Durchblutung des Körpers mit seinen Organen, wodurch das Abwehrsystem des ganzen Körpers verbessert werden kann.

Bai Pai Thai-Massage Goebenstr. 5 44135 Dortmund Telefon: 0231 / 84 162 119 www.baipaithaimassage.de baipaithaimassage@hotmail.com





Neuanfertigungen in Gold und Silber

Erbschmuck-Umgestaltung, nachhaltig und innovativ

Elegante, sportliche Edelsteinketten, Unikate

Schmuckstücke sollten immer zur Persönlichkeit des Trägers passen, sowohl bei einer Neuanfertigung als auch bei alten Schmuckstücken. Erbstücke sollten nicht nur dem Träger Freude bereiten, sondern eine wertvolle Erinnerung an einen geliebten Menschen sein. Oft schlummert ein Schmuckstück jahrelang in einer Schublade und wird als Altgold lieblos eingeschmolzen, weil der Zeitgeist sich verändert hat.

Lassen Sie sich von Dagmar Schnecke-Bend fachgerecht beraten. Sie wird nach Ihren Vorstellungen Ihr persönliches Unikat im Glanz erstrahlen lassen.

Schmuck-Schnecke Kaiserstraße 49 44135 Dortmund Telefon: 0231/121574 www.schmuck-schnecke.de