



Arzt

Ausbildung & Qualifikation

Hier möchte ich nur die Ausbildungen erwähnen, die mich in die Lage versetzen bei Problemen in Verbindung mit dem guten Altern, Langlebigkeit, Salutogenese und chronische, lebensbedrohlichen Erkrankungen therapeutisch zu beraten und behandeln.

Wichtige Stationen meiner Ausbildung:

- ab Mai 2023, Zusammen mit Dipl. Sportlehrer Th. Kellermann: Integrales Yoga & Gesundheitsmedizin – ein online Projekt zum guten Altern und Gesundheit
- ab Januar 2023 Aufstellung des Curriculums „Einführung in die Integrative Funktionelle Medizin für Heilberufen“
- ab Dezember 2022 Mitbegründer vom Internationalen Fachkreis für Integrative Funktionelle Medizin, Köln-München-Bern
- ab Juni 2022, Beratungsarzt in der Hotline der BIOVIS Akademie, Limburg
- 2021-22 Forschungsprojekt SIBO (Small-Bowel-Bacterial-Overgrowth = Überwucherung des Dünndarms mit Bakterien) im Auftrag der BIOVIS Akademie
- 2019-2020 Forschungsprojekt „Alzheimer“ im Auftrag der BIOVIS Akademie
- 2015-2022 Ausbildung Medizinisches Yoga bei Diplom-Sportlehrer Thorsten Kellermann, Köln
- Seit Juli 2020 Privatpraxis für Gesundheitsmedizin, gutes Altern & Langlebigkeit in Bickendorf
- Juli 2020 – November 2022 freier Mitarbeiter in der Praxis Dr. med. Salewski, Köln
- 2018 Arzt für Funktionelle Medizin, Institute of Functional Medicine, USA
- November 2018 Kurs Epigenetik der Nordisc Laboratory in London
- 2013-Juli 2020 angestellter Arzt im Zentrum GanzGesund, Köln
- 1988-Ende 2012 in eigener Praxis, niedergelassener Hausarzt für Allgemeinmedizin, Naturheilkunde und Akupunktur in Köln, Kolumbastrasse10
- 2017 Fachberater für Darmgesundheit, Allergosan, Österreich
- 2017 Fachberater für Gehirngesundheit, USA
- 2004 Zusatzbezeichnung Akupunktur – Ärztekammer Nordrhein
- 1976 bis heute Mitglied des Rochester Zen Centers und
- ab 2003 bis heute Mentor für Zen-Meditation, Rochester Zen Center, USA
- 1996 Fachtherapeut Orthomolekulare Therapie, Forum für Orthomolekulare Therapie (FOM), München
- 1993 bis heute praktizierender Hypnose Psychotherapeut
- 1989-1993 Ausbildung zum Hypnosetherapeuten bei Dr. Brian Alman, San Diego, USA, und Heinrich Breuer, Köln
- 1988 Ausbildung und Zulassung für den Schwerpunkt „Psychosomatische Grundversorgung“, Köln
- 1987 Arzt für Naturheilkunde – Ärztekammer Berlin
- 1987-1988 Funktionsoberarzt an der Habichtswald-Klinik, Abteilung Biologische Onkologie
- 1984-1985 12 Monate Ausbildung an der Ji-Nan-Universität Kanton, VR China, Traditionelle Chinesische Medizin und Akupunktur (in chinesischer Sprache)
- 1983-1984 verschiedene Fortbildungsaufenthalte in England, der Schweiz und den USA; Ausbildung NLP in Berlin
- 1982-1988 Assistenzarzt allgemeinchirurgische Abteilung, Rudolph-Virchow-Krankenhaus, West-Berlin, Chefarzt Professor Weber
- 1983 Promotion zum Doktor der Medizin, Freie Universität West-Berlin, bei Professor Göbel, Thema „Krebsnachsorge in der Praxis“
- 1980 3-monatiger Kurs Anthroposophische Medizin, Lukasklinik in Arlesheim, Schweiz
- 1979 3 Monate Ausbildung im Royal Homoeopathic Hospital in London

- 1975–1982 Studium Humanmedizin an der Freien Universität Berlin, 4 Jahre Arbeit als Pfleger auf einer chirurgischen Intensivstation zur Finanzierung des Studiums.
- 1964–1974 Studium der Elektronik in Ilmenau, DDR mit anschließendem Beginn einer Doktorarbeit in Biokybernetik

Fremdsprachenkenntnisse: Deutsch, Bulgarisch, Englisch, Russisch (alle fließend),

Französisch, Chinesisch, Serbisch, Mazedonisch, Kroatisch begrenzte Verständigung möglich.

Qualifikationen

- Facharzt für Allgemeinmedizin
- Zusatzbezeichnung Akupunktur
- Zusatzbezeichnung Naturheilkunde
- Befähigung Psychosomatische Grundversorgung
- Psychotherapeut für Hypnose-therapie nach Erickson (USA)
- Arzt für Funktionelle Medizin
- Fachberater für Darmgesundheit
- Mentor für buddhistische Zen Meditation
- Therapeut für Stressbewältigung
- Fachberater Gehirngesundheit
- Spezielle Präventionsberatung Alzheimer & Gehirngesundheit
- Fachberater Gesundheitsmedizin

Schwerpunkte & Therapiemethoden

Schwerpunkte meiner Arbeit als Arzt sind jetzt die Therapie und das Vorbeugen von chronischen Erkrankungen, therapeutische Gespräche und Hypnose Therapie Beratung/Lehre auf dem Gebiet der Integrativen Funktionellen Medizin. Hier ist eine Aufzählung der von mir am häufigsten angewandten Therapiemethoden:

- Methoden der **Naturheilkunde**
- **Gesundheitsmedizin**
- **Traditionelle Chinesische Medizin – Akupunktur**
- **Orthomolekulare Medizin** (Vitamine, Mineralien, Fette, Aminosäuren, antientzündliche Substanzen)
- **Ernährungsmedizin** (Fasten, Teilfasten, Darmsanierung, Microvitalstoffe etc.)
- **Psychotherapie, Hypnose-therapie nach Erickson**, Gespräche, **MBSR** = Mindfulness Based Stress Reduction, Meditation
- **Medizinisch begründetes Yoga**
- **Komplexe individualisierte Therapiepläne zur Vermeidung und Therapie von Alzheimer, zur Vorbeugung und Therapie von entzündlichen Erkrankungen**, bei chronischen Beschwerden im Bauchbereich, **Panikattacken und Ängsten**, Anleitung zur Normalisierung des Körpergewichts.
- **Zen-Meditation, Atemmeditation**
- **Anti-Stress-Programm** „Sieben Schritte zum inneren Gleichgewicht“

ALLE von mir eingesetzten Therapiemethoden sind **wissenschaftlich anerkannt**.

Wie zuverlässig ist meine Information?

Die Grundpfeiler meiner ärztlichen Tätigkeit sind ein mit Promotion abgeschlossenes Medizinstudium, eine nachfolgende 5-jährige Arbeit in einer chirurgischen Klinik in West-Berlin, 30 Jahre lang Arbeit als

niedergelassener Allgemeinarzt und Hausarzt sowie diverse Fortbildungen und das Selbststudium in den folgenden Bereichen:

- Die Integrative Funktionelle Medizin (IFM)
- Die universitäre Medizin
- Die funktionelle Systembiologie,
- Die Genetik und Epigenetik
- Die klassische Naturheilkunde,
- die Grundlagen der Traditionellen Chinesischen Medizin,
- die Phytotherapie (Pflanzenmedizin),
- die funktionelle Biochemie (Labormedizin),
- die Orthomolekulare Medizin,
- die psycho-soziale Medizin,
- die medizinische Hypnose nach Milton Erickson,

Meine naturwissenschaftliche Ausrichtung während meines Studiums der Physik, Elektrotechnik und Biokybernetik mitbegründet worden.

Die wichtigsten, relevante und essentielle medizinischen Informationen beziehe ich ständig von Publikationen aus dem

- Center of Disease Control (CDC)- USA
- Das Deutschen Ärzteblatt
- Harvard Medical School
- Mayo Clinic, USA
- diverse Fachzeitschriften und Fachbüchern,
- von den Fortbildungskursen des Instituts of Functional Medicine, dessen Mitglied ich seit Jahren bin.
- Kongresse und Webminare, hauptsächlich aus dem Ausland
- Fortbildungen über Psychotraumatologie, Schmerztherapie, Stressbewältigung und in der Hypnosetherapie, um nur einige wenige zu nennen.

In der von mir mitbegründete **Internationaler Fachkreis Integrative Funktionelle Medizin, Köln-Bern-München** ist auch der **Doktor für Biochemie und Genetik Stefan Bogdanov aus Bern, Coach Funktionelle Medizin tätig, der für die hohe wissenschaftliche Qualität der Inhalte verantwortlich ist.**

1. Informationen für Patienten zu Erkrankungen.

Vielleicht haben Sie ein medizinisches oder psychologisches Problem und suchen eine umfassende Beratung zu den Ursachen Ihrer Probleme/Erkrankungen. Oder Sie möchten sich informieren über Erkrankungen und Therapien für sich selbst oder für jemanden, der Ihnen lieb ist. Möglicherweise wünschen Sie einen gründlichen medizinischen Check-up, um zu wissen, wie es mit Ihnen medizinisch steht.

Machen Sie einfach einen telefonischen Termin mit mir aus. Ich werde Sie ausführlich informieren/beraten.

In meiner privaten Sprechstunde berate und behandle ich überwiegend in den Bereichen Gesundheitsmedizin, Präventionsmedizin, gutes Altern und chronische Erkrankungen. Chronische Erkrankungen sind beispielsweise:

- Arteriosklerose

- Alzheimer
- Depression und Panik
- Übergewicht
- Neurodermitis
- Rückenschmerzen
- Migräne
- Multiple Sklerose

um nur einige wenige zu nennen. Von mir werden auch Lifestyle-Faktoren untersucht, die diese Probleme mitverursachen:

- unvorteilhafte Ernährung
- reduzierte Vitalstoffkonzentrationen im Körper
- fehlende oder nicht ausreichende Bewegung
- Aufnahme giftiger Stoffe aus der Umgebung
- übermäßiger Stress
- zu wenig Schlaf