



Z.O.R.

Dr. Ulrich Frohberger
und das Geheimnis
der Salutogenese

Fotografie: Paul Popanda
Text: Alina Köller

Warum nicht zum Arzt gehen und dasselbe wohlige Gefühl wie beim Betreten einer modernen Hotellobby mit Kamin erhalten? In Münster ist das am Roggenmarkt im Giebelhaus der Unternehmerfamilie Buschmann möglich, wenn Sie auf der Suche nach einem vielversprechenden Gesundheitskonzept sind.

Langlebigkeit für Mensch und Raum

Der bewegungsmotivierte Besucher nimmt natürlich beim Betreten des historischen Hauses die Treppe und landet in der 1. Etage im Z.O.R. – dem Zentrum für Orthopädie und regenerative Medizin. Gründer ist der 71-jährige internistisch und sportmedizinisch ausgebildete Orthopäde Dr. Ulrich Frohberger. Bewusst hat er sich für einen neutralen Praxisnamen ohne den Bezug zu seiner Person entschieden, denn die Praxis stellt architektonisch und inhaltlich eines in den Vordergrund: Langlebigkeit. „Dieser Ort soll mich Jahrzehnte überleben“, lächelt Frohberger zufrieden. Mit dem Standort Roggenmarkt 15 erfüllte sich der erfahrene Allrounder-Arzt 2022 einen langen Wunsch: Eine zukunftsorientierte Praxis im Herzen der Stadt Münster. „Diese Praxis ist in 30 Jahren noch hochmodern, weil für alles gesorgt ist“, erklärt er und zeigt auf die Lärmschutz hemmenden Decken und die Klimaanlage in den einzelnen Räumen, die auch in Zukunft für Unabhängigkeit von klimatischen Veränderungen sorgen soll. Sich die jetzige

Praxis auf einer zuvor 400 qm² großen, blanken Betonplatte vorzustellen, war dank des Architektenduos Ludger Schulten-von Lücken und Stephan Beutner von ars architekten gmbh keine Schwierigkeit. „Schon der Praxiseingangsbereich mit Kamin soll den Patienten anstatt der üblichen Sterilität ein Wohlgefühl vermitteln“, erklärt Architekt Schulten-von Lücken die Idee hinter der ungewohnt gemütlichen Atmosphäre. Die Anordnung der Praxisräume, die als eine Art Rundgang aufgebaut wurde und somit Privatsphäre erzeugt, zeigt sich in der Mitte durch einen eingebauten Elektrokamin, der täuschend echtes Kaminfeuer-Gefühl hervorruft. „Der Kamin sowie das Interieur und die Farbgestaltung der Praxis lehnen sich an ein 5 Sterne Hotel an“, ergänzt Schulten-von Lücken die raffinierte Innengestaltung. Und in der Tat: Als Wartezimmer kann der Wartebereich im Z.O.R. längst nicht bezeichnet werden. Bewusst nur vier Designerstühle hinter einer offenen Glasfront mit Blick auf den Roggenmarkt sorgen durch das edle Design für eine 5 Sterne Hotel Atmosphäre. Die Farben Beige, Sand und Gold spiegeln in einem harmonischen Zusammenspiel mit Taupe und Grau den Sandstein und Beton der Giebelhäuser von außen nach innen wider.

DIE PRAXIS STELLT ARCHITEKTONISCH
UND INHALTLICH EINES IN DEN
VORDERGRUND: LANGLEBIGKEIT.

„DIESER ORT SOLL MICH
JAHRZEHNTE ÜBERLEBEN“, LÄCHELT
FROHBERGER ZUFRIEDEN.



Dr. Ulrich Frohberger,
Zentrum für Orthopädie und regenerative Medizin

MÜNSTERS SCHÖNSTE BÜROS

Ein neues Medizin-Verständnis: Salutogenese

Das Z.O.R. ist zwar eine Privatpraxis, heißt aber alle willkommen. „Es kommen nicht nur Privatpatienten zu uns, sondern auch gesetzlich Versicherte, die die Behandlungskosten aus Überzeugung für ihre Gesundheit selbst tragen“, erklärt Dr. Frohberger. Durch seine Spezialisierung auf funktionelle Diagnostik und Prävention ist er in Münster und auch international bekannt. Die Besonderheit? „Wir erkennen Symptome rechtzeitig bevor es zu irreparablen Schäden kommt, suchen nach der Ursache des Problems und stellen die individuelle Gesundheit bestmöglich wieder her“, erklärt Dr. Frohberger. Der Fokus liegt hier auf der Salutogenese, also wie Menschen trotz Risiken gesund bleiben können. Wie und warum werden Menschen krank und wie können sie in einer Welt voller Umweltbelastungen gesund bleiben? Bei Schmerzen gibt es hier deshalb nicht „nur“ ein Röntgenbild und Schmerztabletten, sondern im Mittelpunkt steht das Warum der Symptome oder der Krankheit. Dabei kombiniert Frohberger sein geballtes Wissen und führt mit seinen Patienten ausführliche Gesundheits- und Befindlichkeits-Anamnesen durch, legt Fokus auf Organe und den Stoffwechsel und lässt auch den orthopädischen Status des Körpers nicht außer Acht. Auch Faktoren wie Ernährung, Lebensstil und Stress sind für ihn in der Gesamtdiagnostik extrem wichtig. Unter dem Motto „Die Ernährung ist unsere wichtigste Medizin“ findet der motivierte Arzt fast schon in detektivischer Arbeit und mit akribischer Labordiagnostik unentdeckte Zusammenhänge zwischen Symptomen und Lebensmittelunverträglichkeiten oder Darmproblemen. „Viel Stress, wenig Schlaf, Rauchen und Alkohol sind beispielsweise Faktoren, die uns und unsere Gene, die wir weitergeben, massiv schädigen“, erklärt der 71-Jährige ernst und betont, dass unser Lebensstil unsere Lebenserwartung stark beeinflusst. Denn seiner Überzeugung nach



SCHON DER PRAXISEINGANGS-
BEREICH MIT KAMIN SOLL DEN
PATIENTEN ANSTATT DER ÜBLICHEN
STERILITÄT EIN WOHLGEFÜHL
VERMITTELN.



bedeutet das Altern in weiten Teilen Entzündungen im Körper. Das wird als „silent inflammation“ bezeichnet, also stille Entzündungen im Körper, die lange unbemerkt bleiben können und durch ungünstige Ernährung, chronischen Stress und wenig Bewegung befeuert werden. Daher ist auch das Muskelsystem und Bewegung so wichtig für unsere Gesundheit. Auf die Frage, ob wir nun eigentlich alle ins Fitnessstudio gehen müssten, lacht er und verneint es. „Aber die Muskulatur beherbergt die Mitochondrien, die Energiekraftwerke in jeder Zelle unseres Körpers. Wenn die gesund sind, leben wir lange“, erklärt er. Umkehrschluss: Heute in der Mittagspause mal wieder Spazieren gehen und morgen das Fahrrad nehmen!

Medizinische Lebensaufgabe

Sein Ziel: Ein neues Verständnis von Medizin. Dieser Arzt brennt wahrlich für seine Erkenntnisse und seine Vision. Hat er es sich doch zur Lebensaufgabe gemacht, sein Verständnis der Medizin für das 21. Jahrhundert an Patienten wie an Kollegen weiterzugeben. Wann immer es seine Zeit zulässt, hält er Vorträge, die ein zukunftsweisendes Gesundheitsbewusstsein in den Mittelpunkt stellen. „Wir müssen verstehen, dass wir die Ursachen von Krankheiten behandeln müssen. Es bringt nichts, Symptome am Ende der Reaktionskette auszuschalten. Wir müssen in die Tiefe der Biochemie, des Stoffwechsels und der Zellen vordringen - und ganzheitlich therapieren.“ Umfassende Laborauswertungen, ausführliche Anamnesegespräche mit den Patienten, kombiniert mit seinem untrüglichen Tastsinn, lassen ihn Zusammenhänge erkennen, die den Weg zu echter Heilung weisen. Auch der Patient ist im Z.O.R. gefordert: „Menschen, die in meine Praxis kommen, sind bereit in ihre Gesundheit zu investieren, ihren Lebensstil anzupassen und neue Gewohnheiten zu integrieren. Mit dem Ziel: Gesundheit zu erschaffen.“ Dazu versteht sich Frohberger als Arzt, der seine Patienten zur Veränderung ermutigt. Denn: „Es ist nie zu spät, ein Leben voller Energie, Vitalität, Freude und Wohlbefinden zu genießen.“

Über den Dächern des Roggenmarkts

Auf dem Weg zur praxiseigenen Trainingsfläche, auf der individuelle Trainingspläne ausgeführt und physiotherapeutisch begleitet werden, bleibt der Blick an der riesigen Dachterrasse hängen, die sich hinter einer großen Glasfront hervortut. Pampasgras, ein sich noch im Winterschlaf befindender Pfirsichbaum und dänische Designermöbel lassen die Atmosphäre erahnen, die hier im Sommer genossen werden kann. Frohberges Blick schweift über die Nachbardächer und nach oben, wo er kurze Zeit verharret. „Für mich ist das in die Ferne und in den Himmel schauen, absolute Freiheit“, verrät er und lächelt sichtlich stolz, denn die Dachterrasse ist mit eins der Highlights der Praxis. Seine Motivation und das Engagement spiegelt sich auch in dem Zusammenspiel und der Arbeit des 8-köpfigen Teams wider. „Hier gibt es keine Arzhelferinnen, sondern Praxisassistentinnen. Meine Mitarbeiterinnen haben alle ihren eigenen Verantwortungsbereich“, erklärt er und auch hier ist spürbar, dass Dr. Frohberger seine Praxis modern und mit viel Überlegung führt. „Für zufriedene Patienten brauche ich zufriedene Mitarbeiterinnen, die die Überzeugung dieser Praxis auch leben“, stellt er klar und zeigt die gemütlichen Küchen- und Aufenthaltsräume der Praxisassistentinnen, die im Sinne des Gesamtkonzepts auch nicht wirklich etwas mit der typisch sterilen Praxisatmosphäre gemeinsam haben. Architekt Schulten-von Lücken erklärt, dass viele Bereiche



in Praxen vertauscht oder vermischt werden und ungewollte Unruhe entsteht. „Deshalb haben wir bei über 1100 betreuten Praxen mit den Themen Beratung, Einrichtung, Design und Funktionalität unser Konzept bezüglich Arzt-, Personal- und Patientenbereich berücksichtigt“, fasst er das erfolgreiche Konzept zusammen.

Körper und Geist fit halten

Zum Schluss erhaschen wir einen Blick aus dem Frohberger-Büro, in dem der Blick vom Schreibtisch aus durch hohe Fenster bis zum Prinzipalmarkt und der Lambertikirche reicht. Auf den Arzt warten trotz später Stunde nun ein voll beladener Schreibtisch, aber er bleibt entspannt. Sein persönliches Fit-Geheimnis? Jeden Tag mit dem Fahrrad vom Hafen zur Arbeit und zurück! Das ist natürlich nicht alles: „Vieles kommt von Innen. Grenzenloser Optimismus und Lebensfreude halten den Geist fit. Für mich bedeutet Lebensqualität, etwas weiterzuentwickeln und nicht, etwas zu verwalten“, betont er. Am liebsten würde er dies Tag und Nacht und auch am Wochenende ausüben. „Auch ich bin nicht perfekt und muss noch an einigen Baustellen arbeiten“, lacht er und verrät abschließend, dass Herausforderungen und besondere Lösungsansätze den Kopf jung halten. Beim Verlassen der Praxis fällt ein auf Leinwand gedruckter Spruch auf, der Dr. Frohberges Engagement für seine Patienten und auch die freie Gestaltung der Räumlichkeiten nicht besser zusammenfassen könnte: „Wenn jemand zu dir sagt ‚Das geht nicht‘, sind das seine Grenzen, nicht deine.“