



## Gesundheit im Fokus

### IM EINKLANG MIT KÖRPER, GEIST UND SEELE: TOP-ANGEBOTE DER GESUNDHEITSHOTELS IN NIEDERÖSTERREICH

Durch einen hektischen Alltag wird oft das vernachlässigt, was wirklich zählt: Die Gesundheit von Körper, Geist und Seele. Die idyllische Landschaft Niederösterreichs mit Bergen, Wäldern und Seen lädt geradezu dazu ein, tief Luft zu holen und zur Ruhe zu kommen. Naturheilvorkommen und die hohe medizinische Kompetenz der niederösterreichischen Gesundheitshotels schaffen darüber hinaus die besten Voraussetzungen für einen erfolgreichen Gesundheitsaufenthalt: Medizinische Betreuung auf höchstem Niveau, individuelle Therapiemöglichkeiten und das passende Rahmenprogramm werden geboten. Eine anschauliche Broschüre präsentiert das Spektrum an Programmen für Bewegungsapparat, Herz-Kreislauf-System, Onkologie, psychische Gesundheit, Rehabilitation, aber auch gesunde Ernährung und Fasten.

St. Pölten, 27. Juni 2024. Niederösterreichs **Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner**: „Der Gesundheitstourismus in Niederösterreich ist ein bedeutender Wirtschaftssektor, rund 21% der Nächtigungen fallen in den Bereich Kur- und Gesundheitstourismus. Der Trend Richtung Qualitätstourismus ist ebenfalls spürbar, und genau hier punkten wir auch im Gesundheitsbereich. In den letzten Jahren wurden die entsprechenden Einrichtungen und Angebote stetig verbessert und weiterentwickelt, um den Bedürfnissen und Ansprüchen der Gäste gerecht zu werden. Durch individuell maßgeschneiderte Therapieprogramme, höchste medizinische Kompetenz, die passende Infrastruktur auch im medizinischen Bereich und die vielen Möglichkeiten, sich in herrlicher Natur zu erholen, ist Niederösterreich auch ein attraktives Reiseziel für diejenigen, die ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden verbessern möchten.“

**Michael Duscher, Geschäftsführer der Niederösterreich Werbung**, fügt hinzu: „Das Wohlbefinden der Gäste steht an erster Stelle, die Gastgeberinnen und Gastgeber der Gesundheitshotels in Niederösterreich gewährleisten dies durch Top-Qualität, hohe Gesundheitskompetenz und individuell maßgeschneiderte Angebote. Wandern, Radfahren und Spaziergehen, das kulturelle Angebot und viele kulinarische Highlights sorgen für ein attraktives Rahmenprogramm, sodass die Gäste gerne wieder kommen oder noch ein wenig länger bleiben.“

Niederösterreich ist mit Naturheilvorkommen reich gesegnet: Schwefel in Baden, Kohlensäure in Bad Schönau oder die Moorheilbäder des Waldviertels sind nur einige davon, und sie haben schon früh den Grundstein für wirksame

#### PRESSERÜCKFRAGEN

Niederösterreich Werbung, Lisa Lechner

Tel +43 (0) 2742/9000 19844 Mail [lisa.lechner@noe.co.at](mailto:lisa.lechner@noe.co.at)



Naturbehandlungen gelegt. Höchste medizinische Kompetenz und maßgeschneiderte Therapien sowie ein attraktives und modernes Rahmenprogramm machen den Gesundheitsaufenthalt in Niederösterreich auch heute noch sehr attraktiv. Die sprichwörtliche Gemütlichkeit und die vielen kulinarischen Besonderheiten, die es in allen Regionen Niederösterreich zu entdecken gilt, tragen ein Übriges dazu bei.

### **Bewegende Augenblicke**

Bewegung ist nicht nur hilfreich, sondern eigentlich ein Muss. Ist der Bewegungsapparat erkrankt, verliert der menschliche Körper die Form, den Halt und die Beweglichkeit, häufig sind schmerzhaft eingeschränkte Bewegungen die Folge. Im [Nuhr Medical Center](#) im idyllischen Waldviertel trifft Spitzenmedizin auf Wohlfühlambiente. Angeboten wird eine individuelle, breitgefächerte Schmerztherapie für die Patientinnen und Patienten. Der [Nuhr Med Concept Pain Relief Stay](#) beinhaltet neben einer ärztlichen Eingangs- und Abschlussuntersuchung ein abwechslungsreiches Therapieprogramm mit u.a. Elektrotherapie, Phonophorese-Behandlungen und Low-Level-Flächenlasertherapien.

### **Die Macht der positiven Gedanken**

Positive Gedanken wirken sich günstig auf Gesundheit und Genesung aus. Eine optimistische Einstellung beeinflusst somit nicht nur unser Handeln und Fühlen, sondern kann auch biologische und chemische Vorgänge im Körper steuern. Das [Gesundheitsresort Königsberg](#) unterstützt ein Leben in Balance. Acht Tage lang kann man „(m)eine Auszeit“ genießen und zwischen drei Therapiepaketen wählen. Das individuelle Präventions- und Rehabilitationsangebot wird durch höchste medizinische Kompetenz und prämierte Haubenkulinarik begleitet. Zudem wird die optimale Möglichkeit geboten, Erschöpfungszustände und Burnout rechtzeitig zu erkennen und entgegenzuwirken.

### **Herz & Gefäße gesund bewahren**

Obst, Gemüse, Fisch und Vollkornprodukte sind nicht nur gesund, sie sorgen gleichzeitig auch für ein fittes Herz-Kreislauf-System. Ein weiterer Aspekt für eine ausgewogene Lebensweise ist regelmäßige Bewegung. Vor allem Ausdauer- und Krafttraining stärken Herz-Kreislauf- und Immunsystem. Ein Spezialist für Rehabilitation und Prävention von Herz- und Gefäßerkrankungen ist das [Herz-Kreislauf-Zentrum Gross Gerungs](#). Der dort angebotene „[Herzurlaub](#)“ im verträumten Waldviertel ermöglicht es Betroffenen, sich zu erholen und neue Kraft zu schöpfen, sei es nach einem Herzinfarkt oder aufgrund einer kardiologischen Grunderkrankung. Das hochspezialisierte Team ist nicht nur rund um die Uhr da, es werden auch Herz-Ultraschalluntersuchungen, Ruhe-EKG, Heilmassagen und vieles mehr angeboten.

#### **PRESSERÜCKFRAGEN**

Niederösterreich Werbung, Lisa Lechner

Tel +43 (0) 2742/9000 19844 Mail [lisa.lechner@noe.co.at](mailto:lisa.lechner@noe.co.at)



## Fasten als Zelldoping

Wer seinen Körper und die Seele durch Fasten reinigt, gewinnt Energie und neue Lebensfreude. Ernährungsgewohnheiten werden unterbrochen und eine Änderung der Lebensroutine kann besser und leichter erreicht werden. Diese Abenteuerreise zu sich selbst ist im [Gesundheitshotel Klosterberg](#) möglich. Zwei Einstiegstage, sechs Fastentage und zwei Aufbau- tage inklusive facettenreichem Rahmenprogramm sowie die Verpflegung mit frischen, regionalen Lebensmitteln in Bio-Qualität werden durch das Angebot „[Fasten – Der Gesundheit etwas Gutes tun](#)“ ermöglicht. Das großzügige Spa lädt außerdem zur Entspannung nach dem abwechslungsreichen Bewegungsprogramm ein.

## Das Leben spüren

Nach einer Krebsdiagnose ist nichts, wie es war. Neue Kraft zu erlangen und den Wiedereinstieg in den Alltag zu erleichtern, versucht das dreiwöchige [onkologische Rehabilitationsprogramm](#) vom [Lebens.Med Zentrum Bad Erlach](#). In dieser Zeit gibt es individuell abgestimmte Programme, welche von einem Team aus Medizin, Pflege und Therapie erstellt und unterstützt werden. Der Antrag auf eine onkologische Rehabilitation wird mit den Hausärztinnen und Hausärzten oder Fachärztinnen und Fachärzten gestellt.

**Mehr Informationen und Angebote** unter [www.gesund-bleiben.at](http://www.gesund-bleiben.at) sowie in der **neuen Broschüre** „Gesundheit im Fokus. Proaktiv vorsorgen in Niederösterreich.“  
Kostenlos bestellen unter <https://www.niederoesterreich.at/gesund-bleiben-in-niederoesterreich-1>.

**Tipp:** Jetzt zum **Gesundheits-Newsletter** anmelden und von „gesunden“ Themen, exklusiven Gesundheitstipps, saisonalen Rezepten und vielem mehr profitieren:  
[www.gesund-bleiben.at/newsletter](http://www.gesund-bleiben.at/newsletter)

## Weitere Bilder zum Thema:

<https://bildarchiv.niederoesterreich.at/pinaccess/showpin.do?pinCode=ri8ZTlyc1gIv>

Bitte beachten Sie die Copyrights!

## PRESSERÜCKFRAGEN

Niederösterreich Werbung, Lisa Lechner

Tel +43 (0) 2742/9000 19844 Mail [lisa.lechner@noe.co.at](mailto:lisa.lechner@noe.co.at)