

la pura im Kamptal bei Wien ist die europaweit einzige Gesundheits- und Wohlfühloase nach den neuesten Erkenntnissen der Gendermedizin – exklusiv für die Frau

## **Jede Frau ist anders: Gendermedizin erstmals glaubwürdig und mit Ambiente umgesetzt**

*79 Gene befinden sich auf dem Y-Chromosom des Mannes, 1500 auf dem X-Chromosom der Frau: Das aber ist nicht der Grund, warum es das la pura women's health resort kamptal, die einzige Gesundheits- und Wohlfühloase im idyllischen Kamptal bei Wien gibt, übrigens die europaweit einzige ihrer Art. Es ist vielmehr höchste Zeit, dass auch die Medizin den Unterschied zwischen Frau und Mann stärker wahrnimmt – und Frauen damit individueller behandelt, in Diagnostik wie Therapie. In beidem ist la pura absolut wegweisend. Diagnostisch werden sowohl naturheilkundliche Methoden, Schulmedizin nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen als auch moderne Laboruntersuchungen eingesetzt. Therapeutisch stehen Naturheilkunde, moderne medizinische Konzepte, physikalische Behandlungen und sanfte ästhetische Medizin im Vordergrund. Und mehr noch: Hier hat man erkannt, dass Frauen auch andere Ansprüche an Ambiente und Empathie haben. Die Wohlfühl-Atmosphäre des Resorts mit seinen warmen Farben und dem einfühlbaren Team, das sich viel individuelle Gesprächszeit nimmt, ermöglicht tiefe Entspannung und Erholung vom Alltag. Exklusiv unter Frauen. la pura ist die Oase, die Frau nicht erst aufsucht, wenn es schon Probleme gibt, sondern zur individuellen Vorsorge und zum Kraft tanken.*

Besonders wichtig, sagt Univ.-Prof. Dr. med. Alexandra Kautzky-Willer, Professorin für Gender-Medizin an der MedUni Wien, sei dabei die Prävention, „denn Frauen haben andere Beschwerden, aber auch spezifische Risiken wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes.“ Dennoch wüssten viele Frauen nicht um ihre persönlichen Risikofaktoren. Warum? Keine Zeit! Schließlich hat Frau oft vier Berufe gleichzeitig: den „normalen“ Job, dazu Hausfrau, Mutter und Ehefrau.

Nimmt sich nun besagte Frau eine bewusste la pura-Auszeit – was geschieht dort? In etlichen Arztpraxen geht Diagnostik übers Blutdruck messen, Blut abnehmen und Wiegen nicht hinaus. Im la pura schon. Dort nimmt sich eine der Ärztinnen und Ärzte gleich zu Beginn viel Zeit für ein ausführliches Gespräch, weil Frau nicht gleich Frau ist. Die jeweilige Biographie wird ausführlich besprochen, Risikoscores und bestimmte Biomarker werden betrachtet, Frauen-spezifische „Problemwerte“ wie Eisenhaushalt und Vitamin D bestimmt, eventuell ein Zuckerbelastungstest gemacht. Weil selbst bei vorhandenem (Prä-)Diabetes Nüchtern-Zucker-Werte bei Frauen häufig noch normale Werte anzeigen. Will Frau Stress zu Leibe rücken, macht auch ein individuelles Stressprofil mittels Herzratenvariabilitäts-Messung Sinn.

Und die individuelle Therapie? Präventionsprogramme werden unter Berücksichtigung gendermedizinischer Kenntnisse auf Risikofaktoren abgestimmt, individuelle Mangelzustände ausgeglichen, die Medikation der Frauen wird überprüft und bei Bedarf gendermedizinisch

korrigiert. Exzellent ist das reichhaltige la pura-Angebot in Sachen physikalische Therapie und bei der Ernährungsberatung werden Frauen-spezifische Vorlieben und Nahrungsmittelunverträglichkeiten berücksichtigt, Kochkurse integriert. Zudem gibt es auch Tipps für eine Lebensstil-Verbesserung: „Raucherinnen zum Beispiel“, sagt Prof. Dr. Kautzky-Willer, „lernen im la pura andere Stressabbau-Methoden – denn Frauen sind häufig Stressraucher“. Entspannungstechniken stehen da im Vordergrund, aber auch jede Menge Anregungen zum kreativ sein, weil auch das entstresst. Die la pura-Sommerakademie im Juni und Juli 2015 gibt vom Malen über die Schreibwerkstatt bis zum Aroma-Workshop eine Fülle an Inspirationen. Ganz wichtig aber auch: Bewegung. Hier ist das la pura Angebot besonders bunt, weil es gilt, den individuell richtigen Ansatz zu finden, der langfristig Spaß macht. Zumba oder Yoga, smovey walking oder Gerätetraining, alternativ auch mal Tanzen: Ausprobieren, lautet das la pura-Motto!

Selbstverständlich sind im la pura auch Frauen willkommen, die einfach nur abnehmen wollen. Hier ist der Ansatz ebenfalls hoch individuell. Bauchumfang, Körperfettverteilung, Stoffwechsel und hormonelle Ursachen werden zum Beispiel gecheckt und somit eine Dysbalance der Sexual- oder Schilddrüsenhormone untersucht. Eventuell kann auch eine Gleichgewichtstörung der Darmbakterien bestimmt werden. Störendem Übergewicht wird schließlich unter anderem mittels Frauen spezifischer Bewegungsprogramme, Ernährungs- und Lebensstilberatung, Coaching, neuen Medikamenten und der F.-X. Mayr-Therapie zu Leibe gerückt. Letztere ist die Spezialität von Dr. med. Alex Witasek, Präsident der Internationalen Gesellschaft der Mayrärzte und 14 Jahre lang ärztlicher Leiter im Lanserhof. Er hat die Mayr-Kur speziell für die Frau adaptiert. Was bedeutet, dass etwa durch Zugabe von Verdauungsenzymen auf die schwächere Verdauungsleistung der Frau Rücksicht genommen wird. Bei der Bauchbehandlung werden Elemente der Aromatherapie eingesetzt – und weil Frauen schnell frieren, wärmende Nahrungsmittel und Gewürze verwendet.

Frauen schätzen im la pura nicht zuletzt die umgebende Idylle des Kamptals mit Wasser, Wiesen und Wein, das luxuriös-warme Ambiente des Resorts und SPAs, wo Frauen ganz unter sich sein können, sowie die Schönheitsangebote, die auch kleinere kosmetische Eingriffe ermöglichen.

*Informationen: 4 Sterne superior **la pura – women's health resort kamptal**, Hauptplatz 58, A-3571 Gars am Kamp, Tel: +43 2985 2666-0, [www.lapura.at](http://www.lapura.at)*

5334 Zeichen

**Über die VAMED Vitality World:** Der international tätige Gesundheitskonzern VAMED engagiert sich seit 1995 im Thermen- und Wellnessbereich. Unter der 2006 gegründeten Kompetenzmarke VAMED Vitality World betreibt die VAMED neun der beliebtesten Thermen- und Gesundheitsresorts in Österreich: den AQUA DOME – Tirol Therme Längenfeld, das SPA Resort Therme Geinberg, die Therme Laa – Hotel & Silent Spa, die St. Martins Therme & Lodge in Frauenkirchen, die Therme Wien, das Gesundheitszentrum Bad Sauerbrunn, das TAUERN SPA Zell am See – Kaprun, das la pura women's health resort kamptal in Gars am Kamp und das SPA RESORT STYRIA in Bad Waltersdorf. Mit 3,2 Millionen Gästen jährlich in den Resorts der VAMED Vitality World ist die VAMED Österreichs führender Betreiber von Thermen- und Gesundheitsresorts.

**Texte und Bilder zum Download: [www.pressegroup.com](http://www.pressegroup.com); Veröffentlichung gegen Belegexemplar!**

Presse: Barbara Angerer-Winterstetter, Pressegroup.com, Firmensitz: Löwengrube 10, 80333 München, Postadresse: Bahnhofstr. 5, 86451 Mering b. München Tel +49/89/418 518-91, [dialog@pressegroup.com](mailto:dialog@pressegroup.com), [www.pressegroup.com](http://www.pressegroup.com)