



Das la pura women's health resort ist als Kuranstalt auch im Lockdown geöffnet

## **Gegen Corona-Stress: Maßgeschneiderte Kuren speziell für Frauen**

*Ganz besonders in den fordernden Zeiten von Covid-19 brauchen Frauen Unterstützung für ihre Gesundheit. Homeoffice, Homeschooling, häusliche Pflege: in den meisten Fällen müssen Frauen alles regeln. Diese Mehrfachbelastung in Job und Familie geht nach einem Jahr Pandemie häufig an und über die Grenzen der Belastbarkeit. „Frauen leiden mehr unter psychosozialen Stress als Männer“, weiß Univ.-Prof. Dr. med. Alexandra Kautzky-Willer, Professorin für Gendermedizin an der MedUni Wien. Sie hat das gendermedizinische Konzept des europaweit einzigen women's health resort entwickelt. Das la pura hat als Kuranstalt Kamptal geöffnet. „Weil die Gesundheit von Frauen gerade in diesen schwierigen Zeiten unsere besondere Aufgabe ist“, bekräftigt Geschäftsführerin Bärbel Frey. Angeboten wird frauenspezifische Präventionsmedizin, die personalisierte Strategien zur Stressreduktion, zum Gewichtsmanagement und zur Gesunderhaltung liefert. Auf Basis individueller Bedürfnisse können maßgeschneiderte Therapien in Anspruch genommen werden. Im Zentrum: Die Vorbeugung von Stoffwechselproblemen und Herz-Kreislauferkrankungen. Neu entwickelt wurde die Frühlingsskur – aber auch die Kur „Stress loslassen – Kilos verlieren“ hilft beim Abnehmen, stärkt Energiestoffwechsel, Abwehrkräfte und die psychische Gesundheit. Das idyllische Gars am Kamp, nur eine Autostunde von Wien entfernt, ist als medizinisch anerkannter Luftkurort bekannt. Ein idealer Rückzugsort, um als Frau aktiv die Gesundheit zu stärken.*

**Kurztext: 1494 Zeichen**

Ein Auffüllen der Energiereserven unter Gleichgesinnten sei jetzt medizinisch nötig zur Gesunderhaltung von Frauen, sagt Univ.-Prof. Dr. med. Alexandra Kautzky-Willer – am besten mit gezielter Unterstützung der Gendermedizin. Um fitter und gesundheitlich stabiler zu werden, empfiehlt sie als sinnvolle Gesundheitsvorsorge die neu entwickelte Frühjahrskur mit drei Nächten, ärztlicher Betreuung, Therapiepaket, GourMed® Cuisine Vollpension und den la pura Basisleistungen (ab 585 Euro pro Nacht pro Dame). Bei der Anfangsuntersuchung erstellt der Arzt einen Kurplan mit

mindestens einer Behandlung pro Tag – je nach individueller Indikation sind das zum Beispiel Power-Infusionen oder Heilmassagen, Akupunktur oder Lymphdrainage, Zellgym, Rückenfit oder Yoga. Zusätzlich geht es raus in die Natur, zum Smovey Walking, Nordic Walking oder Waldbaden. Danach lässt es sich dann leichter im Alltag durchstarten.

Es seien aber auch ärztlich angeleitete Detox-Kuren zu empfehlen: „Das kurbelt Energie- und Hormonstoffwechsel an und verbessert die Abwehrkräfte“. Nicht nur hier unterstützt die passende Ernährung die weibliche Gesundheit: Die speziell konzipierten GourMed® Cuisine Detox-Menüs sind nicht nur genussvoll und kalorienreduziert, sondern auch ausgewogen und leicht verdaulich, kohlenhydratarm und Säure-Basen-balanciert. Und das Sport- und Bewegungsprogramm tut sein Übriges.

Nicht zuletzt definiert das la pura höchste Sicherheits- und Hygienestandards für die aktuelle Zeit – unter anderem mit nachgewiesenen oder direkt vor dem Check in durchgeführte Antigentests.

**Langtext: 3166 Zeichen**

Informationen: **Kuranstalt Kamptal im 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)

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

