

www.beste-gesundheit.at



Stoffwechszentrum



Lebens.Resort

OTTENSCHLAG

Das neue Gesundheitszentrum im Waldviertel.



Wir sind Vertragspartner der österreichischen Sozialversicherungen.

Stoffwechselzentrum Lebens.Resort Ottenschlag

Das Lebens.Resort Ottenschlag bietet ideale Voraussetzungen für die Behandlung von Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit) und Fettstoffwechselstörungen, die in den letzten Jahren stark an Häufigkeit zugenommen haben. Vor allem Diabetes mellitus ist heute eine weit verbreitete Zivilisationskrankheit. Diese erfordert nicht nur medikamentöse Behandlung, sondern auch eine Änderung des persönlichen Lebensstils.

Das Lebens.Resort Ottenschlag mit seinen vielfältigen Möglichkeiten zur Ernährungs- und Bewegungstherapie bildet dazu den optimalen Rahmen.

Die Kompetenz der Stoffwechsel-SpezialistInnen des Moorheilbades Harbach mit mehr als 20 Jahren Erfahrung garantiert Ihnen in jedem Fall optimale Betreuung und bestmöglichen therapeutischen Erfolg. Auf dieser Erfahrung baut das Team des Lebens.Resorts Ottenschlag auf.

“Eine chronische Erkrankung ist kein Grund zur Resignation. Es kommt nur darauf an, wie man damit umgeht.“

Unser erfahrenes Team aus FachärztInnen, ÄrztInnen, dipl. Pflegekräften, DiätologInnen, TherapeutInnen und SportwissenschaftlerInnen erarbeitet Ihr individuelles Therapieprogramm.

Ein integriertes Maßnahmenpaket aus ärztlicher Betreuung, Ernährungs- und Bewegungstherapie sowie psychologischer Betreuung ist Grundlage für die Besserung bei Diabetes mellitus, Fettstoffwechselstörungen oder Adipositas bzw. metabolischem Syndrom.

Die drei Säulen Ihrer Therapie



Ärztliche Betreuung:

Je nach Indikation erstellt die Ärztin/der Arzt gemeinsam mit Ihnen nach modernsten wissenschaftlichen Erkenntnissen ein individuelles Therapieprogramm. Neben der eventuell nötigen medikamentösen Behandlung liegt der Schwerpunkt in einer Änderung Ihres Lebensstils.



Ernährung als Therapie:

Dabei nimmt die Motivation zur Ernährungsumstellung eine Schlüsselrolle ein. Denn es ist wissenschaftlich erwiesen, dass allein durch richtige Ernährung viele Stoffwechselstörungen dauerhaft gebessert oder beseitigt werden können.



Bewegungs.Therapie:

Das richtige Maß an Bewegung ist für den Stoffwechsel genau so wichtig wie gesunde Ernährung. Deshalb erhalten Sie ein individuelles Bewegungsprogramm, das Sie auch nach Ihrem Aufenthalt im Lebens.Resort Ottenschlag mühelos weiterführen können. Bei Bedarf wird Ihre Bewegungsfähigkeit durch gezielte physikalische Therapien verbessert.

Der Weg zu mehr Wohlbefinden

Moderne wissenschaftliche Erkenntnisse zeigen, dass Ihr Wissen über die eigene Stoffwechselstörung und Ihre persönliche Motivation zur Verbesserung ebenso wichtig sind wie Ihre spezifische Therapie.



Schulungs- und Motivationsprogramme

Das Lebens.Resort Ottenschlag bietet ein umfassendes Schulungs- und Motivationsprogramm an, das Sie mit den Besonderheiten Ihrer speziellen Stoffwechselstörung umzugehen lehrt. Ziel ist es, Sie zum Partner Ihrer Ärztin/Ihres Arztes zu machen. Sie werden die notwendige Eigenbeobachtung und die Blutzuckerselbstkontrolle erlernen. Wir motivieren Sie, unsere Ernährungsempfehlungen schrittweise in die Praxis umzusetzen.

Gemeinsam mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt dokumentieren Sie den Erfolg. Sie können eine Verbesserung der Stoffwechselsituation, eine Reduktion des Medikamentenverbrauchs und eine deutliche Steigerung Ihrer Lebensqualität erreichen. Im Rahmen des Schulungsprogrammes werden Sie auch von unseren Gesundheitspsychologinnen betreut.

Ergreifen Sie selbst die Initiative zur Vermeidung von Folge- und Spätschäden, indem Sie sich in unseren Schulungsprogrammen das Wissen aneignen und damit den Grundstein zu mehr Wohlbefinden legen.

Ihr Aufenthalt im Lebens.Resort Ottenschlag

Der Erholungswert des Waldviertler Kernlands, modernste Behandlungsmethoden, erstklassige Betreuung sowie gesunde Ernährung sind ideale Voraussetzungen für Ihren Rehabilitationsaufenthalt im Lebens.Resort Ottenschlag. Profitieren Sie von hoher Qualität mit Wohlfühlambiente. Die Zimmer sind speziell auf die Bedürfnisse der RehabilitationspatientInnen abgestimmt.

Alle Zimmer sind mit Notruf ausgestattet. ÄrztInnen und dipl. Pflegekräfte stehen bei Bedarf rund um die Uhr zur Verfügung. Freizeiteinrichtungen wie Badelandschaft (mit Innen- und Außenbecken) und Saunabereich tragen zu Ihrem Wohlbefinden bei.



Die häufigsten Stoffwechselerkrankungen

“Erblich bedingte Stoffwechselerkrankungen sind unvermeidbar, erworbene Stoffwechselerkrankungen aber oft zu verhindern.”

Hier ist die Störung fast immer auf Fehlernährung bei gleichzeitigem Bewegungsmangel zurückzuführen. Daher ist allein durch eine gezielte Lebensstil-Modifikation in vielen Fällen eine nachhaltige Verbesserung der Laborwerte und des gesamten Gesundheitszustandes zu erzielen. Je nach medizinischer Notwendigkeit verordnet Ihnen die Ärztin/der Arzt eine unterstützende medikamentöse Therapie.

Diabetes mellitus **Typ 1**

Bei dieser Form der Zuckerkrankheit kann die Bauchspeicheldrüse kein körpereigenes Insulin mehr bilden. Diese auch oft als Jugend-Diabetes bezeichnete Krankheitsform erfordert daher immer eine Insulintherapie. Da die Krankheit nicht heilbar ist, muss sich die Patientin/der Patient auf lebenslange Selbstkontrolle und Selbstbehandlung einstellen. Dies erfordert eine intensive Schulung der Patientin/des Patienten, damit sie/er ein Maximum an persönlicher Lebensqualität erreichen kann. Die begleitende Lebensstil-Modifikation dient bei Diabetes mellitus Typ 1 nicht der Prävention, sondern ist Bestandteil der umfassenden Therapie.

Diabetes mellitus **Typ 2**

Diese auch als „Alterszucker“ bekannte Form der Zuckerkrankheit wird im Wesentlichen durch falschen Lebensstil verursacht.

Neben der genetischen Disposition führen vor allem unangewogene Ernährung, Bewegungsmangel und das daraus resultierende Übergewicht zu einer chronischen Entgleisung des Zuckerstoffwechsels. Durch eine entsprechende Änderung des Lebensstils kann eine wesentliche Verbesserung erreicht werden. Dafür bietet das Lebens.Resort Ottenschlag ideale Voraussetzungen. Dank des interdisziplinären ExpertInnenteams können Sie Ihre Krankheit – oft ohne Medikamente – besser in den Griff bekommen.

Fettstoffwechselstörungen, Bluthochdruck, erhöhte Harnsäure – das metabolische Syndrom

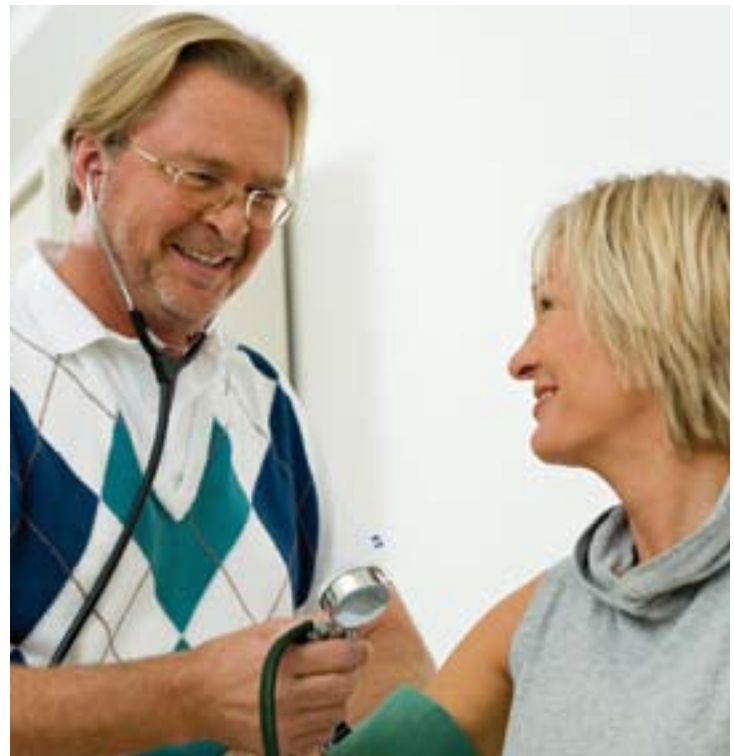
Veränderungen bei einzelnen Laborwerten zeigen eine beginnende Entgleisung des Stoffwechsels an, die in den meisten Fällen durch Fehlernährung und Bewegungsmangel verursacht wird. Bei Fortschreiten der Stoffwechselentgleisung und Kombination verschiedener pathologischer Laborwerte spricht man vom metabolischen Syndrom. Eine nachhaltige Änderung des Lebensstils führt sehr oft zum gewünschten Erfolg. Aufgrund der individuellen Ernährungs- und Bewegungstherapie verbessern sich die Blutwerte meist sehr deutlich. Auch speziell notwendige medikamentöse Therapien, die von Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt verordnet werden, tragen zum nachhaltigen Therapieerfolg bei.

Ihr Aufenthalt im Stoffwechszentrum Lebens.Resort Ottenschlag

Am Beginn Ihres Aufenthaltes findet eine eingehende ärztliche Untersuchung statt, bei der Ihr persönliches Risikoprofil erstellt wird und die Ziele für die Diabetesbehandlung und für die Blutzuckereinstellung vereinbart werden.

Bei Bedarf wird dabei auch Ihre medikamentöse Einstellung optimiert bzw. eine Neueinstellung eingeleitet. Gemeinsam mit unseren DiätologInnen legen Sie Ihre persönlichen Ernährungsziele im Rahmen eines ausführlichen Aufnahmegesprächs fest.

“Auf Basis einer individuellen Anamnese wird ein Vorschlag für die entsprechende Kostform erstellt, die Sie während Ihres Aufenthaltes genießen.“



Einführung in die Grundlagen

Parallel zum Schulungsprogramm erfolgt eine umfassende Einführung in die Bedienung von Blutzuckermessgeräten in Theorie und Praxis sowie eine begleitende psychologische Beratung im Umgang mit Ihrer chronischen Krankheit.

Ihr Aufenthalt wird von einem Herzfrequenz kontrollierten Bewegungs- sowie maßgeschneiderten Ernährungsprogramm begleitet, das sich auch zu Hause mühelos fortführen lässt und daher für einen nachhaltigen Therapieerfolg sorgt.

Kontrolle und Optimierung der Therapie

Ihr Therapieerfolg wird mehrmals täglich ärztlich kontrolliert und gegebenenfalls optimiert. Dabei haben Sie die Möglichkeit, offene Fragen oder Unsicherheiten in Bezug auf Ihre Situation direkt mit der/dem behandelnden Ärztin/Arzt zu besprechen.



Ernährungslehre und Medikamenteninformation

Sie erhalten außerdem einen individuellen Schulungsplan, der alle für Sie relevanten Themen aus den Bereichen Ernährung, Bewegung, Medikamente, Verhalten bei Sondersituationen (Urlaub, Reisen, Krankheit, Sport), Selbstkontrolle, etc. beinhaltet.

Gesundheit ist Teamwork

Der Erfolg Ihrer Behandlung wird von einem Team erfahrener ÄrztInnen unter der Leitung einer Fachärztin/eines Facharztes für Innere Medizin, dipl. Pflegekräften, DiätologInnen sowie einem kompetenten Therapeut-Intnenteam sicher gestellt. Ihr Ärzteteam arbeitet in einem Netzwerk mit den bekanntesten Diabeteszentren Österreichs, so dass in Ihre Behandlung stets die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse einfließen.

Außerdem profitieren Sie von der Kompetenz des Moorheilbades Harbach, das eng mit dem Lebens.Resort Ottenschlag zusammenarbeitet.

Xunde Ernährung als Genuss

Lernen Sie den Effekt gesunder Ernährung ohne Qualitätsverzicht kennen! Denn unsere DiätologInnen verstehen es, das Angenehme mit dem Nützlichen zu kombinieren und eine für Sie passende Ernährungsweise vorzuschlagen, die nicht nur wirkt, sondern auch schmeckt!



Wer bezahlt Ihren Aufenthalt im Lebens.Resort Ottenschlag?

Das Lebens.Resort Ottenschlag unterhält Verträge mit den österreichischen Sozialversicherungen (PV, KFA), die Versicherten mit einer Stoffwechselerkrankung einen dreiwöchigen Aufenthalt in der Sonderkrankenanstalt Lebens.Resort Ottenschlag ermöglichen.

Die SVA der Gewerbl. Wirtschaft ist ebenfalls Partner des Lebens.Resorts Ottenschlag.

Setzen Sie sich mit Ihrer Hausärztin/Ihrem Hausarzt oder Ihrer Internistin/Ihrem Internisten in Verbindung. Wenn Ihre Ärztin/Ihr Arzt der Meinung ist, dass ein Aufenthalt im Stoffwechselzentrum Lebens.Resort Ottenschlag vorteilhaft für Ihre Gesundheit ist, kann sie/er für Sie einen Antrag (grünes Formular) auf Stoffwechsel-Rehabilitation stellen.

Als gewünschter Aufenthaltsort sollte das Lebens.Resort Ottenschlag eingetragen werden.

Nach Bewilligung Ihres Aufenthaltes, der bis auf einen Selbstbehalt von Ihrer Sozialversicherung bezahlt wird, werden wir uns umgehend mit einem Terminvorschlag bei Ihnen melden. Selbstverständlich stehen Ihnen alle Einrichtungen des Lebens.Resorts Ottenschlag auch als PrivatpatientIn jederzeit zur Verfügung.

Nähere Informationen erhalten Sie im Reservierungsbüro.
Tel. +43(0)2872/20 o 20-500, info@lebensresort.at

ess BEWUSST

Genussvoll und nachhaltig abnehmen

Das Ernährungsprogramm im Lebens.Resort Ottenschlag

Das Lebens.Resort Ottenschlag nutzt die langjährige Erfahrung des Moorheilbades Harbach im Stoffwechselfeldbereich sowie in der Lebensstilmedizin und bietet Ihnen eine neue Möglichkeit, Ihr Wohlfühlgewicht zuverlässig und langfristig zu halten.

Essbewusst ist keine klassische Diät, bei der Sie sich einschränken müssen. Vielmehr geht es um die Bildung eines neuen Bewusstseins und das Entwickeln einer neuen Einstellung in Bezug auf Ernährung und Bewegung. Mit diesem Ernährungsprogramm profitieren Sie von der langjährigen Erfahrung unserer ÄrztInnen und DiätologInnen. Essbewusst ist die Grundlage für Ihr persönliches Wohlfühlgewicht und ein wesentlicher Beitrag zur aktiven Gesundheitsvorsorge. Nähere Infos finden Sie unter: www.lebensresort.at

Dauer des Ernährungsprogramms "Essbewusst":

6 Einheiten, verteilt auf 5 Tage



Ökologischer Kreislauf Moorbad Harbach

Eine ausgewogene Ernährung ist grundlegendes Standbein einer gesunden Lebensweise. In unserem Haus erleben Sie, dass Genuss auch „xund“ sein kann. Besonderen Wert legen wir dabei auf die Verwendung von kontrolliert biologischen Produkten aus der Region. Der Ökologische Kreislauf Moorbad Harbach ist ein Paradebeispiel für ökologische Landwirtschaft und vereint Bauern, Gewerbe und Tourismus. Auch Landwirte der Region Ottenschlag sind in den Ökologischen Kreislauf eingebunden. Neben einem xunden Frühstücksbuffet bieten wir vor allem regionale Spezialitäten, Vollwert- und Vitalgerichte und eine große Auswahl an Salaten, Obst und Gemüse.



KOMPETENZ DURCH PARTNERSCHAFT: Partnerbetrieb Moorheilbad Harbach



Das Moorheilbad Harbach ist Partnerbetrieb des Lebens.Resorts Ottenschlag. Gäste des Lebens.Resorts können daher auch von der Kompetenz, die im Moorheilbad Harbach erarbeitet wurde, profitieren.

Ihre Gesundheit in besten Händen

***Im Kurzentrum** werden Abnützungen und Bewegungseinschränkungen der Wirbelsäule und Gelenke behandelt.

***In der Privatkrankenanstalt - Abteilung Orthopädie** betreut man PatientInnen nach allen orthopädischen Operationen und unfallchirurgischen Eingriffen.

Im Wirbelsäulenzentrum "Xundheitswelt" ermöglichen die langjährige Erfahrung von Univ. Prof. Dr. Tilscher in der konservativen und Univ. Doz. Dr. Weissinger in der operativen Chirurgie in Verbindung mit neuesten diagnostischen und therapeutischen Entwicklungen Wirbelsäulen-Behandlungen auf höchstem Niveau.

Im Lebensstilzentrum, das in Kooperation mit dem Institut für Sozialmedizin der Med. Universität Wien entstanden ist, wird der Betreuungsschwerpunkt auf die aktive Gesundheitsvorsorge gelegt.

Xundwärts, das Lauf- und Bewegungszentrum ist die offizielle Außenstelle der Abteilung für Sport- und Leistungsphysiologie (Institut für Sportwissenschaften an der Uni Wien, Univ.-Prof. Dr. Norbert Bachl). Dies garantiert höchste Kompetenz.

** Das Moorheilbad Harbach ist Vertragspartner der österreichischen Sozialversicherungen.*

Lebens.Resort Ottenschlag – Leben Sie los!

Seit Herbst 2008 bietet das Lebens.Resort Ottenschlag Kompetenz in Beratung und Behandlung im modernen und großzügigen Therapiebereich.

Ein geschmackvoll gestalteter Wohlfühlbereich (Badelandschaft, Saunalandschaft, Ruheraum), komfortable Zimmer, ein eigener Beauty-Bereich und ein großzügiges Restaurant laden zum Erholen und Entspannen ein.

Lebens.Stil: Das Team des Lebens.Resorts bietet die passende Unterstützung bei der Optimierung des Lebensstils und damit der Steigerung der Lebensqualität. Dabei wird gezielt auf die Eckpunkte mentale Gesundheit, Ernährung und Bewegung eingegangen.

***Stoffwechsel:** In unserer Privatkrankenanstalt werden – mit der langjährigen Kompetenz des Moorheilbades Harbach – PatientInnen mit Diabetes und Fettstoffwechselstörungen behandelt.

***Kur:** Abnützungen und Bewegungseinschränkungen der Wirbelsäule und der Gelenke werden mit einem umfassenden medizinisch-therapeutischen Programm behandelt.

** Wir sind Vertragspartner der österreichischen Sozialversicherungen.*



Unsere Besonderheit: Wir kennen den Unterschied!

Wo medizinisch sinnvoll, gehen wir auf die unterschiedlichen Voraussetzungen und Risikofaktoren von Frauen und Männern gezielt ein. Als wissenschaftliche Beraterin konnte dafür die Sozialmedizinerin und Gender-Medizin-Expertin Univ.-Prof. Dr. Anita Rieder von der Medizinischen Universität Wien gewonnen werden.

Fünf Betriebe – ein Ziel: Beste Gesundheit

Maßgeschneiderte Vorsorge- und Therapieprogramme
Die fünf niederösterreichischen „Beste Gesundheit - Partnerbetriebe“ bieten mit einem hoch qualifizierten Team aus FachärztInnen, ÄrztInnen und MitarbeiterInnen maßgeschneiderte Vorsorge- und Therapieprogramme von höchster medizinischer Qualität.

Kooperationen mit führenden ÄrztInnen, Krankenhäusern und Universitäten in Österreich sowie gemeinsame hohe Qualitätsstandards unterstreichen die Kompetenz dieser Partnerschaft. Die heilkräftige Wirkung der natürlichen Heilvorkommen - Moor (Moorheilbad Harbach, Lebens.Resort Ottenschlag), Schwefelheilwasser (Gesundheits- und Kurhotel Badener Hof), Kohlensäure (Gesundheitsresort Königsberg Bad Schönau) - ist in vielfältigen Indikationsbereichen Basis für die Linderung der Beschwerden. Gesunde Ernährung mit regionalen Produkten und eine angenehme Hotelatmosphäre vervollständigen das Angebot.

www.beste-gesundheit.at



3970 Moorbad Harbach
www.moorheilbad-harbach.at
Tel. +43(0)2858-5255-0
mit Gesundheitszentrum Zwettl



Kreuzberg 310, 3920 Groß Gerungs
www.herz-kreislauf.at
Tel. +43(0)2812-8681-0



Am Kurpark 1, 2853 Bad Schönau
www.koenigsberg-bad-schoenau.at
Tel. +43(0)2646-8251-0



Pelzgasse 30, 2500 Baden
www.badenerhof.at
Tel. +43(0)2252-48580
mit Badener Kurzentrum
& Römertherme



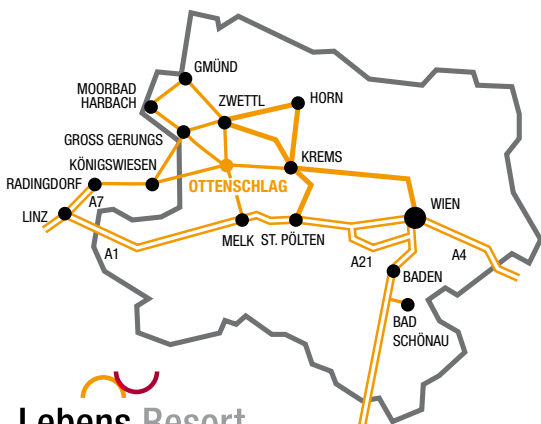
Xundheitsstraße 1, 3631 Ottenschlag
www.lebensresort.at
Tel. + 43(0)2872-20 0 20

Wir sind Vertragspartner der österreichischen Sozialversicherungen.



Das Lebens.Resort Ottenschlag ist einer von sieben Partnerbetrieben der “Xundheitswelt”.

Ein Aufenthalt in der “Xundheitswelt“ beinhaltet gesunde und zeitgemäße Ernährung, Erholung und aktive Gesundheitsvorsorge, aber auch – wenn notwendig – Behandlung und Rehabilitation – auf jeden Fall eine unvergessliche Zeit voll Entspannung für Körper, Geist und Seele.




Lebens.Resort
OTTENSCHLAG

Das neue Gesundheitszentrum im Waldviertel.

Xundheitsstraße 1, 3631 Ottenschlag
tel. +43(0)2872/20 o 20-500
e-mail: info@lebensresort.at
www.lebensresort.at