

## **Lebens.Resort Ottenschlag: Gesund im Gleichgewicht**

**Im Gesundheitszentrum Lebens.Resort Ottenschlag werden drei Schwerpunkte vereint: „Gesundheitsvorsorge Aktiv“, das Nachfolgeprogramm der klassischen Kur, die Rehabilitation psychischer Störungen und Rehabilitation bei Stoffwechselerkrankungen, insbesondere bei Diabetes mellitus.**

Professionelle medizinische Betreuung in Kombination mit dem Erholungswert des Waldviertels machen das Gesundheitszentrum Ottenschlag zum richtigen Ort für alle Menschen, die länger gesund bleiben wollen (Gesundheitsvorsorge) und bei speziellen Gesundheitsproblemen mit professioneller Hilfe gesund werden wollen (Rehabilitation). Das Lebens.Resort Ottenschlag ist noch dazu ein idealer Platz für eine Auszeit, wenn die mentale Gesundheit aus dem Gleichgewicht geraten ist oder zu kippen droht.

### **Rehabilitation bei psychischen Erkrankungen**

Im Rehabilitationsbereich für psychosoziale Gesundheit finden Menschen, die Belastungen des täglichen Lebens nicht mehr so verkraften wie früher, deren Alltag von einer Depression, Ängsten oder Panikattacken bestimmt wird und die unter Belastungsstörungen und Burnout leiden, optimale kompetente Betreuung und Hilfe. Ärzte, Psychotherapeuten, Psychologen, Pflegefachkräfte und Therapeuten verschiedenster Fachrichtungen bilden ein interdisziplinäres Team. Gemeinsam unterstützt dieses Team die Patienten den Weg zurück in ein ausgeglicheneres Leben zu finden. "Unser umfassendes therapeutisches Angebot, die Professionalität sowie Herzlichkeit unseres Teams und die gesundheitsfördernde Umgebung unterstützen unsere Patienten dabei, wieder Kraft für die Herausforderungen des Lebens zu gewinnen und mehr Lebensfreude zu verspüren", sagt Prim. Dr. Karl Michael Walzer, ärztlicher Leiter des Fachbereichs für Erkrankungen der psychosozialen Gesundheit.

Im Rahmen des sechswöchigen Rehabilitationsprogramms geht es vor allem um die Behandlung von Funktionsstörungen, Fähigkeitsstörungen sowie um Förderung der Aktivität im täglichen Leben und der Teilhabe am täglichen beruflichen und sozialen Leben. Anleitung zu Entspannung und Stressabbau sind Bausteine des umfassenden Therapieprogrammes. Ein wichtiges Element ist auch das Erlernen von Selbstreflexion und Selbstmanagement, um den Anforderungen des Alltags und dem Erreichen der eigenen Ziele besser gerecht zu werden.

## Stoffwechsel-Rehabilitation

Eine Änderung des persönlichen Lebensstils und Vermittlung von persönlichen Zielen spielen bei der Behandlung von Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit) oder Fettstoffwechselstörungen eine wichtige Rolle. Ärzte, speziell ausgebildete Pflegemitarbeiter und Therapeuten mit verschiedenen Spezialisierungen helfen den Patienten, in einem erprobten Programm, beim Umgang mit ihrem Beschwerdebild. Nicht nur die Verbesserung des Blutzuckerspiegels oder der Blutfette, sondern auch die umfassende Schulung über die Ursachen der Erkrankung, die Behandlungsmöglichkeiten und der tägliche Umgang mit dieser chronischen Erkrankung sind Teil des Rehabilitationsprogramms. Das Ziel ist es, die Lebensqualität zu verbessern und die uneingeschränkte Teilhabe am beruflichen und privaten Leben zu ermöglichen.

## Gesundheitsvorsorge Aktiv

"Stabilität und Widerstandsfähigkeit von Körper, Geist und Seele sind der beste Schutz vor vorzeitigem Leistungsabbau und Verlust der Gesundheit. Gerade in dieser herausfordernden Zeit gerät bei vielen Menschen die Gesundheit aus dem Gleichgewicht. Der beste Weg zurück und damit zu mehr Gesundheit ist ein gesunder Lebensstil.", sagt Prim. Dr. Johannes Püspök, ärztlicher Leiter im Lebens.Resort Ottenschlag. „Diesen Lebensstil zu erlernen ist enorm wichtig, denn dadurch erreichen wir für unser weiteres Leben mehr gesunde Lebensjahre. Das ist ein wichtiges Ziel von Gesundheitsvorsorge Aktiv, dem neuen Programm der Pensionsversicherung.“ Die Lebensstilfaktoren Bewegung, Mentale Gesundheit und Ernährung sind die Erfolgsfaktoren auf diesem Weg.



**Lebens.Resort & Gesundheitszentrum GmbH**  
Xundheitstraße 1, 3631 Ottenschlag  
Tel. +43 (0)2872/20 0 20, Fax DW: 550  
E-Mail: [info@lebensresort.at](mailto:info@lebensresort.at), [www.lebensresort.at](http://www.lebensresort.at)

## Partnerschaften und Kooperationen

### Vertragspartner der österreichischen Sozialversicherungen

Das Lebens.Resort Ottenschlag ist **Vertragspartner der österreichischen Sozialversicherungen**.

### Beste Gesundheit – weil Gesundheit das Wertvollste ist

„Beste Gesundheit“ ist eine Partnerschaft von sieben führenden Gesundheitsbetrieben in Niederösterreich, die sich gemeinsamen Qualitätsstandards verpflichtet haben und Synergien in verschiedenen Bereichen nutzen.

### Xundheitswelt – von Natur aus gut für Gesundheit und Wohlbefinden

Die Xundheitswelt ist eine Kooperation der Gesundheitsbetriebe Moorheilbad Harbach, Herz-Kreislauf-Zentrum Groß Gerungs und Lebens.Resort Ottenschlag mit vier Wohlfühlbetrieben der Region. Ihr gemeinsames Ziel ist es, ihren Gästen zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden zu verhelfen. Zudem legt das Lebens.Resort Ottenschlag großen Wert auf gesunde und ausgewogene Ernährung. Die Küche kreiert aus den regionalen, biologischen Produkten des „**Ökologischen Kreislaufs Moorbad Harbach**“ vielfältige kulinarische Köstlichkeiten.

### Qualität

Das Lebens.Resort Ottenschlag ist nach den beiden international anerkannten **Qualitätsmanagement-Normen QMS-REHA® und ISO 9001:2015** zertifiziert und zählt damit zu den herausragenden Gesundheitsbetrieben Österreichs.

### Rückfragehinweis

Michaela Gundacker, BA  
Leitung Marketing & PR  
+43 (0)2858/5255-1651  
[marketing@lebensresort.at](mailto:marketing@lebensresort.at)

Lebens.Resort Ottenschlag  
Xundheitsstraße 1  
3631 Ottenschlag  
Tel.: +43 (0)2872 20 0 20  
E-Mail: [info@lebensresort.at](mailto:info@lebensresort.at)  
Internet: [www.lebensresort.at](http://www.lebensresort.at)

*Aus Gründen der leichteren Lesbarkeit bezieht sich jede personenbezogene Formulierung ausdrücklich auf Frauen und Männer.*



Lebens.Resort & Gesundheitszentrum GmbH  
Xundheitsstraße 1, 3631 Ottenschlag  
Tel. +43 (0)2872/20 0 20, Fax DW: 550  
E-Mail: [info@lebensresort.at](mailto:info@lebensresort.at), [www.lebensresort.at](http://www.lebensresort.at)