

Gesund mit der Kraft der Natur Neues Wissen um sanfte Heilung



Ein neues Buch über natürliche Heilvorkommen in Österreich zeigt ihre Wirkungen und ihre therapeutischen Einsatzbereiche. Es wurde nun in Bad Vöslau im Vivea Gesundheitshotel präsentiert.

Mehr als 70 Prozent der österreichischen Bevölkerung lebt bereits in Ballungszentren. Fast 95 Prozent der Zeit verbringen die Menschen in geschlossenen Räumen – Transportmittel mitgerechnet. Das führt zu Erkrankungen durch Lärm, Luftverschmutzung, Bewegungsmangel und Stress. Gleichzeitig steigen das Naturbewusstsein und die Sehnsucht nach natürlichen und traditionellen Behandlungsmethoden.

Österreich das Land der Berge, der Seen und wunderbarer Natur hat hier viel zu bieten: Lebenselixiere, die unsere Ahnen schon genutzt haben, rücken zunehmend wieder in den Fokus der Wissenschaft und liefern überraschende Ergebnisse: Saubere Luft auf Bergen und in Tälern bringt nicht nur die Lunge wieder auf Touren – auch die Seele, Gelenke oder die Haut profitieren. Wasser, das aus den Tiefen sprudelt, hat immense Heilkraft auf die gesamte Anatomie und die Gesundheit. Und nur wenige wissen, wie gut etwa Moor der Gesundheit tut. Gerade Österreich hat hier in den vergangenen Jahrzehnten auch international betrachtet wichtige Forschungsarbeit geleistet. „Wir müssen keine exotischen Heiltraditionen importieren, nur unser eigenes altes Wissen wieder mehr schätzen“, sagt Universitätsprofessor Dr. Wolfgang Marktl.

Der Arzt ist Physiologe, und führender Wissenschaftler in Sachen Thermalquellen und Moor. Und er hat zusammen mit den Journalistinnen Tanja Braune und Andrea Pascher sowie Wissenschaftlern und Medizinern ein neues Buch erarbeitet, das anhand spannender Geschichten von Wasser, Heilmoor, Luft- und Heilklima zeigt, was natürliche Heilvorkommen zu bieten haben und wie sie wirken.

Das Buch wurde nun in Bad Vöslau im Vivea Gesundheitshotel präsentiert. Mit dabei waren auch der Präsident des Österreichischen Heilbäder- und Kurortesverbandes (ÖHKV) Mag. Josef Sommer und ÖHKV-Geschäftsführer Dr. Kurt Kaufmann. „Das Buch zeigt, wie aktuell natürliche Heilvorkommen sind und welche enorme Bedeutung sie in Österreich haben. Und es bestätigt auch wissenschaftlich die präventiven und heilenden Wirkungen“, freute sich Sommer bei der Präsentation. Gerade in Zeiten, in denen auch die Krankenversicherungen auf Vorbeugung setzen, sei es wichtig auf die Angebote und Leistungen der heimischen Heilbäder und Kurorte hinzuweisen, betonte Kaufmann und verweis dabei auf das aktuelle Regierungsprogramm. ÖVP und Grüne erklären darin, dass man alles tun wolle, damit die Österreicher länger gesundheitlich uneingeschränkt leben können. „Dazu müssen wir einen Fokus auf Prävention, Rehabilitation und Stärkung der Gesundheitskompetenz der oder des Einzelnen setzen, damit der Anteil der gesunden Jahre für alle erhöht wird“, heißt es im Regierungsprogramm. Die Gesundheit der Beschäftigten sei das beste und effektivste Mittel, um das tatsächliche Pensionsalter an das gesetzliche heranzuführen, schreibt die Regierung. Und weiter: „Investitionen in die Gesundheit von Menschen reduzieren

nachweislich Arbeitsunfähigkeit und Kosten im Gesundheits- wie auch im Pensionssystem.“

Sommer: „Das neue Buch zeigt welche Möglichkeiten es in ganz Österreich schon jetzt gibt, um Gesundheit zu stärken.“ Während man früher auf althergebrachte Überlieferung und Traditionen setzte, seien die Heilvorkommen mittlerweile in zahlreichen Studien erforscht und ihre Wirkung wissenschaftlich nachgewiesen. So sei etwas belegt, dass der dreiwöchige Aufenthalt in einem Heilbad Langzeiteffekte von 12 Monaten habe. Dadurch würden sich Krankenversicherungen auch Ausgaben für Medikamente ersparen, Unternehmen hätten weniger krankheitsbedingte Ausfälle und die Pensionsversicherung erspare sich einen frühzeitigen Pensionsantritt, sagte Kaufmann.

Im neuen Buch runden Erfahrungsberichte, kleine Rezepte und Tipps zum Selbst-Ausprobieren das Angebot ab. Die leichte Lesbarkeit macht so Wissen zugänglich, das bisher oft nur unter Experten diskutiert worden ist. Das neue, im ampuls-verlag erschienen Buch lädt dazu ein, diese natürliche Heilvorkommen neu zu entdecken.

Buchtipp:

TANJA BRAUNE, ANDREA PASCHER,
UNIV. PROF. DR. WOLFGANG MARKTL

Gesund mit der Kraft der Natur

Neues Wissen um sanfte Heilung

160 Seiten, illustriert

24,90.- Euro

200x200 mm

ISBN: 978-3-200-06654-0

www.ampuls-verlag.at



Die Autoren:

Andrea Pascher ist erfahrene Journalistin und war unter anderem Gründungsmitglied von News, Seitenblicke Magazin und Terra Mater. Obwohl das Kulturressort ihre Heimat ist, hat sich die ambitionierte Hobbyköchin auch als Gourmet- und Gesundheitsredakteurin einen Namen gemacht.

Tanja Braune ist Journalistin und Bestseller-Autorin von über 20 Büchern. Neben ihrer Autorentätigkeit betreibt die Niederösterreicherin das Redaktionsbüro „Die Schnatterei“ und unterstützt deutschsprachige Verlage und Autoren bei der Entwicklung von Büchern zu unterschiedlichen Themen.

Univ. Prof. Dr. Wolfgang Marktl ist Mediziner und Facharzt für medizinische Leistungsphysiologie sowie Präsident der Wiener Internationalen Akademie für Ganzheitsmedizin (GAMED), Leiter der Abteilung Wissenschaft im Österreichischen Heilbäder- und Kurorteverband sowie unter anderem Vorsitzender der Österreichischen Gesellschaft für Balneologie und medizinische Klimatologie. Er leitete viele Jahre die Abteilung für Umweltpysiologie und Balneologie im Zentrum für Physiologie und Pathophysiologie der Medizinischen Universität Wien. Univ. Prof. Dr. Marktl kann auf über 270 wissenschaftliche Publikationen verweisen.

Bildmaterial unter Nennung des Buchtitels und Credit: ampulsverlag/rudolph roland honorarfrei.

Weitere Informationen unter www.ampuls-verlag.at/presse/unterlagen/