



PRESSEAUSSENDUNG

DIE NEUE „LONG COVID-REGENERATION“ IM REDUCE GESUNDHEITSRESORT BAD TATZMANNSDORF

Bad Tatzmannsdorf 25.06.2021 | Neues therapeutisches Programm unterstützt Menschen nach durchgemachter Covid-19 Infektion. Die Tatsache, dass auch viele Gäste im REDUCE Gesundheitsresort an den Spätfolgen nach durchgemachter Covid-19 Infektion leiden, hat Mediziner*innen und Therapeut*innen veranlasst, ein gezieltes Programm zur Regeneration von Long-Covid zu entwickeln. Eine intensive therapeutische Betreuung nach der Pacing-Methode aber auch heilsame Anwendungen mit Moor und kohlenstoffhaltigem Heilwasser kommen dabei zum Einsatz.

„Das Ziel ist es, das Lebensgefühl der Menschen wieder zu stabilisieren und den Körper wieder fit und leistungsfähiger zu machen“, so der ärztliche Leiter, Dr. med. univ. Franz Niederl. Der Einstieg erfolgt mit einem Medical Check-Up, wo Symptome festgestellt und ein individueller Therapieplan erstellt werden. Die medizinische Basis bildet dabei ein ganzheitlicher Ansatz aus mentaler Gesundheit, spezieller Physiotherapie und der entspannenden Wirkung von natürlichen Heilvorkommen. „Das neue Programm versteht sich nicht als klinische Rehabilitation und richtet sich daher auch nicht an jene Menschen, denen aufgrund der Schwere der Erkrankung eine medizinische Rehabilitation in einer Reha-Klinik dringend ärztlich empfohlen wird. Vielmehr sollen vorhandene Synergien im therapeutischen Bereich und die natürliche Heilkraft von Moor und Kohlensäure für die Regeneration von Long-Covid-Symptomen wirksam eingesetzt werden“, erläutert Niederl.

Regeneration nach der PACING – METHODE

Für die leitende Physiotherapeutin Theresa Mayer und der Gesundheitspsychologin Mag. Katrin Supper stehen bei der „Long Covid Regeneration“ die sanfte Steigerung der körperlichen als auch der mentalen Fitness im Vordergrund. Theresa Mayer wendet dabei die Pacing Methode an. Die Pacing-Methode lässt sich am besten mit dem Wort Aktivitätsmanagement erklären. Das bedeutet, dass bei einem bestehenden Erschöpfungssyndrom Überlastung vermieden und somit ein schonender Umgang mit den eigenen Ressourcen gelernt wird.

*Mag. Katrin Supper, klinische Psychologin und Gesundheitspsychologin, weiß aus der Arbeit mit Gästen und Klient*innen über die Auswirkungen von Long-Covid auch auf die Psyche. Viele Betroffene beschreiben einen physisch und psychisch belastenden körperlichen und geistigen Erschöpfungszustand auch nach der überstandenen Covid-Infektion, der weit über eine normale Müdigkeit oder Erschöpfung hinausgeht. Dieses als Fatigue (französisch für Müdigkeit, Erschöpfung) auch von anderen Erkrankungen bekannte Syndrom kann sogar dazu führen, dass der Alltag nicht mehr selbstständig bewältigt werden kann. Die Fatigue kann mit weiteren Symptomen einher gehen, wie zum Beispiel Schmerzen, Antriebschwäche, Frustration, depressive Verstimmung, Benommenheit, Antriebschwäche, um nur einige zu nennen. Hinzu kommen bei vielen Betroffenen Ängste, Schlafstörungen, sowie Gefühle der Hilflosigkeit und des Kontrollverlusts. „In der psychologischen Behandlung ist es wichtig, auf die individuell belastenden Symptome des Klienten einzugehen, ihm Informationen über Long-Covid zu geben, dem Klienten wieder zu einem Zugang zu persönlichen Ressourcen zu verhelfen, und ihn dabei zu unterstützen, seine Grenzen achten und wahren zu können. Dies kann neben psychologischen Einzelgesprächen zum Beispiel über Entspannungsverfahren und Achtsamkeitsübungen geschehen“, so die Psychologin.*

Und so gestaltet sich die neue „REDUCE Long Covid Regeneration“ im Detail:

- 1 ärztliches Beratungsgespräch zur Klärung der individuellen Situation und zur Abstimmung des Therapieverlaufes
- 2 x Einzelheilgymnastik zu 50 Min. nach der Pacing Methode
- 2 x Mental Fit-psychologisch/psychotherapeutisches Einzelcoaching zu 50 Min.
- 5 entspannende Kohlensäurebäder und/oder Moorpackungen
- 2 x individuell abgestimmte Massagen 25 Min.
- 2 x Entspannungsübungen, u.a. Progressive Muskelentspannung nach Jacobson 50 Min.
- 7 Übernachtungen inkl. REDUCE HP „Plus“ in einem der beiden REDUCE 4*S Thermenhotels
- Entspannung im heilsamen Thermalwasser des hoteleigenen Thermen- & Saunagartens
- Freie Nutzung des Aktivprogrammes mit Yoga, Pilates, Wassergymnastik, Nordic Walking u.v.m.

Preis ab EUR 1.554,- pro Person in den REDUCE 4*S Thermenhotels | Buchbar ab 1.7.2021 | empfohlene Anreisetage SO - MI



GESUND & ENTSPANNT – ADULTS ONLY

REDUCE HOTEL THERMAL **S**

Kraft tanken in erholsamer Atmosphäre. Zwischen den Behandlungen tut es einfach gut, den Körper im wohligen Thermalwasser der hoteleigenen Thermen-, Sauna- und Sinneswelt zu entspannen. Der römische Thermengarten des Hauses umfasst eine großzügige Poollandschaft, die auch im Sommer einen herrlichen Outdoor-Bereich mit schattiger Liegewiese zu bieten hat. Das REDUCE Aktivprogramm ergänzt je nach Bedarf die Regeneration mit sanfter Bewegung in der frischen Natur. Wieder gustieren: Feine Kulinarik, die auch eine vegane Küchenlinie einschließt, kommt frisch und mit regionalen Bio-Zutaten auf den Teller. Das REDUCE HOTEL THERMAL ****S ist eine besonders erholsame Ruheoase, perfekt für gesunde Adults-Only Zeiten!

PRESSEKONTAKT

Alexandra Klucsarits

Marketingleiterin

REDUCE GESUNDHEITSRESORT BAD TATZMANNSDORF

Am Kurplatz 2 | 7431 Bad Tatzmannsdorf

marketing@reduce.at

www.reduce.at

REDUCE

GESUNDHEITSRESORT BAD TATZMANNSDORF

WWW.REDUCE.AT