

Presseinformation

Moorheilbad Harbach – Xundheitswelt

2010-10-04

Großer Erfolg bei der ersten Sportrehabilitationstagung im Moorheilbad Harbach vom 1. bis 3. Oktober 2010

Mehr als 100 ÄrztInnen und MitarbeiterInnen im gehobenen medizinisch-technischen Dienst konnten bei der ersten Sportrehabilitationstagung Thema „Zurück zum Sport“ im Moorheilbad Harbach (Waldviertel, NÖ) begrüßt werden.

Das Moorheilbad Harbach veranstaltete heuer erstmals in Kooperation mit **Univ. Prof. Dr. Stefan Nehrer** (Zentrum für Regenerative Medizin, Donau Universität Krems) und **Patronanz der GOTS** (Gesellschaft für Orthopädisch-Traumatologische Sportmedizin), die Sportrehabilitationstagung zum Thema „Zurück zum Sport“.

Viele Menschen, die aktiv im Leben stehen und sich sportlich betätigen, werden durch einen Unfall oder eine sportbedingte Verletzungen aus dem gewohnten Rhythmus, dem geregelten Tagesablauf und aus dem Trainingsalltag gerissen. Die Betroffenen wünschen sich, die Verletzung möge vollständig ausheilen und daneben die generelle Ausdauerleistung und Muskelkraft weitgehend erhalten bleiben. Das Ziel ist also, den verletzungsbedingten Rückgang der körperlichen Fitness gering zu halten bzw. rasch auszugleichen.

Darum standen im Mittelpunkt des Kongresses vom 1. bis 3. Oktober 2010 Themen rund um Sportschäden, -verletzungen und Operationen wie der (postoperativen) Nachbehandlung von Knie-, Schulter-, Hüft- und Fußverletzungen. Weitere Inhalte waren die psychologische Bewältigung von Sportverletzungen, aber auch Sportreintegration und der Ablauf der Sportrehabilitation im Moorheilbad Harbach.

Nicht nur reden, sondern auch machen hieß es im Anschluss bei der Sportpraxis: Zum Beispiel bei der Laufstilanalyse im Xundwärts – Lauf- & Bewegungszentrum mit anschließendem Waldlauf bzw. Nordic-Walking-Tour, beim Golfen am GC Weitra oder einer Mountainbike-Tour mit Alexander Frühwirth (mehrfacher Sieger des Austria-Triathlons, des Wachau-Marathons sowie 2009 beim Ironman Austria). Beim gemeinsamen Abendessen im Moorheilbad Harbach mit Produkten aus dem „**Ökologischen Kreislauf Moorbad Harbach**“, wurde unter Beweis gestellt, dass Kunde Kulinarik in der Xundheitswelt groß geschrieben wird.



Sportrehabilitationsprogramm im Moorheilbad Harbach

Das umfassende Know-how im Bereich der orthopädischen und Wirbelsäulen-Rehabilitation, das mit **Prim. Univ.-Doz. Dr. Manfred Weissinger** (Ärztlicher Direktor Landeskliniken Waldviertel Gmünd, Waidhofen/Thaya, Zwettl) aufgebaut wurde, nutzt das Moorheilbad Harbach nun auch in Zusammenarbeit mit **Univ.-Prof. Dr. Stefan Nehrer** (Vize rektor für Forschung und Technologie der Donau Universität Krems, Leiter des Zentrums für Regenerative Medizin) für das neue Therapiesegment Sportrehabilitation.

Von sportmedizinischen BetreuerInnen wird auf Basis einer sportmedizinischen Leistungseinschätzung, zusätzlich zu den „klassischen“ orthopädischen Therapien, ein Trainingsprogramm erarbeitet. Die versierten Coaches erstellen ein individuell angepasstes

Paket aus Einzelheilgymnastik, Strombehandlungen, Wärme- oder Kältetherapien, Ausdauer- und Krafttraining, Koordinationstraining sowie psychologischer Motivation und Verarbeitungsstrategien zusammen, damit eine rasche Rückkehr zum Sport erreicht werden kann.

„Sportorthopädische Rehabilitation ist ein spezielles Segment der orthopädischen Rehabilitation. Nur wer die Kraft- und Ausdauerleistung gezielt sportmedizinisch messen, erhalten und verbessern kann, wird den Ansprüchen einer sportorthopädischen Rehabilitation gerecht.“, so der ärztliche Direktor des Moorheilbades Harbach, **Prim. Dr. Johannes Püspök**.

Angebot: Sportorthopädie & Rehabilitation

Rehabilitationsprogramm nach Sportverletzungen

Hotelleistungen und Programm

- 7 Übernachtungen mit Vollpension: Xunder Genuss mit Frühstücksbuffet, Menüwahl (auch Reduktionskost und Vollwertküche), Salatbuffet
- Freie Nutzung von Erlebnishallenbad, keramischem Dampfbad, Freibad, Saunalandschaft und Whirlpool

Medizinische und therapeutische Leistungen

- Ärztliche Untersuchung
- 3x Einzel-Heilgymnastik
- 2x sportartenspezifische Einzelgymnastik
- 5x Muskelaufbau-Rehabilitation oder geräteunterstützte Mobilisation nach Verordnung des Physiotherapeuten
- 5x Ergometertraining oder Laufbandtechnik nach Verordnung des Physiotherapeuten
- 1x Ganganalyse (Stand- und Bewegungsanalyse)
- 1x Gesundheitspsychologische Beratung
- 1x Ernährungsmedizinische Beratung



Das Moorheilbad Harbach

Im Waldviertel inmitten der sanften Hügellandschaft zwischen Mandelstein und Nebelstein liegt das Moorheilbad Harbach, das seit mehr als 30 Jahren Lebensqualität und Therapie verbindet. Saubere Luft, reines Wasser und Wälder umgeben das moderne Gesundheits- und Rehabilitationszentrum. Das wirkungsvolle Harbacher Hochmoor ist das ortsgebundene Heilmittel. Der Abbau erfolgt am Nebelstein, im Moorheilbad Harbach wird es weiter verarbeitet und für Moorbäder und Moorwickel verwendet.

Die Schwerpunkte des Gesundheits- und Rehabilitationszentrums im Überblick:

- Kurzentrum*:
Die Heilkraft des Harbacher Hochmoores wird mit modernsten Behandlungsmethoden kombiniert.
- Orthopädische Rehabilitation & Sportrehabilitation*:
Rehabilitation nach orthopädischen Operationen, Verletzungen und Unfällen.
- Wirbelsäulenzentrum Xundheitswelt:
Ein Kompetenzzentrum für Wirbelsäulen-Prävention, -Therapie und -Rehabilitation.
- Lebensstilzentrum:
Den Körper bewusster wahrnehmen und das Leben danach gestalten.
- Lauf- und Bewegungszentrum Xundwärts:
Unterstützung für Profi- und HobbysportlerInnen durch ein speziell ausgebildetes Team.

**Vertragspartner der österreichischen Sozialversicherungen*

Foto von links nach rechts: Prim. Univ.-Doz. Dr. Manfred Weissinger, Prim. Dr. Johannes Püspök, Univ.-Prof. Dr. Stefan Nehrer

Rückfragen

Frau Doris Karl

3970 Moorbach Harbach

Telefon: 02858/52 55-1616

E-Mail: doris.karl@moorheilbad-harbach.at

Internet: www.moorheilbad-harbach.at

