



# Hilfe fürs Kofferpacken

## Bestens vorbereitet zu Ihrem Kuraufenthalt

Wir empfehlen unseren Gästen feste Schuhe, Turnschuhe, Turnbekleidung, Trainingsanzug, Schwimmbekleidung und Hausschuhe mitzunehmen. Den Bademantel können Sie sich gegen eine Reinigungsgebühr auch bei uns ausborgen. Bei den Therapien bekommen Sie die Badetücher von uns.

Damit Ihr Aufenthalt einen angenehmen gesundheitlichen Verlauf nehmen kann, ersuchen wir Sie, die unten angeführten Unterlagen verlässlich mitzunehmen.

### Bitte unbedingt mitnehmen:

- Verständigung über die Bewilligung des Heilverfahrens
- Amtlicher Lichtbildausweis
- E-Card
- Falls vorhanden in Kopie den Entlassungsbericht des Krankenhauses, aktuelle Befunde und Röntgenbilder sowie Arztberichte (nicht älter als drei Jahre)
- Falls vorhanden Blutgruppenausweis
- Falls vorhanden Gerinnungsausweis
- Genaue Angabe und Mitnahme der derzeit verordneten bzw. regelmäßig eingenommenen Medikamente in ausreichender Menge
- Benötigte Hilfsmittel und Heilbehelfe (Gehhilfen, Inkontinenzmaterial, Sauerstoffgerät, Apnoegerät ...)
- Aktuell verwendete Blutzucker- und Blutdruckmessgeräte mit Zubehör
- Für Wanderungen als Therapie empfehlen wir Wanderschuhe und Socken
- Falls vorhanden Ihre eigenen Nordic-Walking Stöcke
- Falls vorhanden Fahrradhelm – Sie können sich von uns Fahrräder gegen Gebühr ausborgen
- Nur für die Indikation Erkrankungen der Lunge und der Atemwege: Warme Kleidung, Schlafsack und festes (geschlossenes) Schuhwerk für den Heilstollen – aus Hygienegründen keine Wollschlafsäcke und -decken
- Der Jahreszeit entsprechende Kleidung
- Toiletteartikel

### Sauerstoff:

Bitte geben Sie uns Bescheid, ob Sie Sauerstoff verordnet haben. Wenn das der Fall ist, rufen Sie bitte Ihre Lieferfirma an, damit der Sauerstoff von dieser Firma in unser Haus geliefert wird.



## Erreichbarkeit

### Mit der Bahn:

Von Wien Südbahnstrecke bis Bruck/Mur (Railjet) – umsteigen auf Regionalzug Richtung Friesach in Kärnten, Neumarkt in der Steiermark oder Unzmarkt bis Judenburg oder Südbahnstrecke (ÖBB IC, EC, Railjet) Richtung Villach direkt nach Judenburg – von dort werden Sie mit dem Hotelbus vom Bahnhof abgeholt

### Mit dem Auto:

Von Wien über A2 – Knoten Seebenstein S6 Richtung Klagenfurt – Bruck/Mur S36 Richtung Klagenfurt – Judenburg West – St. Peter ob Judenburg – abbiegen auf B114 Richtung Hohentauern – Pöls – Katzling – Oberzeiring

# Unsere Indikationen

## Erkrankungen der Lunge und der Atemwege

### Behandelbare Atemwegserkrankungen:

- Asthma bronchiale
- Chronische Bronchitis
- Chronische Sinusitis
- Chronische obstruktive Atemwegserkrankungen

Das Herzstück des von uns betriebenen Therapiezentrums für Atemwegserkrankungen ist der Heilstollen.

### Zwei Haupteffekte des Heilstollens:

- Der zu groß und in falscher Zusammensetzung produzierte Schleim wird verflüssigt, was ein leichteres Abhusten ermöglicht.
- Chronische Entzündung des hyperreaktiven Bronchialsystems wird gehemmt, wodurch sich die Empfindlichkeit der Atemwege verringert.

## Erkrankungen des Stütz- & Bewegungsapparates

### Behandelbare Krankheitsbilder:

- Abnützungen und chronische Beschwerden an der Wirbelsäule, Entzündungen und postoperative Zustände der Gelenke
- Chronisch-entzündliche und degenerative Erkrankungen (Arthrosen)
- Entzündliche Erkrankungen des peripheren Nervensystems
- Neurovegetative Regulationsstörungen
- Prävention bei Fehlhaltung, Haltungsschäden und Überlastung von Wirbelsäule und Gelenken
- Posttraumatische Schäden am Bewegungsapparat

## Stoffwechselerkrankungen

### Behandelbare Stoffwechselerkrankungen:

- Diabetes mellitus Typ-2
- Adipositas
- Stoffwechselstörungen
- Essstörungen
- Übergewicht – Gewichtsreduktion durch Diätkuren

