



4 Sterne superior la pura – women's health resort kamptal

## la pura präsentiert neues Healthy Aging-Konzept mit epigenetischem Test und personalisierten Empfehlungen

*Es gibt einen Ort, der jeder einzelnen Frau individuelle Inspirationen für einen optimierten, gesunden Lifestyle gibt: Das la pura women's health resort kamptal versteht sich als Healthy Aging Hotel, das auf Frauen-Gesundheit fokussiert und damit europaweit einzigartig ist. Neu ist Healthy Aging, entwickelt von Prim. Dr. Karin Stengg D.O. und dem la pura Team, das als erstes umfassendes Konzept die relevanten Aging-Themen individualisiert und wissenschaftlich fundiert unter die Lupe nimmt. Neben anderen Tests, Treatments und Lösungsansätzen ist ein speziell entwickelter epigenetischer Test wesentlicher Bestandteil des Healthy Aging-Konzepts von la pura. Als ganzheitliche Analyse für eine personalisierte Vorsorge testet er sowohl Genvarianten als auch epigenetische Marker, um unter anderem den Stoffwechsel-, Sport- und Hauttyp zu bestimmen. Ziel sind individuelle Empfehlungen etwa fürs Gewichtsmanagement, Sporttraining und Tipps, wie man das ermittelte biologische Alter durch Lebensstil- und Ernährungsinterventionen langfristig senken kann.*

### **Epigenetik: 70 Prozent des Alterungsprozesses präventiv beeinflussbar**

Das Wissenschaftsgebiet Epigenetik unterscheidet zwischen dem (statischen) Genom und einem Epigenom, das durch biologische, psychische und soziale Faktoren dynamisch veränderbar ist. „Wie wir älter werden bestimmt zum Glück nur zu 30 Prozent die Genetik“, erklärt Dr. Karin Stengg. „Das bedeutet, dass der Alterungsprozess rechtzeitig präventiv beeinflusst werden kann.“ Der Healthy Aging-Check von la pura beinhaltet Tests, die genetische wie epigenetische Risikofaktoren umfassend bestimmen. Im Vordergrund steht dabei bewusst nicht das Abchecken von Krankheiten – denn ein Überkonfrontieren mit Risiken und die damit verbundene Panikmache ist nicht Ziel des Healthy Aging Konzepts.

Beim Healthy Aging-Gentest wird ein Tropfen Kapillarblut analysiert, denn mit ihm lassen sich auch im Bereich Epigenetik repräsentative Ergebnisse erzielen. Zudem wird ein ausführlicher Fragebogen zum Thema Lifestyle und Ernährungsgewohnheiten in die Auswertung einbezogen. Anders als bei anderen Tests geht es hier um eine Gesamtstrategie, die Gene nicht einzeln beurteilt, sondern mehrere genetische, epigenetische und Lebensstil-Faktoren testet, die für ein Thema verantwortlich sind – etwa fürs Snacking oder den Appetit. So können in Folge gezielte Handlungsempfehlungen gegeben werden.

### **Personalisierte Empfehlungen zur Senkung des ermittelten biologischen Alters auf Basis des individuellen Stoffwechselltyps, Sporttyps und Entzündungsverhaltens**

Was genau mit dem innovativen epigenetischen Test im Rahmen des Healthy Aging-Programms im la pura getestet wird? Zum einen geht es um die Bestimmung des individuellen Stoffwechselltyps – etwa wie der Körper mit Kohlenhydraten, Eiweißen oder Fetten umgeht. Analysiert werden aber auch die Neigung zu Zwischenmahlzeiten oder Heißhungerattacken – und die Gesamtprognose für Gewichtsabnahme- und Stabilisierung sowie der epigenetische Status der Stoffwechsel-Regulation. Von den Ärztinnen und Ärzten im la pura gibt es dazu Tipps für ein individuelles und nachhaltiges Gewichtsmanagement, das die herkömmliche Diät ersetzt.



**la pura**<sup>®</sup>  
women's health resort  
kamptal

Analysiert wird zudem das Entzündungsverhalten – stellen doch „silent inflammations“ nicht nur Gesundheitsrisiken dar, sondern beschleunigen den Alterungsprozess. Über ihn gibt nicht zuletzt die Telomerlänge Aufschluss: Telomere befinden sich am Ende der Chromosomen und schützen das Genom. Durch den Alterungsprozess werden sie automatisch kürzer. Schreitet dieser Prozess zu weit voran, hört die Zelle auf, sich zu teilen oder löst sich selbst auf. Dem kann aber entgegengewirkt werden. Beispielsweise durch eine Stoffwechsel-Optimierung, die durch personalisierte Ernährung unterstützt wird. Zusätzlich wird das biologische Alter der Haut mittels Gesichtsscan bestimmt, um zusätzliche Informationen über den Zustand der Haut und auslösende Ursachen der Hautalterung zu testen durch individuell angefertigte Hautseren dem entgegen zu wirken.

Das Healthy Aging Konzept im la pura bestimmt also nicht nur das biologische Alter, sondern zeigt auch alle Schwachstellen und Risikofaktoren auf, denen Frau dann sehr gezielt entgegenwirken kann. Eine neue und effektive Form der ganzheitlichen, individuellen und nachhaltigen Gesundheitsvorsorge.

### **la puraMed Healthy-Aging ab sofort buchbar**

la puraMed Healthy Aging gibt es in kompletter Version inkl. epigenetischen Test mit 6 Übernachtungen ab € 2.390

#### **Informationen:**

4 Sterne superior **la pura women's health resort kamptal**

Hauptplatz 58, A-3571 Gars am Kamp, Tel: +43 2985 2666-742, [www.lapura.at](http://www.lapura.at)

#### **Über die VAMED Vitality World und VAMED**

Hier finden Sie mehr Informationen dazu: <https://www.lapura.at/ueber-la-pura/#vamed>

**Texte und Bilder zum Download: [www.pressegroup.com](http://www.pressegroup.com); Veröffentlichung gegen Belegexemplar!**



Presse: Barbara Angerer-Winterstetter, [PRessegrouP.com](http://PRessegrouP.com),  
Firmensitz: Löwengrube 10, 80333 München, Postadresse: Ludwigstr. 9, 86316 Friedberg  
Tel +49/89/418 518-91, [dialog@pressegroup.com](mailto:dialog@pressegroup.com), [www.pressegroup.com](http://www.pressegroup.com)

Gesundheitsresort Gars Betriebs GmbH  
Hauptplatz 58 | A-3571 Gars am Kamp  
Tel. +43 (0) 2985/2666-742 | Fax-DW: -745  
E-Mail: [reservierung@lapura.at](mailto:reservierung@lapura.at)  
Web: [www.lapura.at](http://www.lapura.at)

Ein Resort der:

