



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

Dr. med. univ. Alex Witasek hat speziell fürs la pura die F.X.Mayr-Kur für die Frau

## **F.X. Mayr erstmals speziell für die Frau: Neu als Buch, umgesetzt im la pura women's health resort**

*In Zeiten von Gender Mainstream ist es fast schon „altmodisch“ von Mann und Frau zu sprechen. Gerade in der Medizin aber haben Frauen eine Unterscheidung verdient: Die Mehrfachbelastung durch Familie und Beruf, hormonelle Unterschiede sowie ein unterschiedlicher Stoffwechsel – all das und mehr macht Frauen anders. Eine Tatsache, die von der modernen Medizin immer mehr wahrgenommen wird. „Der Anspruch auf eine frauenspezifische Diagnostik und Therapie darf auch vor der komplementären Medizin nicht Halt machen“, weiß Dr. med. univ. Alex Witasek, F.X. Mayr-Experte. Im la pura women's health resort, dem europaweit einzigen Gesundheits- und Wohlfühlresort nur für die Frau der VAMED, bietet er gemeinsam mit dem spezialisierten Ärzteteam die von ihm neu entwickelte erste F.X. Mayr-Kur für die Frau an. Dazu ist ganz neu sein gleichnamiges Buch erschienen – mit den ersten umfassenden Informationen zur F.X. Mayr-Medizin, die speziell auf die gesundheitlichen Eigenheiten der Frau abgestimmt ist. Es verspricht „einen interessanten Einblick in die Zusammenhänge von Darm, Bewegungsapparat, Stoffwechsel, Vorsorge- und Anti-Aging-Medizin und zeigt einen Weg zu mehr Wohlbefinden im Alltag auf.“ Und weil das la pura auf innovative Programme für die körperliche wie psychische Gesundheit von Frauen spezialisiert ist, lässt sich dort die Kur individuell ergänzen durch unterstützende Therapien – von funktioneller Myodiagnostik bis hin zu einem epigenetischen Test.*

Warum das la pura im Kamptal bei Wien der perfekte Ort ist für Frauen, die eine F.X. Mayr-Kur machen wollen? Weil das europaweit einzige womens health resort im idyllischen Gars am Kamp ein Rückzugsort nur für Frauen ist, der bewusst nicht trendy, sondern ein Wohlfühlort sein will. „Und weil man hier couragiert die Erkenntnisse der Gendermedizin in Gesundheitsprogramme umsetzt“, erklärt F.X. Mayr-Spezialistin Dr. Sabine Fröhlich. Im dortigen Team wirkt auch Dr. med. univ. Alex Witasek, der als Koryphäe auf dem Gebiet der F.X. Mayr-Medizin gilt. Speziell fürs la pura hat er die erste F.X. Mayr-Kur für die Frau ausgearbeitet – und unter gleichem Titel ganz aktuell ein Buch veröffentlicht (Verlag Kremayr & Scheriau).

Schon lange sei die Kur mit basischer Kost und therapeutischen Anwendungen mehr als das Semmel-Milch-Image glauben lasse. „Die Diagnostik und Therapie nach F.X. Mayr hat sich in den letzten Jahren rasant weiterentwickelt und von so einigen Dogmen aus alten Kur-Zeiten befreit“, weiß Dr. Witasek. Die ganzheitliche Methode, die den ganzen Körper mit all seinen Symptomen und Gegebenheiten berücksichtigt, eigne sich sowohl zur Prävention der Darmgesundheit wie zum Abnehmen. Mehr noch: „Geschlechtsspezifische Beschwerden und Erkrankungen prädestinieren die F.X. Mayr-Therapie für die Frau.“ So geht die frauenspezifische F.X. Mayr-Kur im la pura gezielt auf die besonderen Anforderungen ein, die der weibliche Organismus mit sich bringt. Da wären zum Beispiel: Das von Natur aus dehnbare Bindegewebe, das einem heranwachsenden Kind Platz bietet, aber auch Rückenschmerzen, eine Erschlaffung des Darms und mehr mit sich bringen kann, zudem die hormonelle Situation der Frau und die Tatsache, dass Frauen häufiger an einem Reizdarm leiden. „Viele buchen die frauenspezifische F.X. Mayr-Kur nicht nur wegen Darm-Problemen, sondern ebenso wegen Erschöpfung, Schmerzen im Bewegungsapparat und langjährigen Rückproblemen, wegen Herz-Kreislaufkrankungen, Migräne und vielem mehr“, spricht Dr. Sabine Fröhlich aus la pura-Erfahrung. Selbst bei Menstruationsproblemen könne die



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

Kur helfen, berichtet Dr. Alex Witasek. Zudem senke die sie den Insulinspiegel und regeneriere Insulinrezeptoren. Die F.X. Mayr Kur für die Frau verspricht Regeneration, Entgiftung und Reinigung und hilft – quasi nebenbei – überflüssige Kilos loszuwerden.

In seinem neuen Buch stellt Dr.med. Alex Witasek nicht nur detailliert die neuesten Erkenntnisse der Gender- und F.X. Mayr-Medizin sowie die speziellen Bedürfnisse und gesundheitlichen Risiken der Frau dar, sondern gibt zudem Anregungen für ein gesundes Leben nach F.X. Mayr im Alltag. Ein wesentlicher Faktor ist dabei die Kunst, sich richtig und nie einseitig zu ernähren, ohne hungern zu müssen. Im la pura wird das mit der gesund-schmackhaften GourMed<sup>®</sup> Cuisine vorgelebt. „Unsere Küche ist zudem auf Unverträglichkeiten hervorragend eingerichtet“, erzählt Dr. Sabine Fröhlich: „und wenn frau noch nicht weiß, was sie verträgt, macht sie bei uns eine Austestung mit funktioneller Myodiagnostik“. Ein epigenetischer Test aus dem healthy aging-Programm kann darüber hinaus sogar den individuellen Stoffwechselltyp bestimmen. Aber auch andere Therapien, die das pura anbietet, machen als Kur-Ergänzung Sinn – etwa Osteopathie, Myoreflextherapie oder Akupunktur. Gegen Rückenbeschwerden gibt es die Unterwasser-Extensionsbehandlung, und wer seine Körper-Zusammensetzung wissen will, macht eine Bioimpedanzanalyse. Individuelle Bewegung, die Spaß macht, gehört im la pura ebenso zur F.X. Mayr-Kur wie etwa Detox-Massagen und -Wickel. Und nicht zuletzt gibt es neben dem medizinischen Therapie-Angebot bewusst viel Beauty und Wellness im Resort. Für eine einzigartige F.X. Mayr-Kur speziell für und unter Frauen.

#### **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,  
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:

