

PRESEKONTAKT:  
WEISS PR & MEDIA | Mitterndorfer Straße 15/Top2  
6330 Kufstein | Austria  
GF Michael Weiß  
Phone: +43 664 750 38083  
E-Mail: [michael.weiss@weiss-pr.at](mailto:michael.weiss@weiss-pr.at)  
[www.weiss-pr.at](http://www.weiss-pr.at)



Pressemitteilung

## Gesundheitsreise für Frauen: Park Igls Medical Spa Resort bietet mit „Menopause-Fit“ ein neues Programm für Frauen

**Innsbruck-Igls, Österreich | Das Park Igls Medical Spa Resort bietet ein neues Gesundheitsreise-Angebot für Frauen an: „Menopause-Fit“ soll Frauen helfen, besser mit der oft sehr herausfordernden Lebensphase des Wechsels und den damit einhergehenden Beschwerden und Herausforderungen umzugehen. Neben medizinischen Untersuchungen, Labor-Diagnostik und wohltuenden Massagebehandlungen sind unter anderem auch Personal Trainings und Gesprächstherapie- bzw. Coaching-Einheiten Teil des Programms.**

Rund 70 bis 80 Prozent der Frauen in Europa leiden während der Wechseljahre an Beschwerden. „Etwa ein Drittel braucht tatsächlich medizinische Hilfe. Typisch und sehr weit verbreitet sind beispielweise Hitzewallungen und Schweißausbrüche, Müdigkeit und ein genereller Leistungsabfall sowie Nervosität, Gereiztheit und Schlafstörungen. Neben medizinischen Checks und umfassender Diagnostik soll die gesunde Auszeit helfen, Beschwerden zu lindern“, so Dr. Irene Brunhuber, Internistin und Mayr-Ärztin im Gesundheitszentrum Park Igls.

Das natürliche Ende des reproduktiven Lebensabschnitts der Frau bringt neben den körperlichen Veränderungen laut Dr. Brunhuber für sehr viele Frauen auch große emotionale Herausforderungen mit sich. „Unter anderem, weil eine völlig natürliche Sache vielerorts leider immer noch tabuisiert wird. Es geht für sehr viele Frauen in dieser Lebensphase daher auch um ein Annehmen, eine Akzeptanz des neuen Lebensabschnitts mit all seinen Begleiterscheinungen und Herausforderungen. Dafür geben wir betroffenen Frauen Hilfestellungen“, so Dr. Irene Brunhuber.

Neben medizinischen Untersuchungen sind u. a. Labor-Diagnostik, Massagebehandlungen, Shiatsu, Personal Trainings für den Beckenboden, Hormon-Yoga, Pilates und Krafttraining, Entspannungs- und Meditationsübungen, Gesprächstherapien bzw. Coachings oder ein Kräuterworkshop Inhalt des einwöchigen Programms.

Bei Bedarf können im Rahmen des Aufenthalts im Park Igls auch zusätzliche medizinische Leistungen wie Schlafdiagnostik, Knochendichte-Messung, gynäkologische Endokrinologie oder eine Hautanalyse mit Gesichtsbildung zugebucht werden.

Das international vielfach ausgezeichnete Park Igls Medical Spa Resort in Tirol, Österreich, zählt zu den renommiertesten privaten Gesundheitseinrichtungen Europas. Die Methode, mit der man hier seit knapp 30 Jahren Menschen aus aller Welt zu einem gesünderen Lebensstil führt, ist die Verbindung von universitärer Medizin, Diagnostik und Therapie mit Moderner Mayr-Medizin.

Kosten: 1 Woche € 2.463, zuzüglich Hotelzimmer und Kurmedikamente. „Menopause-Fit“ ist ganzjährig im Park Igls buchbar. [www.park-igls.at](http://www.park-igls.at) | [info@park-igls.at](mailto:info@park-igls.at)

– Ende –

Pressebild: Credit (C) Park Igls Medical Spa Resort, Veröffentlichung honorarfrei bei Angabe der Bildquelle  
Bildtext: Das renommierte Park Igls Medical Spa Resort in Innsbruck-Igls, Tirol, bietet mit einem neuen „Menopause-Fit“-Programm ein einwöchiges Gesundheitsprogramm für Frauen. Neben Medical-Checks sind u. a. Labor-Diagnostik, wohltuende Massagen, Personal Trainings sowie Gesprächstherapien bzw. Coachings Bestandteil des einwöchigen Gesundheitsprogramms.