

# Patientenbericht

## Mein Kuraufenthalt in Bad Gleichenberg

von Franz Puff

Bereits zum dritten Mal durfte ich heuer meinen Kuraufenthalt im Kurhaus Bad Gleichenberg verbringen. War ich die ersten beiden Male noch im Frühsommer, hatte ich diesmal meinen Termin von 22. Februar bis 22. März. Auch war ich wieder im Kurhotel Emmaquelle direkt gegenüber der Therme untergebracht, meine Mahlzeiten nahm ich im Kurhotel direkt ein. In der Früh, mittags und am Abend kann der Gast zwischen mehreren Menüs, eines davon immer vegetarisch, wählen. Zwei Suppen und ein reichhaltiges Salatbuffet laden zum Schlemmen ein. Selten hat „gesundes“ Essen so gut geschmeckt. Immer anwesend sind auch die Ernährungsberaterinnen des Hauses, die mit gutem Rat und interessanten Tipps aufwarten können.

Am Anreisetag bringt man seine kurärztlichen Untersuchungen hinter sich, der Kurplan mit den einzelnen Anwendungen wird erstellt und man lernt das Haus kennen und bekommt eine kleine Führung. Die Kuranstalt wurde im Mai 2008 neu eröffnet, die Architektur und Gestaltung fügen sich wunderbar in den alten Kurpark ein, in dem einst schon österreichische Kaiser und Adelige flaniert sind. Ich kann nur sagen, es gibt nicht viele schönere Dinge im Leben, als im Freibecken unter den Bäumen im Wasser zu entspannen.

Meine Empfehlung an jeden Kurgast ist, sich gleich am ersten Tag mit einer 4-Wochen-Karte für die Therme auszurüsten, denn diese jeden Tag vor der Haustüre zu haben, ist ein absolutes Plus. Der Indoor Pool lädt zum Entspannen ein – wer seine Längen ziehen will, kann dies dort ebenfalls tun, um sich danach im Whirlpool zu erholen. Das bereits erwähnte Freibecken zählt definitiv zu meinen Highlights, ich habe dort immer sehr entspannte Zeiten verbracht. An Tag zwei beginnen recht zügig die Therapien, für mich als Psoriatriker natürlich mit den Sole-Bädern und Bestrahlungen, aber auch Gelenks-Anwendungen wie Schlamm-Fango-Packungen, Strombäder, Massagen und Anwendungen für die Atemwege können gebucht werden. Die sportliche Betätigung im Fitnessraum, bei (Unterwasser)gymnastik, beim Nordic Walking in der wunderbaren Umgebung kommt natürlich auch nicht zu kurz.

Angeboten werden auch psychologische Vorträge, Entspannungsgruppen und damit Möglichkeiten, für sich einen Weg der Entspannung im Alltag zu finden. Besonders erwähnen sollte ich auch das Erlebnis Kältekammer, bei -110 Grad werden selbst die müdesten Geister wieder wach. Die Wirkung ist angenehm wohltuend, auch wenn das „erste Mal“ ungewohnt ist und dem einen oder anderen wohl auch ein bisschen Überwindung kostet. Ich kann jedoch die Kältekammer nur wärmstens empfehlen.

Generell habe ich immer das Gefühl gehabt, dass beim Erstellen des Kurplans auch immer auf genügend Freiraum im Terminplan geachtet wurde, ist doch gerade für uns Hautpatienten die Entspannung, das „Runterkommen“, wichtig. Somit hat man auch im Rahmen der gesetzlichen Bedingungen die Möglichkeit, die Umgebung von Bad Gleichenberg zu erkunden.

„

„In der Regel war ich knapp ein Jahr so gut wie beschwerdefrei ...“

schuppten ab und die Entzündungen gingen deutlich zurück. Ich denke, dass die Kombination aus den Anwendungen, der Entspannung und der tollen Betreuung durch das Team im Kurhaus dafür ausschlaggebend waren.

In der Regel war ich knapp ein Jahr so gut wie beschwerdefrei. Nicht nur für meine schönere, fast beschwerdefreie Haut, sondern auch für meinen Geist und mein generelles körperliches Wohlbefinden waren die bisherigen Kuraufenthalte Gold wert.

Ich kann abschließend nur sagen, dass ich jeden meiner drei Besuche im Kurhaus Bad Gleichenberg genossen habe, der kurzweilige Aufenthalt hat mir medizinisch und auch persönlich immer viel gebracht.

Ich freue mich auf mein nächstes Mal!! Euer Franz

## DAS KURHAUS Bad Gleichenberg

Nur 60 km von Graz entfernt, eingebettet in die sanfte Hügellandschaft der Südoststeiermark und inmitten des historischen Kurparks bietet DAS KURHAUS Bad Gleichenberg das perfekte Ambiente für Ruhesuchende und Menschen, denen ihre Gesundheit am Herzen liegt. Es vereint modernste medizinische Einrichtungen im Therapiezentrum, eindrucksvolle Architektur und die heilende Wirkung des Thermalwassers in der Therme der Ruhe.

### Neurodermitis und Schuppenflechte (Psoriasis) im KURHAUS Bad Gleichenberg

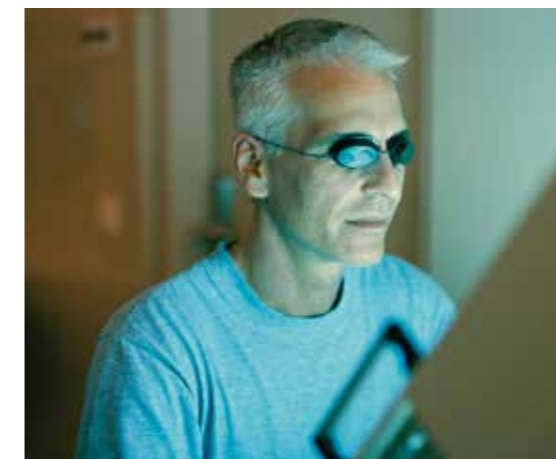
Die Haut ist das größte Organ des Menschen und hat vielfältige Aufgaben zu erfüllen. Sie bietet Schutz vor schädigenden Umwelteinflüssen und beinhaltet den Tastsinn sowie das Schmerz-, Wärme- und Kälteempfinden. Durch ihren direkten Kontakt mit der Außenwelt ist die Haut vielen schädigenden Einflüssen ausgesetzt. Neurodermitis und Schuppenflechte (Psoriasis) sind häufige Hauterkrankungen in unserer Bevölkerung.

Im KURHAUS Bad Gleichenberg wird seit mehr als 20 Jahren Sole-Photo-Therapie zur Behandlung von Hauterkrankungen angeboten. Dabei ist die Sole+UV-Therapie, die das Baden und die Sonnenbestrahlung am Toten Meer nachahmt, zur Behandlung von Psoriasis und Neurodermitis hervorragend wirksam.

Die Therapie erfolgt mit einem Bad in **Gleichenberger Sole**, die aus den **örtlichen Heilquellen** gewonnen wird, und einer nachfolgenden Bestrahlung mit UVB311nm sowie anschließendem Auftragen von pflegender, cortisonfreier Creme oder Salbe auf die Haut. Die Kombination aus Solebad und UV-Licht-Therapie bewirkt eine Ablösung der Hautschuppen und eine kontinuierliche Reduktion der entzündlichen Komponente.

Eine zusätzliche Behandlung in der **Ganzkörperkältekammer** unterstützt sowohl bei Psoriasis als auch bei Neurodermitis die Abheilung der Hautentzündung und kann den quälenden Juckreiz bei Neurodermitis, aber auch oft bei Psoriasis, deutlich lindern. Vor allem Psoriasis-Patienten mit Gelenksbeschwerden profitieren besonders von dieser Ganzkörper-Kryotherapie.

Die fachärztliche Begutachtung und Betreuung wird von Prof. Dr. Franz Legat, Facharzt für Dermatologie und Venerologie, durchgeführt.



#### Stationäre oder ambulante Hauttherapie

Die Hauttherapie kann sowohl ambulant als auch stationär in Form eines vierwöchigen Heilverfahrens absolviert werden. Stationäre Kuren für hauterkrankte Kinder mit Begleitperson werden in den Sommermonaten angeboten. Es bestehen Verträge mit allen wesentlichen Sozialversicherungsträgern, ebenso sind private Gesundheitswochen möglich.

Information und Buchung unter [www.daskurhaus.at](http://www.daskurhaus.at)

**DAS KURHAUS** | **BAD GLEICHENBERG**  
Gesundheit neu erleben