Pressetext für Tages- und Wochenzeitungen

Kurzform: 1888 Zeichen

**Umdenken und länger leben. Neuartige Studien stellen das aktuelle Gesundheitssystem infrage.**

*Aktuelle Studien der Paracelsus Medizinischen Universität Salzburg (PMU) belegen, dass es wesentlich günstiger ist, dafür zu sorgen, dass Menschen erst gar nicht erkranken. Die Kooperation „Lifetime Hotels“ nimmt die Kenntnisse der Forschung als Basis für neuartige Gesundheits-Urlaube, die das Leben nachweislich verlängern.*

Unser Gesundheitssystem ist momentan so aufgebaut, dass im Zentrum die Versorgung von bereits erkrankten Menschen steht. Ein Urlaub wird erst in Anspruch genommen, wenn Stress, falsche Ernährung und Umweltbelastungen bereits erhebliche Schäden verursacht haben. Dass ein Umdenken innerhalb des Systems dringend notwendig ist, zeigen die Ergebnisse einer aktuellen Studie der Paracelsus Medizinischen Universität (PMU) Salzburg. Anhand von 100 Testpersonen konnte nachgewiesen werden, dass die Kombination aus Bergwandern und naturbelassener Kost nachhaltig die Körperwerte verbessert. „Es geht darum, aktiv seinen Urlaub zu gestalten sowie gezielt die Gesundheit zu verbessern, sodass Krankheiten erst gar nicht entstehen können“, erklärt Sepp Schwaiger, Geschäftsführer des Hotel Eder. Gemeinsam mit sieben weiteren Hotelpartnern im Salzburger Pinzgau, den Lifetime Hotels, entwickelt er anhand der wissenschaftlichen Erkenntnisse neuartige Urlaubsmodelle, die langfristig die Körperwerte und die Fitness steigern. Wie die Teilnehmer in der Studie werden auch die Urlaubsgäste durch spezielle Aktivprogramme, eine gesunde, naturauthentische Küche und ein gesundheitsbezogenes Coaching begleitet, das auf die individuellen Bedürfnisse ausgerichtet ist und ein tiefgreifendes Umdenken anstrebt. Die Lifetime Hotels sind die ersten Anbieter im Tourismusbereich, die den Paradigmenwechsel „vorsorgen statt heilen“ gezielt vorantreiben und damit neue Maßstäbe setzen.