

Presseinformation

12. Juni 2018

**Zwei Drittel der Österreicher sind gesundheitlich beeinträchtigt:
Knapp 1.000 € geben Österreicher jährlich für eigene Gesundheit
aus!**

- 83 % der Österreicher nehmen Gesundheitsvorsorge sehr wichtig
- Ältere und kranke Menschen müssen tiefer in die Tasche greifen
- 88 % der Befragten sind überzeugt, dass es zu Einschränkungen in der medizinischen Versorgung kommen wird
- Prävention und individuelle Therapien gefordert



Rückfragehinweise für die Medien:

Mag. Daniela Strasser, REICHLUNDPARTNER-PR

Mail: daniela.strasser@reichlundpartner.at

Mobil: +43 664/82 84 083

Alle Unterlagen und Bilder auch auf:

<http://pressecenter.reichlundpartner.com/>

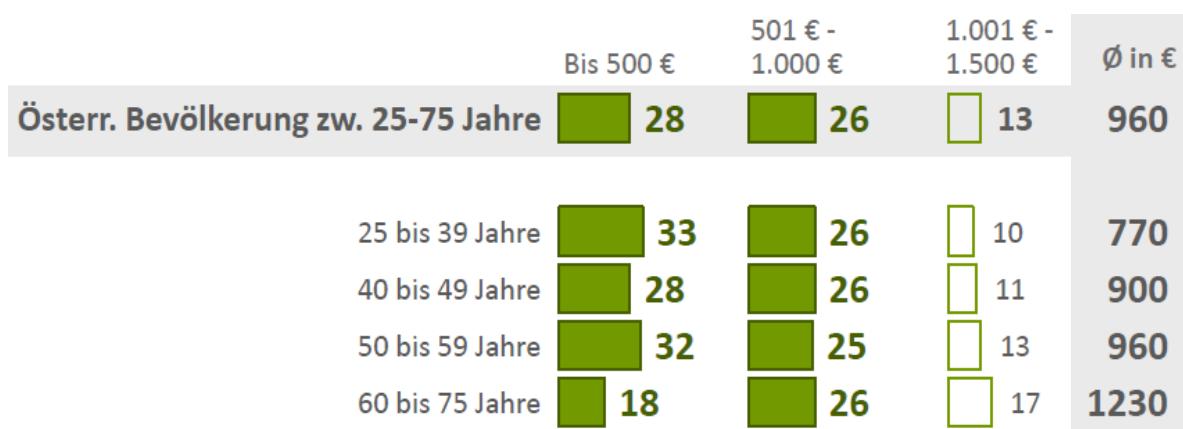
Gesundheit: Das generationsübergreifende Thema der Zukunft

83 % der Österreicher setzen sich mit dem Thema Gesundheitsvorsorge und der damit verbundenen Aufrechterhaltung der eigenen Gesundheit auseinander. Dies ergab eine aktuelle, repräsentative Umfrage zum Thema „**Wert der Gesundheit in Österreich**“, durchgeführt vom **market Institut**.¹ Jung und Alt beschäftigt sich mit dem körperlichen Wohlbefinden, denn: „*70 % der Bevölkerung fühlen sich nicht völlig gesund*“, fasst Prof. Dr. Werner Beutelmeyer, Geschäftsführer des market Instituts die Frage nach dem Befinden der Österreicher von 25 bis 75 Jahren zusammen. „*Dabei führen die notorischen Volkskrankheiten, resultierend aus zu wenig Bewegung und ungesunder Ernährung, die Statistik an: Rückenleiden, Probleme mit dem Bewegungsapparat und Übergewicht*“, so Beutelmeyer weiter.

Investitionen in eine gesunde Zukunft kommen oft spät

Durchschnittlich 960 € investiert der Österreicher jährlich in seine Gesundheit. Bei differenzierter Betrachtung zeigt sich, dass ein Drittel der jüngeren Menschen zwischen 25 bis 39 Jahren maximal 500 € ausgibt. Die 60 bis 75-Jährigen hingegen müssen weit tiefer in die Tasche greifen. 1.230 € zahlen die Befragten dieser Altersgruppe im Schnitt für Gesundheitsmaßnahmen.

Österreichischer Jahresdurchschnitt der privaten Ausgaben für die eigene Gesundheit



¹ Market Institut Online Interviews unter n=812 Personen repräsentativ für Österreich zwischen 25 und 75 Jahren. Umfragezeitraum 19.12. bis 27.12.2017.

Presseinformation

12.06.2018

„Das sind – wenn man an ein durchschnittliches Einkommen oder vor allem auch eine durchschnittliche Pension denkt, doch sehr hohe Werte. Wer schon in jungen Jahren etwas für seine Gesundheit tut, sich ausreichend bewegt und Sport treibt, hat im Alter gute Chancen auf einen besser erhaltenen Bewegungsapparat“, erklärt Dr. Günther Beck, Geschäftsführer des von seinem Vater gegründeten Rehazentrums Revital Asbach. Er versteht sich in seiner Arbeit im Kur- und Therapiezentrum eher als Botschafter der Gesunderhaltung denn als „Reparaturmediziner“.

Gesunde investieren in bewusste Ernährung und Sport

Doch worin konkret investieren die Österreicher, wenn es um ihre Gesundheit geht? Die market-Studie zeigt deutlich, dass sich die Ausgaben von gesunden und kranken Menschen unterscheiden: Während knapp 70 % der gesunden oder nur leicht beeinträchtigten Österreicher ihr Gesundheits-Budget für bewusste Ernährung verwenden, verschlingen bei Nicht-Gesunden Medikamente den größten Teil. Für Sport und gesunde Nahrungsmittel werden weit geringere Mittel aufgewendet. Nur 5 % derer, die sich „völlig gesund“ fühlen, geben viel Geld in der Apotheke aus.

Ausgaben der Österreicher für die persönliche Gesundheit



Der Medikamentenverbrauch hat allerdings nicht unbedingt etwas mit steigendem Alter zu tun. Zwar kaufen 17 % der über 50-Jährigen viele Medikamente (Durchschnitt: 13 %), von den Befragten zwischen 60 und 75 Jahren wiederum nur 14 %. Auch wenn sich die Prioritäten mit dem Alter nicht grundsätzlich ändern, fallen doch einige Unterschiede auf.

Presseinformation

12.06.2018

Die meisten Sportmuffel finden sich unter den 40 bis 49-Jährigen: Nur 12 % ist der Sport viel Geld wert. „*Bei den Menschen, die mitten im Beruf stehen, Familie haben und dazu noch einen vollgepackten Freizeitplan, fehlt oft einfach die Zeit, etwas für den Körper zu tun*“, weiß Dr. Beck aus vielen Gesprächen mit Patienten und Rehagästen.

Dafür zahlt die Altersgruppe der 40er am meisten für den Arzt (25 %), im Gegensatz zu jungen (16 %) und älteren Menschen zwischen 50 und 59 Jahren (18 %). Im höheren Alter steigt dieser Wert wieder an (22 %).

Männer und Frauen setzen unterschiedliche Schwerpunkte

Bei der Frage, wofür die Österreicher ihr Geld ausgeben, ergibt sich ein differenziertes Bild der Prioritäten. Bewusste Ernährung ist der von den Befragten am häufigsten genannte Posten (29 %). Es folgen die Bereiche Sport gleichauf mit Ausgaben für Privat- oder Wahlärzte (jeweils 20 % geben viel aus). Geschlechterspezifisch werden die Ausgaben für die persönliche Gesundheit aber ungleich verteilt: „*Frauen investieren in bewusste Ernährung, Männer denken bei dem Thema eher an den Sport*“, bringt es Prof. Werner Beutelmeyer den wenig überraschenden „kleinen Unterschied“ auf den Punkt. 37 % der Frauen, lassen sich gesunde Nahrungsmittel etwas mehr kosten. Männer legen hier nur zu 21 % den Fokus. Auch für Privat- oder Wahlärzte wenden Frauen mehr Mittel auf (25 %), während Männer nur zu 15 % bereit sind aus eigener Tasche zu zahlen. Beim Thema Sport liegt der Fall umgekehrt: In Material, Sportkleidung, Verein und Studios fließt bei 24 % der Männer und nur 16 % der Frauen viel Geld.

Ängste und Sorgen der Österreicher:

89 % haben große Angst vor Immobilität und Unselbstständigkeit im Alter

Ihre gesundheitliche Zukunft sehen viele Österreicher nicht sehr rosig: Über alle Altersgruppen hinweg bereiten gesundheitliche Probleme im Alter das größte Kopfzerbrechen. Eine schwere Erkrankung, Unselbstständigkeit oder gar Pflegefall (jeweils 89 %) sind die größten Ängste der Österreicher. Auch der Gedanke an Demenz zu erkanken (84 %) oder an eine Zwei-Klassen-Medizin (83 %) beschäftigt die Österreicher. „*In der Jugend und im Erwachsenenalter denkt man viel zu selten an den Gesundheitszustand im Alter. Dabei kann man durch regelmäßige Bewegung und gezielte Therapien und Untersuchungen dem Großteil der Probleme im Alter Einhalt gebieten*“, informiert Dr. Beck.

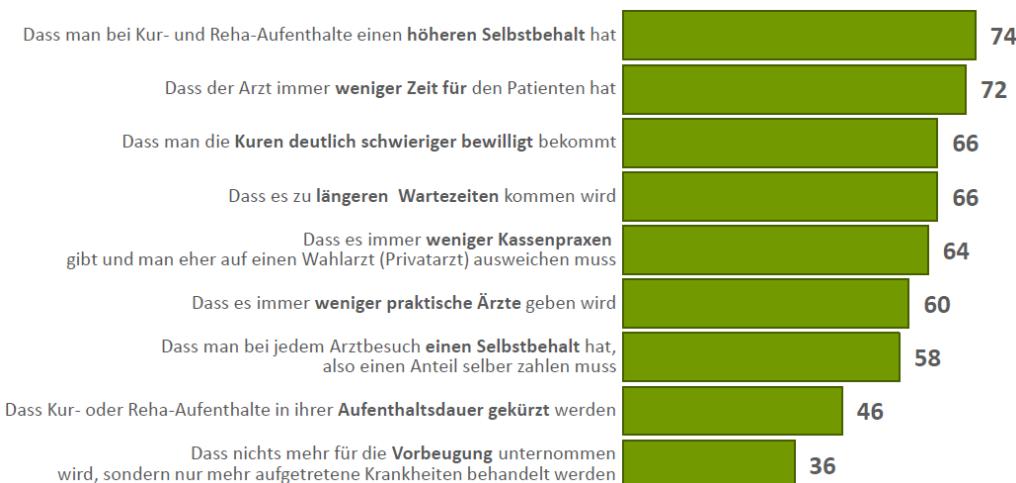
Presseinformation

12.06.2018

Junge fürchten Einschränkungen in der staatlichen Gesundheitsvorsorge

Was die Entwicklung der österreichischen Gesundheitsvorsorge betrifft, sind 88 % der Befragten überzeugt, dass es zu Einschränkungen kommen wird. Vor allem in der Altersgruppe der 25-49-Jährigen sind die Befürchtungen am größten. Konkret denken die Österreicher hier an einen höheren Selbstbehalt bei Kur- und Reha-Aufenthalten (74 %), dass der Arzt weniger Zeit für Patienten hat (72 %), dass Kuren schwieriger bewilligt werden und es zu längeren Wartezeiten kommen wird (66 %).

Befürchtete Einschränkungen in der Gesundheitsvorsorge



60 % der Österreicher wären stark bzw. sehr stark durch diese Einschränkungen im staatlichen Gesundheitswesen betroffen. Der Unterschied zwischen den Geschlechtern zeigt, dass dies mehr Frauen (64 %) als Männer (54 %) treffen würde. „*Vor allem Personen mit niedrigerem Einkommen, die nicht gesund sind, werden Hauptbetroffene von zukünftigen Einschränkungen im Gesundheitssystem sein*“, erklärt Dr. Beutelmeyer.

Presseinformation

12.06.2018

Entwicklungsmöglichkeiten für das österreichische Gesundheitssystem

Mehr Investition in Prävention, mehr naturheilmedizinische Ansätze

Befragt nach Verbesserungsmöglichkeiten für das bestehende Gesundheitssystem geben 92 % der Österreicher an, dass eine Ernährungs- und Bewegungsschule von klein auf sehr wichtig bzw. wichtig wäre. „*Das Bewusstsein für gesundes Essen und regelmäßige Bewegung muss bereits im Kindesalter aufgebaut werden. Das sind die besten Voraussetzungen für einen aktiven Lebensstil*“, ergänzt Dr. Günther Beck. Mehr als drei Viertel der Befragten sind der Meinung, dass mehr in die Prävention investiert werden sollte, um das Gesundheitssystem nachhaltig abzusichern. 69 % erachten neben der Schulmedizin auch Naturheilverfahren als wichtig, diese sollten für 65 % auch über die Sozialversicherung verrechenbar sein. Das kann Dr. Beck bestätigen: „*Je mehr in Prävention investiert wird, desto weniger Ausgaben fallen im Alter für Therapien an. Auch die ganzheitliche Behandlung gewinnt immer mehr an Bedeutung.*“



Presseinformation

12.06.2018

Kuren und Rehas – Auszeiten für mehr Lebensqualität

Eine Kur oder einen Aufenthalt in einer Reha-Klinik haben 35 % der Österreicher schon einmal gemacht. Die Gruppe der 50+ ist darin hauptsächlich vertreten. Lediglich 9 % der Menschen zwischen 25 und 39 Jahren und 25 % der „Vierziger“ haben ein Therapiezentrum bisher in Anspruch genommen. Die Mehrheit der Kurgäste oder Rehabilitationspatienten bezeichnet ihren persönlichen Zustand als „nicht gesund“ (62 %) oder als „dauerbeeinträchtigt, energielos“ (49 %). Allerdings fahren gelegentlich auch „Gesunde“ zur Kur (14 %).

Prof. Beutelmeyer: „*Gerade die Frage nach Assoziationen zum Thema ‚Kur-Aufenthalt‘ zeigt uns, dass viele eine Kur als wirkungsvolle Auszeit mit Therapien, gesunder Ernährung und Rehabilitation betrachten.*“

Auslöser für die Entscheidung zum **Rehaaufenthalt** waren bei den meisten Befragten Rückenleiden wie z.B. **Bandscheibenvorfall, Probleme mit dem Bewegungsapparat und chronische Krankheiten (34 %)**. Erholungsbedürftigkeit liegt an zweiter Stelle (23 %). Die drittstärkste Gruppe nannte Stress mit Symptomen wie Depression, Burn-Out oder Überlastung als Grund für den Besuch einer Kurklinik (11 %). Gerade die Altersgruppe der 25 bis 49-Jährigen, also diejenigen, die im Berufsleben und in der Gestaltung der Karriere stecken, verbinden den positiv besetzten Begriff Auszeit mit einer Kur (30 %). Entspannung Erholung, Zeit für sich selbst und Kraft tanken assoziieren 24 % der Befragten Österreicher mit der Kur. Ein Drittel der Bevölkerung hat bereits einen Gesundheitsaufenthalt in einem Kur- oder Wellnesshotel gemacht, 20 % denken darüber nach.

Der Bedarf der Österreicher vor allem auch nach „aktiver“ Erholung ist hoch. Die Hauptausrichtung der Aufenthalte lag zu 46 % bei Bewegung, zu 38 % beim Schwerpunkt Entspannung. Dies deckt sich mit den Beweggründen der Patienten. Die meisten fuhren wegen der „Bewegung“ zur Kur/Reha (79 %), 74 % suchten Entspannung und 70 % kamen wegen der Anwendungen wie Massagen, Wickel und Bäder.

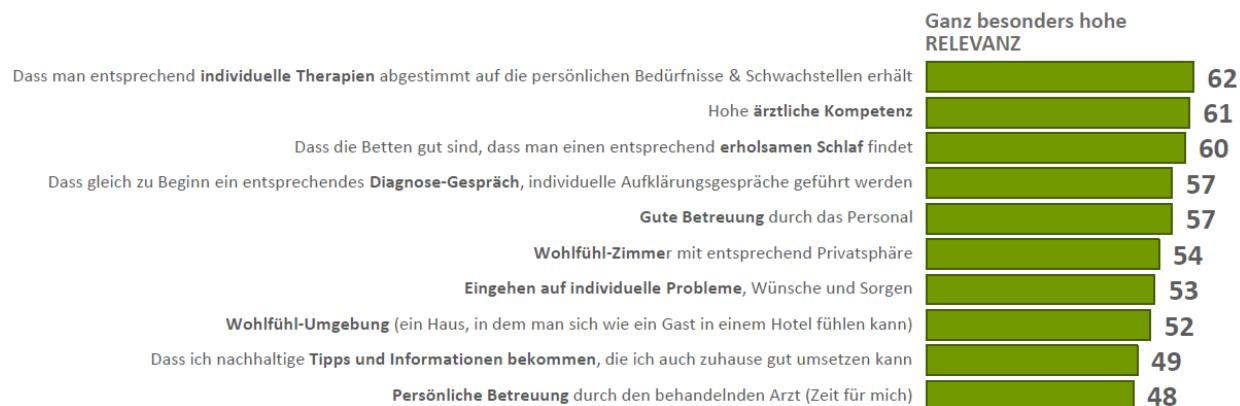
Presseinformation

12.06.2018

Österreicher sind kenntnisreiche Kurgäste: Persönliche Betreuung ist großes Bedürfnis

Die Umfrage des market Instituts zeigt, was Kurwillige von einem Gesundheitszentrum erwarten und spiegelt damit wider, was im Alltag häufig zu kurz kommt: Individuelle Betreuung, Wohlfühlen, ausreichend Schlaf und Zeit.

Erwartungen an ein Gesundheitszentrum oder Kurhotel



62 % aller Befragten gaben an, dass die **auf persönliche Bedürfnisse und Schwachstellen abgestimmten Behandlungen** am wichtigsten seien. Selbstverständlich wiegt die hohe **ärztliche Kompetenz** fast ebenso schwer (61 %). „*In unserem Gesundheitszentrum steht den Patienten ein hochqualifiziertes Team aus Fachärzten, Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Masseuren, Ernährungsberatern und Psychologen für eine ganzheitliche Betreuung zur Verfügung*“, beschreibt Dr. Beck das Konzept bei Revital Aspach. „*Wir erstellen individuelle Therapiepläne und bieten ergänzend zur Schulmedizin auch alternative Behandlungsmethoden an, mit denen wir sehr gute Erfolge erzielen.*“ An dritter Stelle der Erwartungen nannten die befragten Österreicher erholsamen Schlaf. Für 57 % ist ein individuelles Diagnose-Gespräch zu Beginn der Kur wichtig, und Gute Betreuung wurde von ebenso vielen Personen erwartet. Die Befragung zeigt, dass Kurgäste oder Interessierte heutzutage genau wissen was für die Erholung oder den Therapieerfolg nötig ist. Die Erwartungshaltung steigt mit dem Alter der befragten Menschen und geht einher mit den stärkeren Beeinträchtigungen. „*Der Auftrag an ein Gesundheitszentrum ist damit klar: Neben der medizinischen und therapeutischen Versorgung steht beim Patienten und Kurgast die individuelle Beratung und Betreuung an oberster Stelle*“, so Dr. Beutelmeyer abschließend.

Presseinformation

12.06.2018

Ganzheitlicher Ansatz und individuelle Therapien im Revital Aspach

Genau jene Faktoren, die die Österreicher in der Gesundheits-Umfrage als essentiell ansahen, setzten die Gesundheitsexperten des Revital Aspach aktuell schon um. Die Kombination von innovativer, individueller Medizin mit Bewegungs- und Wohlfühlprogrammen, sowie der ganzheitliche Ansatz unterscheidet das Innviertler Gesundheitszentrum wesentlich von anderen Anbietern.



„Wir verstehen uns eigentlich nicht als ‚Reha‘, sondern vielmehr als Zentrum für modernes Gesundheitsmanagement“, erläutert Dr. Günther Beck, Sohn des Gründers, die Philosophie und den Leitgedanken des Unternehmens.

„Wir wollen den Menschen als Ganzes erfassen um Hilfestellungen bieten zu können und proaktiv an seiner Gesundheit zu arbeiten.“ Körper, Seele und Geist bilden eine Einheit, was von den Gesundheitsexperten, wie Ärzten, Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Masseuren, Ernährungsberater und Psychologen in allen Diagnosen und daraus folgenden Therapien berücksichtigt wird. Jeder Patient erhält einen individuellen Behandlungsplan, gemäß dem Grundsatz „Gesundheit schaffen und erhalten“.

So muss beispielsweise die Altersstruktur und damit verbunden die Leistungskapazität der Patienten berücksichtigt werden: *„Ich kann einem älteren Menschen nicht das gleiche, standardisierte Therapieprogramm auferlegen, wie einem 45-Jährigen. Wir analysieren die Belastbarkeit und Beweglichkeit jedes einzelnen Patienten und stimmen die Behandlung genau auf ihn ab.“ Dies gilt für die Reha- und Kuraufenthalte, genauso wie für die ambulante Behandlung. Für ideale Therapieansätze bedient sich das Ärzteteam neben der klassischen Medizin auch naturheilmedizinischen Diagnoseverfahren.*

Für Kinder und Jugendliche bietet die Klinik speziell auf deren Bedürfnisse abgestimmte Coachings. Darin werden Probleme am Bewegungsapparat oder Entwicklungsstörungen bereits frühzeitig erkannt und behoben. Das Angebot reicht von Heilgymnastik, Ergotherapie, Skoliosetherapie, Ernährungsberatung bis hin zum Babyschwimmen.

Presseinformation

12.06.2018

Von der Reparatur- zur Gesundheitsmedizin

Am Anfang jeder Diagnose im Revital Aspach steht das Zuhören. Die Überzeugung und Maxime, jedem Gast mit Wertschätzung, Geduld und Aufmerksamkeit zu begegnen, gibt Dr. Beck an sein Team weiter. „*Wenn es um die Gesundheit unserer Gäste geht, machen*



wir keinerlei Unterschiede. Uns ist daran gelegen, ihnen eine nachhaltige Behandlung zu ermöglichen – wir sprechen auch immer von Gästen, nicht von Patienten, auch wenn uns diese von der SVA zugewiesen werden.“

Ziel des Revital Aspach ist es zudem, im Sinne eines präventiven Gesundheitsmanagements mit innovativen Konzepten ambulante Therapien anzubieten. Als einer der Eckpfeiler der Innviertel Klinik gilt, Gesundheitsmedizin statt reiner „Reparaturmedizin“ zu leisten. „*Es ist erstaunlich wir krank wir eigentlich alt werden, und das trotz des medizinischen Know Hows*“, zeigt sich Dr. Beck besorgt. Genau hier muss man auch ansetzen, einerseits gesundheitspolitisch, andererseits in der konkreten Umsetzung.

Die Prävention muss endlich als mindestens so wertvoll wie eine Behandlung angesehen werden, wenn nicht sogar als noch essentieller, und: „*Eine gute Reha ist mindestens so wichtig, wie eine gute Operation. Ohne entsprechende Nachsorge kann ein erfolgreich wiederherstelltes Knie ganz bald wieder schwach werden*“, so der Dr. Beck.

Presseinformation

12.06.2018

Modernes Management – kollegiale Atmosphäre

Als Gemeinendarzt wollte Dr. Beck sen. gerne auch Sportlern weiterhelfen, so die Anfänge des Revital Asbach in den 90iger Jahren. „*In meiner Brust haben immer schon zwei Herzen geschlagen, einerseits die Allgemeinmedizin am Land, andererseits die Sportmedizin*“, erzählt Dr. Beck sen. 1991 wagte das Ehepaar Beck den Schritt und eröffnete das Haus Reha Sport in der ehemaligen Pension Elisabeth in Asbach. „*Damals haben wir schon erkannt, dass der Mensch viel zu viel arbeitet und Erholungspausen braucht*“, erklärt Dr. Gerhard Beck. Ab dann begann die einzigartige Erfolgsgeschichte des Revital Asbach, bei der immer die Qualität an vorderster Front steht. Als „primus inter pares“ versteht sich Gründer Dr. med. Gerhard Beck und setzt bei der Führung gemeinsam mit seinem Sohn Dr. Günther Beck seines 170- köpfigen Teams auf Kollegialität. Mit dem enormen Erfahrungsschatz



aus vier Mediziner-Generationen schafft es das Familienunternehmen das Gesundheitsszentrum ebenso professionell wie familiär zu leiten. „*Wir sind ein eingespieltes Familienunternehmen, das birgt unschätzbare Vorteile*“, beschreibt Günther Beck das Management bei Revital Asbach. „*Wir haben kürzeste Entscheidungswege und unsere Maßnahmen werden von allen Verantwortlichen mitgetragen. Die Qualität unserer Arbeit liegt schon darin begründet, dass das gesamte Unternehmen Teil unserer Familie ist.*“ Neben den Mitarbeitern spüren besonders die Gäste die Kompetenz von der Führungsetage bis zum Pfleger. Individuelle Bedürfnisse oder Planänderungen sind in der Klinik stets möglich und kommen dem Einzelnen auf seinem Weg zur Gesundheit zugute. Der reiche Erfahrungsschatz macht das oberösterreichische Unternehmen im Gesundheitssektor einzigartig. Günther Beck: „*Wir wollen zu einem der führenden Gesundheitszentren im Bereich der orthopädischen Rehabilitation, sowohl stationär als auch ambulant, in Österreich als auch international werden und die Marke Revital Asbach als unverwechselbar und wieder erkennbar positionieren.*“

aus vier Mediziner-Generationen schafft es das Familienunternehmen das Gesundheitsszentrum ebenso professionell wie familiär zu leiten. „*Wir sind ein eingespieltes Familienunternehmen, das birgt unschätzbare Vorteile*“, beschreibt Günther Beck das Management bei Revital Asbach. „*Wir haben kürzeste Entscheidungswege und unsere Maßnahmen werden von allen Verantwortlichen mitgetragen. Die Qualität unserer Arbeit liegt schon darin begründet, dass das gesamte Unternehmen Teil unserer Familie ist.*“ Neben den Mitarbeitern spüren besonders die Gäste die Kompetenz von der Führungsetage bis zum Pfleger. Individuelle Bedürfnisse oder Planänderungen sind in der Klinik stets möglich und kommen dem Einzelnen auf seinem Weg zur Gesundheit zugute. Der reiche Erfahrungsschatz macht das oberösterreichische Unternehmen im Gesundheitssektor einzigartig. Günther Beck: „*Wir wollen zu einem der führenden Gesundheitszentren im Bereich der orthopädischen Rehabilitation, sowohl stationär als auch ambulant, in Österreich als auch international werden und die Marke Revital Asbach als unverwechselbar und wieder erkennbar positionieren.*“

Presseinformation

12.06.2018

Individuelle Behandlungsansätze als Schlüssel zum Erfolg

Die Realität im Klinikbetrieb stellt das Management vor einige Herausforderungen: einerseits dem immer steigenden Anspruch der Gäste an Komfort, Kulinarik und Service zu erfüllen, andererseits Therapieprogramme für diejenigen zu entwickeln, die sich einen dreiwöchigen Aufenthalt einfach nicht leisten können. Mit alternativen Angeboten will Revital Aspach hier Lücken schließen und schnürt individuelle Pakete, so dass jeder die Chance auf einen nachhaltig erfolgreichen Heilungsprozess hat. Als Vorreiter hat man es jedoch nicht immer leicht: „*Mit unseren Ansätzen in Sachen Gesundheitspolitik sehe ich mich da als eine Art ‚Mohikaner‘ im Innviertel*“, schmunzelt Günther Beck, allerdings mit ernstem Hintergrund. Beck sieht hier klar die Politik gefordert, das Gesundheitswesen flexibler zu gestalten. In Österreich, wie übrigens auch in Deutschland, besitzt die Prävention wie Rehabilitation seiner Meinung nach noch nicht den wünschenswerten Stellenwert. „*In Österreich haben wir zwar verglichen mit Südeuropa ein recht gut funktionierendes System, das aber auch wesentlich flexibler und individueller werden muss, um allen gerecht zu werden. Das bedeutet nicht, dass es auch wesentlich mehr kosten muss. Individualität ist hier das Schlagwort!*“

Handlungsbedarf für mehr Gesundheit: Täglich eine halbe Stunde Bewegung

Der momentane Lifestyle der Österreicher birgt Gefahren, dies zeigt die Erfahrung aus der Praxis dem Mediziner und ehemaligen Weltklasse Biathleten Günther Beck: „*Wir laufen gesamt gesellschaftlich gesehen auf ein riesen Problem zu. Die Jungen werden immer kränker, das wird noch in einem großen sozialpolitischen Desaster enden*“, prognostiziert Beck besorgt. „*Wir werden zwar alt, aber nicht unbedingt auf gesunde Weise.*“

Er fordert Selbstverantwortung, denn für die Gesundheit und Kraft bis ins hohe Alter kann jeder etwas tun. Konkrete Tipps liefert der ehemalige Spitzensportler ohne zu zögern:

„*Wenn wir uns bewegen, ist dies immer sinnvoll. Bewegung ist das A und O für unsere Gesundheit, am besten täglich 30 Minuten in der freien Natur. Dreimal in der Woche darf es auch gerne eine Stunde sein*“, empfiehlt der Fachmann für Gesundheit. Als die fünf gesündesten Sportarten für den Körper nennt er Langlaufen, Rudern, Radfahren, Schwimmen, Tourenski gehen und Walken oder Laufen. „*Und – je älter ich werde, umso mehr muss ich dafür tun, meine Kraft zu erhalten!*“

Presseinformation

12.06.2018

Hinzu kommen die Faktoren Gewicht und Ernährung. Zu viel, zu fett, zu einseitig – ein Rückbesinnen auf eine gesunde Ernährung ist nötig, um den vielen Zivilisationskrankheiten Einhalt zu gebieten. Durch Fastenkuren kann man den Körper wieder dazu erziehen, auf Reserven zurückzugreifen. Viele Gelenkerkrankungen beispielsweise haben mehrere Ursachen und können häufig auf einen gestörten Basen-Haushalt zurückzuführen sein. Auch hier kann eine Änderung der Lebensweise unter fachkundiger Anleitung dauerhaft Abhilfe schaffen.

Factbox Revital Aspach

- Gründung: 1991 von Dr. Gerhard Beck als sportmedizinische Praxis
- 2004: Erweiterung auf Zentrum für modernes Gesundheitsmanagement
- 2006-2010: Zubau Seminarzentrum, Aufstockung Kapazitäten
- 2012: Bau der Villa Vitalis
- 175 Mitarbeiter
- Durchschnittlich 3.000 Gäste mit 60.000 Übernachtungen jährlich.

Schwerpunkte:

- Orthopädische Rehabilitation und Sportmedizin
- Rehabilitation, Prävention, Regeneration
- Ambulante Therapien rund um den Stütz- und Bewegungsapparat