

EXPERTENTIPP:

ANDREAS VOITLE  
GF Curves Graz - Fitness für Frauen

### FIT FÜR EINEN GUTEN ZWECK



»Den ganzen Monat März nimmt Curves Graz an der 14. weltweiten Curves Lebensmittelspenden-Aktion teil, um Hilfsorganisationen vor Ort zu unterstützen. Diese einzigartige Aktion ermöglicht Frauen für eine Einkaufstasche voll gesunder, haltbarer Lebensmittel Curves gratis beizutreten, etwas für ihre Gesundheit zu tun, und gleichzeitig bedürftige Menschen in Graz zu unterstützen.



Curves „Kalorien verbrennen & verschenken“ war schon letztes Jahr ein großartiger Erfolg. Es wurden über 3.000 Kilo Lebensmittel von Curves

Kundinnen gespendet und den Grazer Hilfseinrichtungen der Caritas übergeben. Curves bietet ein einzigartiges, speziell für Frauen entwickeltes Fitness- und Gewichtsprogramm in nur 30 Minuten, das effizient ist und viel Spaß macht. Mit über 10.000 Studios in 85 Ländern ist Curves das erfolgreichste Fitness-Franchiseunternehmen der Welt. Infos unter Tel.: 0 316/20 70 00 << [www.curves-graz.at](http://www.curves-graz.at), [facebook.curves-graz.at](https://facebook.com/curves-graz.at)

### MEINE MEDIZIN RISIKO SCHLAGANFALL

GÜNTER NEBEL  
Inhaber und GF der SANLAS Holding



Der Schlaganfall ist trotz verbesserter Vorsorge und Akutbehandlung die dritthäufigste Todesursache in den industrialisierten Ländern und die häufigste Ursache für Behinderung im Alter. Der Verschluss eines, das Gehirn versorgenden Gefäßes mit einem Thrombus oder Embolus ist zu 80 % der Hauptgrund für einen Schlaganfall. In etwa 18 % der Fälle führt ein im Gehirn geplatzt Gefäß zum sogenannten blutigen Schlaganfall. Ein Thrombus entsteht meist in einem durch die Arteriosklerose oder „Verkalkung“ vorgeschädigten Gefäß. Ein Embolus ist ein mit dem Blut mitgeschwemmtes Gerinnsel, das häufig im Herzen bei Vorhofflimmern oder Herzklappenfehlern entstanden ist. Der größte Risikofaktor ist die Arteriosklerose, die durch Bluthochdruck, Zuckerkrankheit, erhöhte Blutfette, das Rauchen, übermäßigen Alkoholkonsum, Übergewicht und Bewegungsmangel gefördert wird. Nach einem erlittenen Insult sind meist umfangreiche rehabilitative Maßnahmen erforderlich, die in spezialisierten Rehabilitationskliniken durch Neurologen und Therapeuten verschiedenster Fachrichtungen, unterstützt durch modernste Robotertechnologie, durchgeführt werden. In Österreich werden die Kosten dafür von den Pensions- und Sozialversicherungen übernommen. [www.sanlas.at](http://www.sanlas.at)

# HANSA

PRIVATKLINIKUM GRAZ

## HANSA MIT HERZ

Rechtzeitige Prävention ist das Um und Auf **persönlichen Wohlbefindens** und einer lange währenden Gesundheit. Dabei macht es keinen Unterschied, ob es um die **Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit** zur Vorsorge geht oder ob **gesundheitliche Beeinträchtigungen** vorliegen. Wesentlich für eine Verbesserung des Wohlbefindens ist die richtige und individuelle Begleitung durch **Experten**.

Das Privatklinikum Hansa hat mit seinem ärztlichen Leiter **Doz. DDR. Manfred Wonisch** einen international gefragten Spezialisten für **Kardiologie, Sportmedizin und Leistungsdiagnostik** im Haus. Die Kooperation mit dem **Sport- und Bewegungswissenschaftler Mag. Manuel Golda** rundet das Angebot ab. Dieses umfasst **professionelle Trainingsbetreuung** vom Patienten bis zum Spitzensportler sowie die Erarbeitung **individueller Trainingspläne**. Zusätzlich befindet sich im Haus das **Kompetenzzentrum Schlafmedizin**, in dem **nächtliche Atmungs- und Schlafstörungen**, die ein bedeutsamer Risikofaktor für das Herz-Kreislaufsystem sind, behandelt werden.

Hansa Privatklinikum  
Graz GmbH  
Körblergasse 42  
A-8010 Graz

T. +43 (0)316 3600-0  
F. +43 (0)316 3600-40  
E. [aufnahme@privatklinikum-hansa.at](mailto:aufnahme@privatklinikum-hansa.at)  
[www.privatklinikum-hansa.at](http://www.privatklinikum-hansa.at)

