

# BLEIB BERG

F.X. Mayr Retreat

## Pollensaison und heiße Temperaturen machen Probleme? Durchatmen und abkühlen im Heilklimastollen Friedrich

**Die Temperaturen steigen, Blumen und Bäume beginnen zu blhen und Pollen fliegen durch die Luft. Sehen viele Menschen dem Beginn der warmen Jahreszeiten positiv entgegen, sehnen sich AllergikerInnen bereits nach der Zeit danach. Denn Frhling und Sommer bedeuten auch immer Pollensaison. Für Betroffene ist das eine Zeit gezeichnet von laufender Nase und tränenden Augen. Um diese Symptome zu lindern, gibt es viele Möglichkeiten: von A wie Antihistaminikum bis Z wie Zwiebelextrakt. Oft unterschätzt wird dabei die Stollentherapie. Heilklimastollen, wie „Friedrich“ in Bad Bleiberg, bieten einen ganzjährigen Ruheort zum Durchatmen und sind für alle AllergikerInnen ein absoluter Geheimtipp – Abkühlung bei heißen Temperaturen inklusive.**

Pollenallergien, worunter auch Heuschnupfen fllt, sind weitverbreitet und haben volksgesundheitlich große Auswirkungen, da sie oftmals auch andere Allergien mit sich ziehen können. Pollen, auch bekannt unter Blütenstaub, befindet sich neben Gräsern und Getreide auch in Bäumen, Blumen und Kräutern. Je nachdem, welche Pflanzen für die auftretenden Symptome verantwortlich sind, können sich die Beschwerden bei AllergikerInnen von Februar bis Oktober ziehen. Der Großteil der Betroffenen reagiert jedoch in der wortwörtlichen Blütezeit des Jahres: dem Frhling.

### **Tief durchatmen im Friedrich**

Medikamentöse Therapien, Hyposensibilisierung oder das Meiden der Natur sind weit verbreitete Methoden, um gegen die Symptome einer Pollenallergie vorzugehen. Ein wahrer Geheimtipp zur Bekämpfung der allergischen Reaktionen befindet sich im krntnerischen Bad Bleiberg. Die reine Luft inmitten des Heilklimastollens erleichtert die Atmung, wirkt antiallergisch, entzündungshemmend und schleimlösend. Dadurch können sich AllergikerInnen von Belastungen wie Staub und Pollen erholen und ihr Immunsystem stärken.

Gleichzeitig bietet der Heilklimastollen für PatientInnen des BLEIB BERG F.X. Mayr Retreats eine frische Abkühlung in den Sommermonaten. Bei konstanten 8°C und 99% Luftfeuchtigkeit geht es gemeinsam mit einer therapeutischen Begleitung in das Berginnere, wo Liegen, Wrmeflaschen und Daunenschlafscke warten. Eine „Einfahrt“, wie ein Therapieaufenthalt im Stollen auch genannt wird, dauert eine Stunde und hilft durch seine staub- und allergenfreie Umgebung beim Atmen und der Bekämpfung weiterer Symptome.

„Das staatlich anerkannte Heilvorkommen im Heilklimastollen Friedrich kann bei Heuschnupfen und weiteren chronischen oder chronisch wiederkehrenden Erkrankungen helfen. Dazu zählen Asthma, chronische Bronchitis sowie COPD“, so Prim. Dr. Michael Muntean, ärztlicher Leiter der Lungen Rehabilitation der Humanomed-Gruppe. „Heilklimastollen, wie in Bad Bleiberg, bieten eine bewährte Ergänzung zu einer bestehenden medikamentösen Therapie und helfen dabei, allergische Symptome zu minimieren.“

Eine Zuweisung für eine Stollentherapie im Friedrich in Bad Bleiberg erfolgt mittels Zuweisung über den behandelnden Arzt.

Weitere Informationen unter [www.bleib-berg.com](http://www.bleib-berg.com) oder auf [Instagram](#) und [Facebook](#).

**Über BLEIB BERG:** Das BLEIB BERG F.X. Mayr Retreat ist ein Kraftort für ganzheitliche Gesundheit, Fasten & Detox. Für neues Bewusstsein, Regulation, Energieaufbau und modernen Wandel. Seit über 50 Jahren schlägt die Humanomed Gruppe die Brücke zwischen Mensch und Medizin. Basierend auf der langjährigen Erfahrung im Bereich Schul- und Komplementärmedizin gelang es mit BLEIB BERG, ein ganzheitliches F.X. Mayr Retreat zu schaffen, das neben klassischen Medizinleistungen auf Anwendungen der F.X.-Mayr-Medizin setzt. Zudem bietet die Methode die moderne F.X.-Mayr-Ernährung in vier Stufen – individuell nach ärztlicher Verordnung. Für ungeahnte Energie. Ein neues Selbst. 2022 wurde das BLEIB BERG bei den look! Spa Awards zum Best Medical Spa sowie von Connoisseur Circle zum Top Medical Spa gekürt. Bei den European Health & Spa Awards 2022 belegte das BLEIB BERG den 3. Platz in der Kategorie „Best Medical Spa & Best Medical Resort“. [www.bleib-berg.com](http://www.bleib-berg.com)

## RÜCKFRAGEHINWEIS

massgeschneidert Kommunikationsbüro GmbH  
Mag. Petra Schneider  
schneider@massgeschneidert.at  
Mobil: +43/676/9253485