## Hohe Tauern Health: Aufatmen an den Krimmler Wasserfällen

**Sie sind nicht nur die größten Wasserfälle Europas, sondern auch ein natürliches Heilmittel bei Allergien und Asthma. Das bestätigten Studien der Paracelsus Medizinische Privatuniversität Salzburg (PMU) vor über zehn Jahren. Zweijährige Studien zu COPD werden im Sommer 2025 präsentiert.**

Mit ihren drei Stufen und insgesamt **380 Meter Fallhöhe** sind sie die **größten Wasserfälle Europas** und unter den **fünfthöchsten der Welt: die Krimmler Wasserfälle** inmitten des **Nationalparks Hohe Tauern**. Der allgegenwärtige Sprühnebel am Fuße der Krimmler Wasserfälle ist nicht nur erfrischend und belebend für die Haut und alle anderen Sinnesorgane. Für alle, die mit **Atemwegserkrankungen** oder **Allergien** zu kämpfen haben, hat er auch eine handfeste gesundheitliche Komponente. In mehreren klinischen Studien gelang es der **Paracelsus Medizinischen Privatuniversität** Salzburg, die heilsame Wirkung bei **Allergien und Asthma** wissenschaftlich nachzuweisen. Seit 2015 sind die Krimmler Wasserfälle ein vom Land Salzburg **offiziell anerkanntes natürliches Heilvorkommen**. Die Therapieangebote von **Hohe Tauern Health** starten jedes Jahr Mitte Mai. Im Sommer 2025 werden die Ergebnisse der **zweijährigen Studie** **der PMU** zur Wasserfall-Therapie bei **COPD** veröffentlicht.

### Wie kann ein Wasserfall heilen?

An der untersten Fallstufe der Krimmler Wasserfälle stürzen die Wassermassen **über 140 Meter** ins Tal. Durch den **gewaltigen Aufprall** am Fels werden die Wassermoleküle in **winzige negativ geladene Aerosole** zerstäubt. Wer sich rund um das Tosbecken aufhält, spürt den feinen Sprühnebel sofortauf der Haut. Wenn dieser bewusst und tief eingeatmet wird, gelangen die Aerosole bis weit in die letzten Verästelungender Lunge. Das alles tut Menschen mit **Atemwegserkrankungen** oder **Allergien** besonders gut. Die Aerosole reinigen die **Atemwege**, reduzieren **Entzündungen** und stimulieren das **Immunsystem**. Die positiven Effektehalten nach einer dreiwöchigen **Aerosol-Inhalations-Therapie** an den Krimmler Wasserfällennachweislich **bis** **zu vier Monate** an. Schon während des Aufenthalts wird die Effektivität der Therapie mit Hilfe von **Lungenfunktions- und Atemgasanalysen** überprüft.

### Ein ganzes Therapiekonzept

In Krimml belässt man es allerdings nicht bei den **Inhalationstherapien** **am Wasserfall** für **Allergiker und Asthmatiker**. Gemeinsam mit der **Paracelsus Medizinischen Universität** entwickelte Hohe Tauern Health ein umfangreiches **Therapiekonzept**, das persönliche und kompetente Beratung durch Fachleute aus **Physiotherapie, Medizin, Wissenschaft** und **Diätologie** miteinschließt.Es gibt eine **Atemschule**, ein **Asthma-Verhaltenstraining**, Workshops zu **Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten** und **Darmgesundheit**. Gezielte **Bewegungs- und Entspannungs-Einheiten** fördern das seelische Gleichgewicht und die Belastbarkeit. Im Rahmen des **Krimmler Aktivprogramms** werden **Yoga**, leichte **Sporteinheiten** oder etwa eine **Klangschalentherapie** angeboten.

### Schlafen ohne Feinstaub und Allergene

Sieben **allergikerfreundliche Partnerbetriebe** in Krimml tragen mit gezielten Maßnahmen zur **Feinstaub- und Allergenreduktion** maßgeblich zum Erfolg jeder Wasserfall-Therapie bei. Ihre allergikerfreundlichen Zimmer erfüllen die derzeit **strengsten geltenden Richtlinien** **in Europa** in punkto Innenraumqualität. Die **Paracelsus Medizinische Privatuniversität** bestätigt alle zwei Jahre mit einemZertifikat, dass die Konzentrationen der häufigsten Innenraumallergene weit unter den allergieauslösenden Schwellenwerten liegen.

### Meditieren am Wasserfall

Bei vielen Menschen stellt sich die Entspannung automatisch ein, wenn sie Wasser rauschen hören. Die **Krimmler Wasserfälle** sind für alle Besucher aber auch optisch ein berauschendes Erlebnis. Im Sommer stürzen jede Sekunde **fünf bis sechs Kubikmeter Wasser** zu Tal. Angesichts des beeindruckenden Naturspektakels hier und am **Wasserfallweg**, der sich über Serpentinen neben dem Wasserfall den Berg hinaufzieht, wird alles ringsum winzig klein. Wer Wasser in allen seinen Formen liebt, wird auch von den **WasserWelten Krimml** begeistert sein. Mit der Neueröffnung **(20.05.25)** präsentiert sich das innovative Erlebniszentrum auf 8.200 m² neu und mit allen Wassern gewaschen. Spielen, lernen, staunen ist das Motto im **Außenbereich**, im **Aqua Szenarium** und auf der **Panoramaterrasse** mit Blick auf die Wasserfälle. [www.hohe-tauern-health.at](https://www.hohe-tauern-health.at/de)

4.332 Zeichen
**Abdruck honorarfrei,
Belegexemplar erbeten!**