



**AUCH AUF
ENGLISCH**
um 14:15 Uhr

NIE MEHR ERSCHÖPFT

URSACHEN UND WEGE AUS DER ERSCHÖPFUNG – WAS KÖRPER, ERNÄHRUNG UND HORMONE UNS VERRATEN

Chronische Müdigkeit, mentale Erschöpfung oder das Gefühl, nie wirklich erholt zu sein – viele Menschen kennen diesen Zustand, doch nur wenige verstehen die komplexen Zusammenhänge dahinter. In dieser Keynote beleuchtet Dr. Corinna Geiger die häufigsten Ursachen von Erschöpfung aus medizinischer Sicht und zeigt praxisnahe Wege, wie man nachhaltig zu mehr Energie und Vitalität findet.

Mit ihrer langjährigen Erfahrung als Internistin und Spezialistin für Ernährung, Darmgesundheit und hormonelle Dysbalancen geht sie u. a. auf die Rolle von Cortisol, Insulinresistenz, Long Covid und Chronic Fatigue ein. Dabei verbindet sie wissenschaftliche Erkenntnisse mit konkreten Empfehlungen für den Alltag – von regenerativen Erholungspausen bis hin zu gezielter Ernährung.

Der Impulsvortrag bietet 30 Minuten fundiertes Wissen, gefolgt von einem interaktiven Q&A mit der Expertin – eine wertvolle Gelegenheit, individuelle Fragen zu stellen und persönliche Aha-Momente zu erleben.



© M. MEHLMAN

DR. CORINNA GEIGER

FACHÄRZTIN FÜR INNERE MEDIZIN & GASTROENTEROLOGIN

Dr. Geiger ist Fachärztin für Innere Medizin mit Spezialisierung auf Darmgesundheit, Ernährung und geschlechterspezifische Medizin. In ihrer Wiener Praxis kombiniert sie moderne Diagnostik mit individueller Betreuung – insbesondere bei Reizdarm, Intoleranzen und hormonellen Beschwerden. Ihr Ansatz verbindet evidenzbasierte Medizin mit einem ganzheitlichen Blick auf Lebensstil und Gesundheit.

9.4.2026 • 16:15 Uhr