



STECKBRIEF

Dr. Barbara Iris Greibl

Frau Dr. med. univ. Barbara Iris Greibl hat ihre Ausbildung für Plastische Chirurgie in Rio de Janeiro beim Pionier der Schönheitschirurgie Prof. Ivo Pitanguy begonnen. Danach folgten Stationen an renommierten Abteilungen in Österreich. 2014 erhielt Dr. Greibl bei einem ihrer zahlreichen Vorträge einen internationalen Vortragspreis und wurde als erste Österreicherin in New York in die amerikanische Fachgesellschaft PSRC gewählt. Derzeit führt sie Privatordinationen in 1080 Wien und in Leonding, Oberösterreich. Weitere Informationen finden Sie unter www.dr-greibl.at

Schlaf!

Gott sei Dank habe ich einen guten Schlaf, das stärkt mich im Familien- und Arbeitsalltag. Dank meines Traumberufes führe ich immer ein inneres Lächeln mit mir und freue mich jeden Tag auf meine Patienten.

MOTIVATION

Ausstrahlung und Zufriedenheit zeichnen strahlende Menschen aus. Wenn ich Patienten dabei helfen kann, sich in ihrer Haut wohler zu fühlen, freue ich mich sehr über das in mich gesetzte Vertrauen. Ihr gestärktes Selbstbewusstsein mitzuerleben und Teil dieser Verwandlung zu sein ist sehr motivierend.

NACHGEFRAGT Gesundheits-Experten verraten Woche für Woche ihre besten Health- und Lifestyle-Tipps

gesund&fit mit DR. BARBARA IRIS GREIBL

Die Fachärztin für Plastische, Ästhetische und Rekonstruktive Chirurgie gibt Einblick in ihren Lifestyle und verrät Tipps und Tricks, um im Alltag gesund und gelassen zu bleiben.

- 1 MORGENRITUAL**
Jeder Morgen sieht bei uns anders aus. Wenn ich sehr früh im Privatspital operiere, ist mein Fokus auf die OP gerichtet. An einem Ordinationstag stärke ich mich mit einem gesunden Frühstück und los geht's. Am Wochenende genieße ich Ausflüge ins Grüne mit Familie und lieben Freunden.
- 2 STÄRKUNG FÜR DEN TAG**
An einem Ordinationstag vergesse ich leicht aufs Essen, hier hilft es mir besonders, wenn ich mir eine Wasserflasche hinstelle und bewusst Pausen mit kleinen Snacks und Früchten einplane. Das hält auch meine Leistungskurve hoch.
- 3 Inspiration & Ausgleich**
Als Schützegeborene liebe ich frische Luft und Bewegung in der Natur. Meine Kraft hole ich mir aus Reisen und dem Kennenlernen fremder Kulturen. Dadurch wird man sich auch bewusst, wie gut es uns in unserem schönen Österreich geht! Heuer werde ich vermehrt die Berge und Seen Österreichs genießen. Der Attersee ist mein Lieblingssee.
- 4 DANKBARKEIT**
ICH BIN SEHR DANKBAR FÜR MEINE SCHÖNE KINDHEIT, DIE VIELEN MÖGLICHKEITEN UND DAS IN MICH GESETZTE VERTRAUEN MEINER TOLLEN LEHRER, WELCHE MIR DURCH DIE WEITERGABE IHRES WISSENS ERMÖGLICHT HABEN, MEINEN PATIENTEN BESTMÖGLICH HELFEN ZU KÖNNEN. MEINE KRAFTQUELLEN SIND MEIN MANN UND MEIN SOHN, DIE MICH TÄGLICH UNTERSTÜTZEN, FAMILIE UND TRAUMBERUF VEREINEN ZU KÖNNEN.
- 5**
- 6**
- 7 LEBENSPHILOSOPHIE**
LEBE JEDEN TAG, ALS OB ES DEIN LETZTER WÄRE. DAS CORONAVIRUS HAT UNS GEZEIGT: DAS WESENTLICHE SIND DIE GESUNDHEIT UND DIE FAMILIE. UNSERE ZEIT IST SO KOSTBAR - NUTZEN WIR SIE BESTMÖGLICH!

