

# Wellness turizam u Hrvatskoj

---

**Habuš, Lucija**

**Undergraduate thesis / Završni rad**

**2018**

*Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj:* **University of Pula / Sveučilište Jurja Dobrile u Puli**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:137:637467>

*Rights / Prava:* [In copyright](#)/[Zaštićeno autorskim pravom.](#)

*Download date / Datum preuzimanja:* **2023-04-02**



*Repository / Repozitorij:*

[Digital Repository Juraj Dobrila University of Pula](#)



Sveučilište Jurja Dobrile u Puli Fakultet za  
interdisciplinarnu, talijansku i kulturološku studiju



**Lucija Vadlja**

**WELLNES TURIZAM U HRVATSKOJ**

Završni rad

PULA, 2018.

Sveučilište Jurja Dobrile u Puli  
Fakultet za interdisciplinarne, talijanske i kulturološke studije

**LUCIJA HABUŠ**

**WELLNESS TURIZAM U HRVATSKOJ**

Završni rad

**JMBAG: 0303045653 izvanredni student**  
**Studijski smjer: preddiplomski studij kulture i turizma**

**Predmet: Selektivni oblici turizma**  
**Znanstveno područje: Društvena znanost**  
**Znanstveno polje: Turizam**  
**Znanstvena grana: Turizam**

**Mentor: doc.dr.sc. Aljoša Vitasović**

Pula, listopada 2018.



## IZJAVA O AKADEMSKOJ ČESTITOSTI

Ja, dolje potpisana Lucija Vadlja, kandidat za sveučilišnog prvostupnika kulture i turizma, smjera kultura i turizam, ovime izjavljujem da je ovaj Završni rad rezultat isključivo mogega vlastitog rada, da se temelji na mojim istraživanjima te da se oslanja na objavljenu literaturu kao što to pokazuju korištene bilješke i bibliografija. Izjavljujem da niti jedan dio Završnog rada nije napisan na nedozvoljen način, odnosno da je prepisan iz kojega necitiranog rada, te da ikoji dio rada krši bilo čija autorska prava. Izjavljujem, također, da nijedan dio rada nije iskorišten za koji drugi rad pri bilo kojoj drugoj visokoškolskoj, znanstvenoj ili radnoj ustanovi.

Student

Lucija Vadlja

U Puli, \_\_\_\_\_, 2018. godine



## IZJAVA

o korištenju autorskog djela

Ja, Lucija Vadjla dajem odobrenje Sveučilištu Jurja Dobrile u Puli, kao nositelju prava iskorištavanja, da moj završni rad pod nazivom „Wellnes turizam u Hrvatskoj“ koristi na način da gore navedeno autorsko djelo, kao cjeloviti tekst trajno objavi u javnoj internetskoj bazi Sveučilišne knjižnice Sveučilišta Jurja Dobrile u Puli te kopira u javnu internetsku bazu završnih radova Nacionalne i sveučilišne knjižnice (stavljanje na raspolaganje javnosti), sve u skladu s Zakonom o autorskom pravu i drugim srodnim pravima i dobrom akademskom praksom, a radi promicanja otvorenoga, slobodnoga pristupa znanstvenim informacijama.

Za korištenje autorskog djela na gore navedeni način ne potražujem naknadu.

U Puli, \_\_\_\_\_, 2018. godine

Potpis

Lucija Vadjla

## Sadržaj

1. UVOD .....	1
2. POIMANJE ZDRAVSTVENOG TURIZMA .....	2
2.1. Definiranje zdravstvenog turizma.....	2
2.2. Oblici zdravstvenog turizma .....	4
3. POČECI RAZVOJA ZDRAVSTVENOG TURIZMA .....	7
3.1. Zdravstveni turizam kroz povijest.....	7
3.2. Razvoj zdravstvenog turizma na Jadranu.....	10
4. WELLNES TURIZAM .....	14
4.1. Pojam i osnovne karakteristike .....	14
4.2. Načela i elementi wellness turizma.....	15
4.3. Vrste wellness centara i wellness usluga .....	16
4.4. Profil korisnika wellness usluga .....	19
5. POVIJESNI RAZVOJ WELLNES TURIZMA NA JADRANU .....	22
5.1. Evolucija wellness turizma .....	22
5.1.1. Wellness turizam do 20. stoljeća .....	23
5.1.2. Wellness turizam 21. stoljeća .....	24
5.2. Wellness centri u Hrvatskoj.....	25
5.3. Komparacija wellness turizma u Hrvatskoj i svijetu .....	26
6. ZAKLJUČAK .....	27
7. SAŽETAK.....	28
7.1. SUMMARY .....	28
8. LITERATURA .....	29
8.1. Popis knjiga.....	29
8.2. Znanstveni članci .....	29
8.3. Internet izvori.....	30
8.4. POPIS PRILOGA .....	31

## 1. UVOD

Tema ovog završnog rada je wellness turizam u Hrvatskoj. Zdravstveni turizam je najstariji oblik turizma kojem je cilj očuvanje zdravlja. Kako bi se zadovoljio taj cilj, u prošlosti su se u tu svrhu koristili razni termalni i mineralni izvori. Oni su imali blagotvorna svojstva na čovjekovo zdravlje, a nakon njih su se korisnici osjećali bolje, opuštenije te fizički i psihički bolje, što je i krajnji cilj zdravstvenog turizma.

Svrha završnog rada je istraživanje wellness turizma u Hrvatskoj, početka i razvoja zdravstvenog turizma te razvoja wellness turizma na Jadranu. Cilj je istražiti raspoložive podatke kako bi se uočile razlike između wellness turizma u Hrvatskoj i svijetu. U znanstvenom istraživanju i formuliranju ovog završnog rada korištene su brojne znanstvene metode kao što su: metoda analize i sinteze, metoda komparacije, metoda deskripcije i metoda klasifikacije. Završni rad sastoji se od pet dijelova.

U uvodu je postavljen predmet istraživanja, definirani su svrha i cilj istraživanja i struktura rada. U drugom djelu definiran je zdravstveni turizam, dok se treći dio odnosi na razvoj zdravstvenog turizma. Četvrti dio se odnosi na wellness turizam; opisan je sam pojam, osnovni elementi, vrste te profil korisnika wellness usluga. Peti dio se odnosi na razvoj wellness turizma na Jadranu te je provedeno istraživanje o wellness turizmu u Hrvatskoj i svijetu. U zaključku su iznijete spoznaje do kojih se došlo obradom zadane teme. U posljednjem djelu, literaturi je bibliografska građa iznijeta pri obradi teme završnog rada.

## 2. POIMANJE ZDRAVSTVENOG TURIZMA

Zdravstveni turizam je jedan od najstarijih oblika turizma, a cilj mu je očuvanje i unaprjeđenje zdravlja, poboljšanje kvalitete života i sl. Kako bi se taj cilj i ostvario, koriste se razne metode liječenja (fizikalna terapija, prirodno ljekovita sredstva). Prije pojave složene tehnologije, zdravstveni turizam se sastojao od mineralnih termalnih izvora i kupki. Zbog ubrzanog i stresnog života, ekoloških zagađenja okoliša i gradova te nezdrave prehrane, danas se zdravstveni turizam sastoji od sve više komponenti koje pridonose sveukupnom zadovoljstvu čovjeka. Primarna svrha ovog oblika turizma je poboljšanje fizičkog stanja kroz razne fizičke terapije i medicinske usluge namijenjene održavanju zdravlja.

### 2.1. Definiranje zdravstvenog turizma

U teoriji i praksi ne postoji jedinstvena definicija zdravstvenog turizma, no općenito se smatra da je to odgovarajuća kombinacija ponude različitih oblika wellness i medicinskog turizma. Zdravstveni turizam je kao pojam poznat već više desetljeća iako još nisu utvrđene i šire prihvaćene njegove definicije. Taj se oblik turizma u povijesti vrlo malo istraživao i tek je u novijem razdoblju postao područje većeg interesa i istraživanja u mnogim europskim zemljama.

Svjetska zdravstvena organizacija je 1948. godine dala definiciju zdravlja koja glasi „zdravlje nije samo odsutnost bolesti i iznemoglosti već isto tako opće fizičko, mentalno i socijalno blagostanje.“ Od prvih početaka putovanja, pa sve do današnjih dana, zdravstveni turizam je bio i ostao jedan od važnijih motiva putovanja.<sup>1</sup>

Potreba ljudi za održavanjem i brigom za zdravlje čovjeka iz godine u godinu sve više raste. Tako je i sve više autora nastojalo definirati zdravstveni turizam, a po mnogim autorima (domaćim i inozemnim<sup>2</sup>) zdravlje je najstariji motiv turističkog putovanja.<sup>3</sup>

1 World Health Organization, [www.who.int/](http://www.who.int/), (18.11.2017.)

2 S činjenicom da je zdravlje najstariji motiv turističkih kretanja slažu se mnogi autori; Kušen, E., (1996) u knjizi

3 Hrvatski turizam-plavo, bijelo, zeleno, Zagreb, Institut za turizam, Geić, S., (1973) u knjizi Menadžment selektivnih oblika turizma, Split, Sveučilište u Splitu, i dr.



Godine 1973., Svjetska turistička organizacija navodi da je „zdravstveni turizam složena gospodarska aktivnost u kojoj bitno mjesto zauzima stručno i kontrolirano korištenje prirodnih ljekovitih činitelja, postupaka fizikalne medicine i programiranih fizičkih aktivnosti u svrhu održavanja i unapređenja fizičkog, mentalnog i duhovnog zdravlja turista, te poboljšanja kvalitete njihovog života“.<sup>4</sup>

Zdravstveni turizam je kompleksan turistički proizvod koji obuhvaća velik broj specijaliziranih sadržaja i usluga na putovanjima motiviranim potrebom za unapređenjem zdravlja i poboljšanjem kvalitete života.<sup>5</sup> Također, zdravstveni turizam može se definirati kao putovanje osobe izvan svog mjesta boravka kako bi se dobila najbolja zdravstvena usluga.<sup>6</sup>

Zdravstveni turizam predstavlja suradnju u području zdravstva i turizma u kojem su na partnerskoj osnovi organizirani boravci gostiju, koji se tretiraju kao turisti koji dolaze na mjesta prirodnih ljekovitih činitelja gdje im se pod liječničkim nadzorom pružaju usluge aktivnog odmora, dijetalnog režima prehrane, balneoterapije i kineziterapije, sve uz prethodni inicijalni pregled funkcionalne sposobnosti, stalni medicinski nadzor te davanje završnog mišljenja u zdravstveno-turističkim objektima (hotelima).<sup>7</sup>

Fizikalna medicina i rehabilitacija, masaža, fitness, dijetalne i antistresne terapije, detoksikacijski tretmani i tretmani ljepote, biotrzžišta, lifestyle lijekova te jednostavne i složene usluga s područja stomatologije, ortopedije i plastične kirurgije, su usluge koje obuhvaća zdravstveni turizam. Tijekom boravka u lječilištima, slobodno vrijeme korisnika ispunjava se organiziranim izletima u mjesta bogate povijesne tradicije, sudjelovanjem u kulturnim manifestacijama mjesta, posjetima izložbama i galerijama, što otvara dodatne mogućnosti za razvoj turističkih destinacija zasnovanih na zdravstvenom turizmu.

<sup>4</sup> UNWTO Annual report 2015, [http://cf.cdn.unwto.org/sites/all/files/pdf/annual\\_report\\_2015\\_lr.pdf](http://cf.cdn.unwto.org/sites/all/files/pdf/annual_report_2015_lr.pdf), (20.11.2017.)

<sup>5</sup> NACIONALNI PROGRAM – AKCIJSKI PLAN RAZVOJA ZDRAVSTVENOG TURIZMA, Institut za turizam, Zagreb 2014., str. 8

<sup>6</sup> Gregorić M, Musliu T., Lječilišni aspekt zdravstvenog turizma u Republici Hrvatskoj, Zbornik radova Međimurskog veleučilišta u Čakovcu, Vol.6 No.2, 2016., str. 10-15

<sup>7</sup> Trdina D., Upravljanje ljudskim potencijalima u zdravstveno-turističkim centrima Republike Hrvatske, Vol.1 No.1, 2010., str. 3-7

Wellness turizam provodi zdravstveno-preventivne programe kojima je glavni cilj prevencija bolesti. Programi se odvijaju uz pomoć stručnog osoblja u hotelima i lječilištima. Lječilišni turizam odnosi se na posebne programe korištenja ljekovitih izvora, odvijanje fizioterapije u lječilištima i specijalnim bolnicama s ciljem unapređenja zdravlja, dok medicinski turizam podrazumijeva putovanje u nedomicilno okruženje kako bi se provela određena zdravstvena zaštita, poput parcijalnih kirurških zahvata, ali i stomatoloških, kozmetičkih i alternativnih tretmana.<sup>8</sup>

Dakle, može se zaključiti da se zdravstveni turizam sastoji od tri komponente. Zdravstveni turizam je putovanje kojem je glavni motiv unaprjeđenje zdravlja. Drugo, on podrazumijeva složen i specifičan turistički paket koji se sastoji od usluga i proizvoda koji ispunjavaju motiv za unaprjeđenjem zdravlja. Treće, sastoji se od tri osnovna oblika, a to su wellness, lječilišni i medicinski turizam.

## **2.2. Oblici zdravstvenog turizma**

U prošlosti se zdravstveni turizam promatrao kao jednostavna cjelina koja se bazirala na zdravlju, a sa zahtjevima tržišta se razvijaju različiti oblici zdravstvenog turizma. Zdravstveni turizam kompleksan je turistički proizvod koji obuhvaća velik broj specijaliziranih sadržaja i usluga na putovanjima, motiviranih potrebom za unapređenjem zdravlja i poboljšanjem kvalitete života.<sup>9</sup>

Zdravstveni turizam je motiv putovanja ljudi različitih dobnih skupina. Tako je zdravstveni turizam usmjeren prema parovima s dvostrukim primanjima, bez djece, koji imaju financijske mogućnosti (DINKS), radno aktivnim ljudima čija su djeca napustila dom i žive samostalno te umirovljenicima koji nemaju veće zdravstvene probleme.<sup>10</sup>

Zdravstveni turizam se sastoji od više različitih usluga i proizvoda koji su bili međusobno povezani i svi usmjereni k jednom te istome cilju, a to je zdravlje. Zbog različitih usluga i proizvoda koje nudi zdravstveni turizam, dolazi i do pojave različitih oblika zdravstvenog turizma.

<sup>8</sup> Nacionalni program – akcijski plan razvoja zdravstvenog turizma, Republika Hrvatska, Ministarstvo turizma, Zagreb, 2014., str.8.

<sup>9</sup> Ibid.

<sup>10</sup> Štiković I., Zdravstveni turizam-potencijal Istre u zdravstvenom okruženju, Sveučilište Jurja Dobrile u Puli, Diplomski rad, 2017., str. 4-15

Kao što je u poglavlju ranije navedeno, osnovni oblici zdravstvenog turizma dijele se na medicinski, lječilišni i wellness turizam. Glavni cilj wellness turizma je prevencija bolesti, putem kojeg se postiže dobro zdravlje „duše i tijela“. Postoje razne klasifikacije wellness usluga, od jednostavnog pa sve do medicinskog wellnessa. Udruga za medicinski turizam, definira medicinski wellness kao „organizirano provođenje zdravstveno-preventivnih i kurativnih programa u svrhu prevencije bolesti te očuvanja i unapređenja zdravlja uz multidisciplinarni tim koji nužno uključuje liječnika, ali i drugo stručno osoblje (npr. fizioterapeut, kineziolog, nutricionist)“.<sup>11</sup>

Lječilišni turizam ima za cilj unaprijediti zdravlje korištenjem ljekovitih izvora. Obuhvaća medicinsku rehabilitaciju te počiva na sadržajima i uslugama specijalnih bolnica i manjeg broja lječilišta. Također je najstariji oblik zdravstvenog turizma koji se počinje razvijati od 16. stoljeća u svijetu (grad Bath u Engleskoj), a u Hrvatskoj u doba antike (Varaždinske toplice).

Medicinski turizam uključuje putovanje u neku destinaciju s ciljem zdravstvene zaštite koja uključuje parcijalne kirurške, stomatološke, kozmetičke, psihijatrijske, estetske, neurološke, oftalmološke, fizioterapeutske, dermatološke i ostale zahvate uz pripadajuću uslugu njege i oporavka.

Zdravstveni turizam se sastoji od više različitih usluga i proizvoda koji su bili međusobno povezani i svi usmjereni k jednom te istome cilju, a to je zdravlje. Zbog različitih usluga i proizvoda koje nudi zdravstveni turizam, dolazi i do pojave različitih oblika zdravstvenog turizma. Kao što je u poglavlju ranije navedeno, osnovni oblici zdravstvenog turizma dijele se na medicinski, lječilišni i wellness turizam. Glavni cilj wellness turizma je prevencija bolesti, putem kojeg se postiže dobro zdravlje „duše i tijela“. Postoje razne klasifikacije wellness usluga, od jednostavnog pa sve do medicinskog wellnessa. Udruga za medicinski turizam, definira medicinski wellness kao „organizirano provođenje zdravstveno-preventivnih i kurativnih programa u svrhu prevencije bolesti te očuvanja i unapređenja zdravlja uz multidisciplinarni tim koji nužno uključuje liječnika, ali i drugo stručno osoblje (npr. fizioterapeut, kineziolog, nutricionist)“.<sup>11</sup>

<sup>11</sup>Udruga za razvoj medicinskog turizma, [www.umt.hr](http://www.umt.hr), (25.11.2017.)

Lječilišni turizam ima za cilj unaprijediti zdravlje korištenjem ljekovitih izvora. Obuhvaća medicinsku rehabilitaciju te počiva na sadržajima i uslugama specijalnih bolnica i manjeg broja lječilišta. Također je najstariji oblik zdravstvenog turizma koji se počinje razvijati od 16. stoljeća u svijetu (grad Bath u Engleskoj), a u Hrvatskoj u doba antike (Varaždinske toplice). Medicinski turizam uključuje putovanje u neku destinaciju s ciljem zdravstvene zaštite koja uključuje parcijalne kirurške, stomatološke, kozmetičke, psihijatrijske, estetske, neurološke, oftalmološke, fizioterapeutske, dermatološke i ostale zahvate uz pripadajuću uslugu njege i oporavka.

### 3. POČECI RAZVOJA ZDRAVSTVENOG TURIZMA

Povijest čovjekova razvoja pokazuje da je čovjek, što je bolje živio, to se sve više brinuo za svoje zdravlje. Mineralna, morska i obična voda imale su vrlo važno mjesto u oporavku čovjekova zdravlja, posebno termalne vode, što je poznato još iz antičkog doba. Nadalje, termalni izvori kroz povijest počinju biti dio društvenog života elitnih pojedinaca. Razvijaju se alternativne metode liječenja te brojni doprinosi na području zdravstva. Razdoblje od 14. do 17. stoljeća bilježi se kao razdoblje procvata zdravstvenog turizma, kada se otkrivaju koristi izvora vruće vode te dolazi do prvog korištenja riječi „spa“. U 18. stoljeću središte zdravstvenog turizma postaje Europa i SAD, a daljnji razvoj zdravstvenog turizma iz godine u godinu bilježi sve veći rast.

#### 3.1. Zdravstveni turizam kroz povijest

Zdravstveni turizam se počeo razvijati prvenstveno zbog putovanja ljudi kojima je bila potrebna medicinska njega zbog izlječenja nekih bolesti. Dokazi tome datiraju prije nekoliko tisuća godina kada su Grčki hodočasnici sa cijelog Mediterana putovali na područje u Saronskom zaljevu poznatijem kao Epidauria. Prema Grčkoj mitologiji, to mjesto je bilo poznato kao rodno mjesto Apolonovog sina, Asklepija, koji je zbog svojih vještina bio prozvan Bogom lječilišta. Imao je svoje svetište koje je slovalo i kao najslavnije lječilište antičkog doba, u koje su hodočastili bolesnici. Spavali su u velikoj dvorani gdje im je u snovima božanstvo davalo savjete što da učine kako bi ozdravili. Arheološkim iskapanjem nađena je gostinjska kuća s 160 soba, u blizini koje se nalaze izvori mineralne vode koji su se najvjerojatnije koristili za liječenje. Iz navedenog se upravo Epidaur smatra kolijevkom zdravstvenog turizma.<sup>12</sup>

U starom Rimu, termalni izvori se počinju sve više koristiti kao dio društvenog života elitnih pojedinaca, a sve manje kao razlog ozdravljenja nekih bolesti. Dugu povijest zdravstvenog turizma ima i Azija. Već prije 5 000 godina ljudi su putovali u Indiju i

---

<sup>12</sup> Kratka povijest zdravstvenog turizma ili kako je sve počelo, <http://www.ksitta.mojweb.com.hr/destinacije/%20kratka-povijest-zdravstvenog-turizma-ili-kako-je-sve-pocelo/>, (01.12.2017.)

Japan kako bi isprobali alternativne metode liječenja - jogu<sup>13</sup> i ajurvedsku medicinu.<sup>14</sup> Dokaz tome su kameni pečati i statui pronađeni u predjelima doline Inda i Pakistana, na kojima su prikazane ljudske figure u različitim yoga položajima. Iako je yogu bilo dopušteno prakticirati samo duhovno naprednim osobama, s vremenom je ona počela privlačiti sve više zainteresiranih ljudi kao alternativna metoda liječenja.

Rana islamska civilizacija je bila također poznata po brojnim doprinosima na području zdravstva i liječenja. Najpoznatiji objekt zdravstvenog turizma toga doba, izgrađen 1248. godine bila je bolnica Mansuri u Kairu. Mogla je primiti 8 tisuća ljudi, a imala je i odvojene dijelove bolnice samo za žene. Također je nudila i popratne sadržaje od knjižnice pa do ljekarne i prodavaonice. U to doba, bolnica je bila najpoznatije odredište za sve ljude, bez obzira na rasu i vjeru.<sup>15</sup>

Japanski izvori termalnih voda poznatih pod nazivom 'Onsen' stoljećima su poznato i omiljeno odredište turista. Slika 1. prikazuje izvore termalne vode u Japanu.

<sup>13</sup> Joga je drevna indijska tehnika meditacije kojoj je cilj jedinstvo tijela, uma i srca.

<sup>14</sup> Ayurvedska medicina je holistički sustav koji nastoji stvoriti sklad između tijela, uma i duha. Ayurvedski režimi skrojeni su pojedinačno za svaku osobu (prehrana, vježbanje, socijalna interakcija i higijenske potrebe) s ciljem održavanja ravnoteže koja sprečava bolesti.

<sup>15</sup> Islamic Medical Tourism, [http://www.healism.com/Medical\\_Tourism/History/](http://www.healism.com/Medical_Tourism/History/), (05.01.2018.)

Slika 1. Onsen – izvori termalne vode u Japanu



Izvor: Akashi Photos, <http://www.akashiphotos.com/galleries/hotsprings/>, (13.12.2017.)

Onsen su najprije bila mjesta gdje su se održavali vjerski, duhovni i iscijeliteljski obredi. S vremenom, ove izvore su posjećivali i vojnici kako bi ublažili svoju bol, izliječili rane i napunili se energijom. Poljoprivrednici, ribari i lovci, koji su se kretali na tome području otkrili su kako je voda učinkovita za liječenje artritisa i bolova te su ih sve češće koristili. Ljekovita svojstva vode koja su bila obogaćena okolnim vulkanskim tlo privlačila su posjetitelje iz cijelog svijeta.<sup>16</sup>

Razdoblje od 14. do 17. stoljeća se smatra razdobljem kada zdravstveni turizam doživljava svoj procvat. 1326. godine u mjestu pod nazivom Ville d'“Eaux otkriveni su izvori vruće vode te ta regija postaje poznata diljem cijele Europe a posjećuju je Petar Veliki i Victor Hugo. Te godine također dolazi do nastanka i korištenja riječi „spa“ koja je bila izvedena iz rimskog izraza „saluda per aqua“ ili u prijevodu „zdravlje kroz vodu“.

<sup>16</sup>Japanese Medical Tourism, [http://www.healism.com/Medical\\_Tourism/History/Japanese\\_Onsen/](http://www.healism.com/Medical_Tourism/History/Japanese_Onsen/), (20.12.2017.)

Krajem renesansnog razdoblja, aristokrati iz cijele Europe posjećuju mjesta gdje se mogu liječiti ali i uživati. 1720. godine Bath u Engleskoj postaje prvi grad koji se razvio zahvaljujući zdravstvenom turizmu. Grad je imao razvijen sustav kanalizacije, popločene ceste, ulice s rasvjetom te hotele i restorane. Osim toga grada, zdravstveni turizam se posebno razvija u gradovima Baden Baden i St. Moritz.<sup>17</sup>

Tijekom 18. i 19. stoljeća, Europa i SAD postaju središte zdravstvenog turizma za bogati stalež koji je putovao zbog vrhunske zdravstvene usluge. Osnivaju se organizacije s ciljem utvrđivanja zdravstvenih standarda kao što su Američki odbor medicinskih specijalnosti (ABMS), Europska Unija medicinskih specijalnosti (UEMS) i sl. Razvoj zdravstvenog turizma se sve više popularizira u Indiji (odredište za hodočasnike) i Kubi (programi operacije oka, srca i kozmetički zahvati).

Zdravstveni turizam i narednih godina doživljava ogroman rast. 2006. godine 150 tisuća američkih građana putuje u Aziju i Latinsku Ameriku zbog stomatoloških i kozmetičkih zahvata. Popularna odredišta zdravstvenog turizma postaju Singapur, Tajland i Indija. Broj ljudi koji putuju zbog zdravstvenih razloga iz godine u godinu sve više raste a ta vrsta turizma postaje glavni motiv putovanja uopće.

### **3.2. Razvoj zdravstvenog turizma na Jadranu**

Zdravstveni turizam na Jadranu se počinje razvijati krajem 19. i početkom 20. stoljeća po uzoru na Europska lječilišta. Preduvjet tome je dobra prometna povezanost s većim gradovima te izrazito povoljni prirodni resursi Jadranske obale tj. ugodna klima, bujna vegetacija, morska obala, termalne vode i ljekovito blato. Zbog navedenog dolazi do razvoja destinacija, započinje izgradnja hotelskih i zdravstvenih građevina, svih popratnih sadržaja te komunalne infrastrukture. Destinacije na Jadranu počinju posjećivati turisti iz cijele Austro-Ugarske te turisti iz razvijenih Europskih zemalja.

Posebno atraktivna odredišta zdravstvenog turizma tog doba su Varaždinske toplice, Topusko, Daruvar i Lipik. Na Jadranu prva lječilišta su u Opatiji, Savudriji i Lošinju. Postupno se razvijaju i druga klimatska lječilišta i to u Lovranu, Crikvenici, Rovinju, Brijunima i Hvaru.

---

<sup>17</sup>Discover Medical Tourism, <http://www.discovermedicaltourism.com/history/>, (25.01.2018.)



Plansko ulaganje u lječilišni turizam započinje u Opatiji gdje je 1884. godine sagrađen najstariji hotel na hrvatskom Jadranu namjenski građen za turiste (hotel Kvarner-Slika 2.), te je 1889. godine Opatija zakonom proglašena „*Morskim klimatskim lječilištem*“.

Slika 2. Hotel Kvarner - Opatija



Izvor: Kigo, [http://static.kigo.net/adriaday/images/stories/opatija/history\\_](http://static.kigo.net/adriaday/images/stories/opatija/history_).(28.01.2018.)

S vremenom zdravstveni turizam u Opatiji postaje tema mnogih putopisaca i istraživača. Theodor Billroth, slavni kirurg, reklamira Opatiju u svojim pismima, književnik i liječnik Juraj Matija Šporer pokušava osnovati „Morsko-balneološki i lječilišni zavod u Opatiji“, botaničar Heinrich Noë u putopisima spominje Opatiju, osnivač prve katedre za laringologiju u svijetu, Leopold Schrötter von Kristelli, piše o visokoj koncentraciji terapijski povoljnog morskog aerosola u opatijskom zraku.<sup>18</sup>

Opatija se reklamirala kao „oaza“ zdravstvenog turizma a uspoređivali su je tada sa konkurentima Nicom i Bečom. Postaje atraktivna tema u nizu časopisa te se sve više uređuje što je privuklo careve, kraljeve, plemiće i političare. 1957. godine osnovan je Zavod za talasoterapiju koji pruža kombinaciju terenskih šetnji, vježbanja disanja i mišićne te psihičkih priprema bolesnika i njegove obitelji.<sup>19</sup>

<sup>18</sup> Muzur A., Kako se kali(o) Kurort: Povijest problema lječilišne regulative na primjeru Opatije i Lovrana u posljednjih stotinu i pedeset godina, Pregledni znanstveni članak, Vol.1 No.1, 2010., str. 15-18

<sup>19</sup> Ibid.

Zbog prirodnih ljekovitih činitelja, povijest razvoja zdravstvenog turizma na Jadranu veže se i uz otok Lošinj. Zahvaljujući rezultatima meteoroloških istraživanja od 1881. godine do 1884. godine, prof. A. Haračića, austrijski liječnici su otkrili ljekovitost lošinjske klime. Njegov rad je privukao dr. Conrada Clarka, koji dolaskom na Lošinj 1885. godine otkriva vrijednost Lošinja kao klimatskog mjesta. Na Lošinj dolazi sa sinom koji ima teško oboljenje grla, kojem se nakon tri tjedna boravka na otoku Lošinju stanje poboljšalo. Njegov entuzijizam se pročuo što je na otok Lošinj privuklo carske obitelji, aristokraciju i imućne obitelji. 1886. godine dolazi do osnivanja Turističkog društva u Malom Lošinju, a 1888. godine izdan je prvi turistički vodič Lošinja pod nazivom „Die Insel Lussin mit den beiden Städten Lussingrande und Lussinpiccolo“ (Otok Lošinj s oba grada Velim Lošinjem i Malim Lošinjem) sa stručnim i sadržajnim tekstovima (Slika 3.).

Slika 3. Turistički vodič Maloga Lošinja iz 1912./13. godine



Izvor: Turistička zajednica-Mali Lošinj, [www.tz-malilosinj.hr/](http://www.tz-malilosinj.hr/), (09.02.2018.)

1892. godine Veli i Mali Lošinj dobivaju status klimatskih lječilišta i oporavilišta. Tragovi lošinjske prošlosti se nalaze na svakome koraku, od arhitekture, ulica, do vila koje svjedoče o vremenu kada je Lošinj bio poznat kao najatraktivnija lječilišna destinacija europskih elitnih posjetitelja.

Siluo, Silbio, Silbonis i Silvium su sve nazivi za najzapadniju točku Hrvatske-Savudriju. Mjesto se prvi put spominje u 12. stoljeću a arheološki nalazi iz okolice pokazuju da je ovo područje naseljeno još od kamenog doba. Dokaz tome su brojne rimske ruševine, srednjovjekovni samostani te savudrijski svjetionik, koji je stavljen u pogon 1818. godine te se smatra da je i time započeo razvoj turizma na ovome području. Iako nema mnogo podataka koji svjedoče o razvoju zdravstvenog turizma, krajem 19. stoljeća tu je postojao hotel Alla Posta, a tijekom vremena razvijale su se brojne Ville koje su u sklopu smještaja gostima nudile i skromna kupališta. Tako je osim Ville Stacija Grande, Ville Lotta, Ville Ana, poznata i Villa Ziani. 1912. godine u ovoj se Villi gostima nudilo 6 soba, uređeno kupalište te kajak jednosjed sličan gondoli. Vlasnici ove Ville su posjedovali kočiju, a nakon toga i prvi automobil na tome području, koji su koristili za prijevoz turista. Oko svjetionika također dolazi do otvaranja villa, pansiona te dječjih odmarališta koja su bila smještena uz more. Turizam se u Savudriji znatno razvija posljednjih pedeset godina. Neki su pansioni i Ville preuređeni u privatne kuće, a drugi u odmarališta, te svjedoče o početnom razvoju zdravstvenog turizma na tome području.<sup>20</sup>

Upravo te destinacije svjedoče o razvoju zdravstvenog turizma, jer osim što se provodilo liječenje, također se odvijao i društveni život svih posjetitelja. Navedeno je rezultiralo sve većim dolaskom turista na ta područja te obogaćenjem ponude. Svjedok da su se u tim destinacijama odmarali i liječili mnogi turisti su i brojne vile i ljetnikovci uz obalu. Atraktivne, izvorne destinacije toga doba, danas su u većini slučajeva zapuštene.

<sup>20</sup> Istra, <http://istra.hr/hr/regije-i-mjesta/mjesta-i-gradovi/ltz-savudrija/upoznajte-savudriju/povijest/povijest-turizma-u-savudriji>, (18.02.2018).

## 4. WELLNES TURIZAM

Wellness turizam je oblik turizma koji je usmjeren unaprjeđenju zdravlja ljudi. Posljednjih godina dolazi do njegovog naglog i ubrzanog razvoja zbog svijesti ljudi o važnosti održavanja dobrog zdravlja. Uključuje različite komponente, sve od zdrave hrane pa sve do edukacije. Wellness je pozitivan pristup zdravlju i kvaliteti života. Za wellness turizam se može reći da je to vid turizma koji uključuje sve elemente, fizičke, psihičke i socijalne. Aktivan je proces putem kojeg ljudi postaju svjesni svojih potreba; pristup koji naglašava čovjeka kao cijelu osobu. Dakle, wellness je integracija tijela, duha i uma koja se temelji na činjenici da sve što radimo i mislimo, djeluje na naše zdravlje.

### 4.1. Pojam i osnovne karakteristike

Wellness je postao, u zadnjih dvadesetak godina, kao jedna od najtraženijih ponuda u turizmu. Moglo bi se reći da predstavlja odgovor na želje ljudi budući da je to pokret koji nudi pozitivan način života te sjedinjuje niz aktivnosti usmjerenih održavanju i unaprjeđenju ljudskog zdravlja. Wellness se bazira na potrebama ljudi za aktivnim odmorom, relaksacijom, zdravom hranom, njegom i ljepotom, obnovom intelektualnih i radnih sposobnosti te osobnim razvojem svakog čovjeka.<sup>21</sup>

Razlika između zdravstvenog turizma i wellness turizma je ta da je zdravstveni turizam povezan sa klijentima sa raznim zdravstvenim problemima koji putuju radi terapije/tretmana koje će im pomoći da poboljšaju svoju zdravstvenu situaciju. Za razliku od toga, wellness turizam se tiče klijenata dobrog zdravlja a koji su u potrazi za tretmanima koji će im omogućiti održavanje tog statusa. Sam izraz wellness nastaje 50-ih godina u SAD-u, spajanjem riječi „*wellbeing*“ – sreća, dobrobit, i „*fitness*“ – fizička kondicija, a razvio ga je američki liječnik Halbert Dunn, 1959. godine.<sup>22</sup>

Wellness je gibanje koje označava novu paradigmu zdravstva. Proizlazi iz čovjekove odgovornosti prema vlastitom zdravlju, preko uravnotežene i zdrave

---

<sup>21</sup> Gračanin, M., Wellness u zdravstvenom turizmu hrvatske, Stručni rad, Vol. 1 No.1, 2010., str. 10-15

<sup>22</sup> Dunn, H., I., High-level Wellness for Mann and Society, American Journal of Public Health, Vol 49 (6), 1959., str. 786

prehrane, tjelesnoga gibanja, duševnih aktivnosti i vlastitog opuštanja s pozitivnim odnosom prema drugim ljudima. Wellness je način života na koji ima pravo svaka osoba kojoj je cilj optimalno zdravlje i bolji fizički i psihološki osjećaj.<sup>23</sup>

U pravilu se pod wellnessom podrazumijevaju mjere, akcije, proizvodi i aktivnost trojstva „opuštanje, kretanje i prehrana“ koji se odnose na tjelesne i emotivne vidove kao što su pasivni wellness (tretmani koji omogućavaju osjećaj ugone, npr. masaža, kupke, sauna), aktivni wellness (vježbe za tijelo i opuštanje, npr. pilates, joga) i konzumerski wellness (posebni proizvodi i pića, vitamini i minerali).<sup>24</sup>

Termin wellness se javlja kao:<sup>25</sup>

1. Posebna grana turizma – wellness turizam;
2. Posebna grana industrije – spa industrija;
3. Životni stil koji pozitivno utječe na zdravlje čovjeka.

Wellness turizam ima određene prednosti u odnosu na druge oblike turizma. Najvažnija prednost je ta da ovaj vid turizma ne podliježe turističkoj sezoni. Naime, wellness turizam se razvija, kako u predsezoni tako i u posezoni, korisnici wellness usluga su različite životne dobi koji duže borave u wellness destinaciji te u njoj i više troše.

#### **4.2. Načela i elementi wellness turizma**

Glavni elementi wellnessa su samoodgovornost, tjelesna kondicija, zdrava prehrana, opuštanje, obrazovanje i društveni odnosi. Wellness turizam, osim samih definicija ipak najbolje definiraju faktori wellness turizma.

---

<sup>23</sup> Čičić, T., Wellness turizam kao čimbenik poboljšanja kvalitete života, Specijalistički diplomski stručni rad, Međimursko veleučilište u Čakovcu, 2016., str. 19-23.

<sup>24</sup> Bartoluci, M., Sport u turizmu, Kineziološki fakultet sveučilišta u Zagrebu, 2004., str. 374

<sup>25</sup> Balić, J., Stanje i perspektive razvoja wellness turizma u hotelskom sektoru Republike Hrvatske, Diplomski rad, Sveučilište u Splitu, Ekonomski fakultet, 2017., str. 24

Faktori wellness turizma su:<sup>26</sup>

Holistički pristup wellness turizmu – osoba se mora gledati kao cjelina, a zbog toga su potrebni programi koji obuhvaćaju tijelo, dušu, duh i okoliš;

Samopoštovanje-svakoj osobi je potrebno da izgradi svoje samopoštovanje, što će ostvariti čvrstim promjenama;

Ljudi koji nas okružuju-potrebno je razvijati zdrave odnose;

Proces buđenja-svjesnost izbora i djelovanje na isti;

Povezanost s drugima-pozivanje i poštovanje Zemlje na kojoj živimo;

Vlastita odgovornost za zdravlje-važna zdrava odluka o načinu života;

Samodovoljnost-važnost međuljudske povezanosti i sposobnosti;

Vrijeme-važno odvojiti vrijeme za sebe od vremena za posao;

Nesavršenstvo-važnost prihvaćanja samog sebe kao osobe; Igra-prihvaćanje wellnessa kao zabave.

Navedeni faktori objašnjavaju neprekinutost wellness turizma kroz povijest, a prema njima je wellness mjesto za razumijevanje i hranjenje čovjekova modernog duha, u čemu uvelike pomažu navedenih deset elemenata. Ipak, najvažniji element je osjećaj zadovoljstva korisnika tj. da se pojedinac nakon wellness tretmana osjeća zadovoljno.

### **4.3. Vrste wellness centara i wellness usluga**

Wellness centri uglavnom pružaju posjetiteljima međusobno slične vrste usluga. To se događa iz toga jer uključivanjem više različitih usluga u svoju ponudu, wellness centri moraju prilagođavati i usklađivati sve standarde i pravilnike, dodatno kvalificirano osoblje, stručnjake i sl., a sve u konačnici ne donosi isplativost.

<sup>26</sup> American Holistic Health Association, <http://ahha.org/selfhelparticles/the-ten-tenets-of-wellness>, (10.03.2018.)

Wellness centar, kako bi bio cjelovit mora uključivati:<sup>27</sup>

Kvalificirano osoblje,

Sustav otvorenih i zatvorenih bazena,

Saune,

Whirpool/parne kupelji,

Zdravu prehranu,

Fitness program,

Relaksaciju, kulturni sadržaji i metalne aktivnosti,

Profesionalne osobe koje osiguravaju tretmane i savjete,

Informacije o zdravlju,

Staze za biciklizam, hodanje,

Usluge za starije i za osobe s invaliditetom.

Kod odabira wellness centra važan kriterij je cijena. Današnja ponuda wellness centra je prilagođena onima višeg i nižeg financijskog stanja, pa se na tržištu nude wellness paketi za obitelji po povoljnijim cijenama, pogodnosti za djecu, i sl. Wellness centre posebno karakterizira uređenost wellness centra. Prostor mora biti ugodan, privlačan, ugodnih mirisa, zvukova i tonova boja. Ipak, uređenost wellness centra je samo jedan dio cijelog kompleksa. Interijer treba odavati dojam dobrodošlice i s manjim detaljima poput zdjele pune voća, lagano osvjetljenje, svijeće. Higijena i urednost prostora mora biti visoko na ljestvici prioriteta. Naglasak je i na komunikaciji osoblja s gostima, koja mora biti pažljiva, uslužna i privatna.

Postoji nekoliko vrsta wellness centara koji se razlikuju po programima liječenja, sportskim programima, načinima liječenja i sl. Vrste wellness centara su prikazane u tablici 1.

<sup>27</sup> Kunst, I., Tomljenović, R., Uloga zdravstvenog turizma u podizanju konkurentnosti ruralnih područja RH, Zagreb, 2011., str.12

Tablica 1. Vrste wellness centara

GRADSKI WELLNESS	Usmjeren je na tretmane i programe koji se mogu uklopiti u radni dnevni ritam ili vikend.
KLUPSKI WELLNESS	Najčešće je usko vezan uz fitness klub ili neki sportski klub.
POSLOVNI WELLNESS	Usmjeren je na opuštanje od stresa za menadžment većih tvrtki.
REZIDENCIJALNI WELLNESS	Rezidencijalna naselja, s kontroliranim ulazom, vlastitim osiguranjem i bazenima, obično imaju i vlastiti wellness centar.
HOTELSKI WELLNESS	Usmjeren je na goste hotela, a cilj hotelskog wellnessa je podići kvalitetu usluge hotela te produžiti sezonu.
TERAPEUTSKI WELLNESS	Terapijom se bave rehabilitacijski ili medicinski centri, a wellness tretmani rješavaju ili umanjuju posljedice medicinskih intervencija.
HOLISTIČKI WELLNESS	Naglasak je na prirodnim postupcima koji su kao pojedinačni programi sastavni dio wellnessa, primjerice, shiatsu masaža, bioenergetski tretmani...
RESORT WELLNESS	Turistička naselja se sve više uključuju u ovu vrstu ponude te se natječu s velikim hotelima.
WELLNESS PRIRODNOG LOKALITETA	Centri u sklopu nacionalnih parkova mogu ponuditi rekreaciju u prirodi koju ne možete naći nigdje drugdje, a nalazišta ljekovitog blata ili izvori ljekovitih mineralnih voda mogu biti izvrstan temelj za razvoj ovakvih centara.
BRODSKI WELLNESS	Imaju sve što i centri na kopnu prilagođeni brodskim uvjetima

Izvor: Bartoluci, M., Upravljanje razvojem turizma i poduzetništva, Školska knjiga Zagreb, 2013., str.59

Wellness centri navedeni u tablici 1. uključuju različite programe, od programa liječenja do sportskih programa, ovisno o ciljanim segmentima. Ono što je zajedničko svim programima, odnosno wellness centrima je to da pozitivno utječu na cjelovito shvaćanje zdravlja. Programi često uključuju wellness masaže, wellness oaze, njegu tijela, fitaktiv, bodymind, zdravu prehranu i sl. Wellness masaža se dijeli na tradicionalne i holističke, a glavna karakteristika je direktan utjecaj na psihičko i energetske zdravlje. Wellness oaza omogućuje korisnicima razne terapije sa svrhom potpunog opuštanja tijela i jačanja imuniteta. U tu kategoriju spadaju razne saune, kupelji i kabine. Njega tijela uključuje programe mršavljenja, opuštanja, pomlađivanja, gdje se uz samu masažu uključuju dijelovi glazbe, svjetla i mirisa. Fitaktiv je program koji se bazira na tjelesnoj aktivnosti, primjerice tenisu, golfu, i sl. Meditacija, vježbe disanja su također elementi koji se uključuju u wellness programe. Važna komponenta koja objedinjuje i upotpunjava svaki wellness program je zdrava prehrana, posebno svježe voće i povrće, čajevi, sokovi. Sve zastupljeniji program je medical wellness tj. program akupunktura, homeopatije, talasoterapije, psihoterapije i antistresa.



#### 4.4. Profil korisnika wellness usluga

Da bi korisnik wellness usluga ostvario svoj poriv za srećom, vrlo često treba isplanirati putovanje u zemlju koja mu može ponuditi wellness uslugu koja zadovoljava njegove potrebe. Korisnik wellness usluge će izdvojiti vrijeme i novac te zadovoljiti svoju potrebu za zdravim načinom života koja uključuje holistički pristup spajajući um, duh i tijelo i na taj način čineći osobu cjelovitom.

Profil korisnika wellness usluga je teško definirati. Razlog tome su različiti proizvodi i usluge koji su dio wellness turizma. Profil korisnika wellness usluga prema vrsti wellness proizvoda prikazuje Tablica 2.

Tablica 2. Profil korisnika wellness usluga

<b>VRSTA WELLNESS PROIZVODA/USLUGE</b>	<b>AKTIVNOST</b>	<b>KORISNIK</b>
Tradicionalni SPA	Masaža, sauna, turska kupelj	Starije osobe s specifičnim bolestima
Hoteli i SPA centri za dnevno korištenje	Kozmetički tretmani, aromaterapija, jacuzzi	Gosti sa većim primanjima, poslovni turisti, žene
SPA centri za rekreaciju	Bazeni, turska kupelj, jacuzzi, sauna, fitness	Parovi, obitelji s djecom, skijaši
Centri za talasoterapiju	Hidroterapija, inhalacija sa soli, pilinzi, sunčanje	Gosti sa većim primanjima, starije osobe
Holistički centri	Joga, masaža, razne radionice	Zene starije od 35 godina
Joga centri	Joga, meditacija, pjevanje	Zaposlene žene iznad 40 godina
Utočište za meditaciju	Meditacija	Generacija baybe boomers
Centar za hodočasnike	Duhovna i religijska mjesta	Osobe starije 30 godina
Medicinski centri	Operacije, plastična kirurgija, stomatološke usluge, posebni tretmani	Osobe starije od 30 godina

Izvor: Čitić, T., Wellness-turizam kao čimbenik poboljšanja kvalitete života, Međimursko veleučilište u Čakovcu, Studij Menadžment turizma i sporta, 2016., str. 33

Općenito govoreći, može se reći da su korisnici wellness usluga srednje dobi, iako je s vremenom ta dob sve mlađa. Obrazovani su, s visokim primanjima te očekuju visoku razinu

usluge. Ako se analiziraju korisnici wellness usluga prema spolu, može se reći da prevladava ženska populacija koja wellness uslugama nastoji poboljšati svoje zdravlje i sreću, a neke wellness aktivnosti primjenjuju i kod kuće (joga, masaža). Kroz povijest, žene su bile te koje su se brinule za obitelj i pri tome zanemarile vlastito zdravlje. Kako se položaj žena kroz stoljeća mijenjao, tako su one počele brinuti i njegovati svoje zdravlje, iz razloga da se odmore od posla i da izgledaju bolje. Za razliku od njih, muškarci preferiraju wellness ponudu koja uključuje sport ili fizičke aktivnosti.

Korisnici wellness usluga su heterogena populacija, koja traži raznolikost, visoku kvalitetu usluge i individualiziranu uslugu. Također, zahtijevaju paket usluga koji uključuje fizičku aktivnost, njegu, zdravu prehranu, opuštanje i obrazovanje. Za wellness uslugu su spremni izdvojiti mnogo više financijskih sredstava od prosječnog gosta. Najvažniji korisnici wellness usluga za svaku turističku destinaciju su korisnici od 50-60 godina, radno aktivni, čija su djeca napustila dom, putuju tijekom cijele godine te se temeljito pripremaju za putovanje.

Korisnici wellness usluga se razlikuju prema generacijskim skupinama:<sup>28</sup>

„Tiha generacija“ – korisnici wellness usluga koji danas imaju između 70 i 90 godina; pretežito su lojalni klijenti, a zanimaju ih provjereni zdravstveni tretmani te personalizirana usluga;

„Baby boomer generacija“ – korisnici wellness usluga koji danas imaju između 50 i 60-godina; najviše su skloni tretmanima za pokretljivost i kožu, spremni su na eksperimentiranje i vrlo su mobilni;

Mlađe skupine, odnosno 'X' i 'Y' generacija - vole iskušati sve novo, očekuju instant rezultate, vole kombinirati wellness ili spa iskustvo s fizičkim aktivnim odmorom, okolišno su osjetljivi.

<sup>28</sup> IPA, Upravljanje wellness turističkom destinacijom u globaliziranim uvjetima, [http://www.buzet.hr/fileadmin/dokumenti/ahvn/krajnovic/krajnovic\\_2.pdf](http://www.buzet.hr/fileadmin/dokumenti/ahvn/krajnovic/krajnovic_2.pdf), (25.03.2018.)

Također postoji klasifikacija korisnika wellness usluga prema kojima se isti dijele

na korisnike koji traže mir, korisnike koji traže pomoć, korisnike koji traže dobar izgled, opuštanje, zabavu te na korisnike koji žele sami sebi ugoditi. Unatoč različitim elementima wellness turizma, karakteristika koja opisuje sve korisnike wellness usluga je težnja konzumiranju „zdravih“ proizvoda.

## 5. POVIJESNI RAZVOJ WELLNES TURIZMA NA JADRANU

Wellness turizam se razvijao kroz povijest te pri tome mijenjao svoje oblike. Počeci razvoja se spominju već od 3000. do 1500. godina prije Krista kada se razvijaju danas najpoznatiji oblici medicine. Popularizaciji mnogih kupališta i lječilišta doprinosi posjećenost istih od strane kraljevskih obitelji. Sve više se razvijaju alternativne metode te wellness turizam postaje trend.

### 5.1. Evolucija wellness turizma

Wellness mjesta su kroz povijest postojala u svim drevnim kulturama svijeta. Wellness je kroz povijest mijenjao svoje oblike, sa temeljnom svrhom blagostanja osobe kao cjeline. Slika 4. prikazuje proces razvoja wellness turizma.

Slika prikazuje da počeci razvoja wellness turizma potječu već od 3000.-1500. godina prije Krista. U to vrijeme je nastala Ayurveda – medicinska praksa porijeklom iz Indije. Prakticirajući ayurvedu nastoji se stvoriti sklad između tijela, uma i duha. Svaki režim ayurvede je individualan prema potrebama korisnika, a s krajnjim ciljem sprječavanja bolesti. Slika 4. Evaluacija wellnessa



Izvor: Global Wellness Institute, <http://www.globalwellnessinstitute.org/history-of-wellness/>, (01.04.2018.)

Od 3000. - 2000. godina prije Krista razvija se jedna od najstarijih svjetskih medicina - tradicionalna kineska medicina. Razvija se pod utjecajem taoizma i budizma, a primjenjuje holističke perspektive za postizanje zdravlja i blagostanja. Pristupi koji su se razvili u kineskoj medicini su akupunktura, biljni lijekovi, Qi Gong i Tai Chi te postaju središte modernog wellnessa. U starogrčkoj medicini se vjerovalo da je bolest proizvod prehrane i načina života, te se zbog toga usavršavala medicinska prevencija bolesti. Rimljani su gradili kupališta širom Europe, koja su slovila kao atraktivna mjesta za uživanje.

Kemijska i mineralna svojstva kupališta otkrivaju se u 19. stoljeću, a popularizaciji doprinose kraljevske obitelji. U 18. stoljeću prepoznaje se sve veći značaj morske vode te počinje razvoj talasoterapije, posebno u Francuskoj. Također, u Švedskoj dolazi do razvoja suvremenih tehnika masaže. Medicinska praksa doživljava rast u SAD-u i Europi te se razvijaju alternativne metode kao što su kiropraktika, homeopatija, osteopatija i sl. Sve više postaje trend svježiji zrak, hladna voda te posebni i zdravi režimi prehrane.

### **5.1.1. Wellness turizam do 20. stoljeća**

Upotreba riječi „wellness“ datira iz 1950-ih godina. U to vrijeme kupališta dobivaju, osim terapijskog i društveni karakter. 1910. godine u Americi se otvara prvi spa salon te nudi usluge manikiranja, tretmane lica i depilacije. Godine 1958. u Kaliforniji se otvara spa resort koji je ujedno nudio i fitness programe, a 1974. se otvara fitness spa koji je nudio i tretmane za skidanje viška kilograma.

Dolazi do stvaranja sveobuhvatnih modela wellnessa te razvijanja novih alata za procjenu wellnessa. Stvara se prvi svjetski wellness-centar, razvijaju su prvi sveučilišni kamp-wellness-centri i osniva nacionalni wellness-institut te nacionalna wellness-konferencija u SAD-u. Wellness-pokret počinje dobivati na važnosti te medicinski, znanstveni i pravni svjetovi počinju ozbiljnije shvaćati njegovo postojanje.

Također, u 20. stoljeću javljaju se različite vježbe, tretmani blatom, posebni programi prehrane i posebni wellness objekti. Blatne kupke i blatne maske su tretmani koji se koriste u wellness i spa centrima za liječenje artritisa i reumatskih bolesti, detoksikaciju, pomlađivanje kože i potpuno opuštanje tijela. Sve više se počinje graditi stav da je wellness zdrav način života te se i sam pojam udomaćuje u svakodnevnom životu brojnih zemalja.

### 5.1.2. Wellness turizam 21. stoljeća

Wellness turizam današnjice se definira kao preventivni pristup zdravlju, trend koji zbog ubrzanog životnog ritma prakticira sve više ljudi. U 21. stoljeću wellness turizam se opisuje kao engl. „the new black“ odnosno nešto što je najveći trend u svijetu i za svoje korisnike on je statusni simbol, koji kao prioritet održava njihovo fizičko blagostanje i mentalno zdravlje. Wellness je životni stil, hit i moda 21. stoljeća, orijentiran prema fizičkom, psihičkom, duhovnom i socijalnom zdravlju pojedinaca.

Karakteristike wellness turizma 21. stoljeća su luksuzna oprema i prostori sa saunama, bazeni sa masažnim sustavima, sa prostorima i dvoranama za vježbanje i rekreaciju te meni sa posebno odabranim i izbalansiranim obrocima. Posebna pozornost je na detaljima, dizajnu, mirisu, svjetlu, boji, privatnosti, pažnji, uslužnosti, ponašanju i komunikaciji sa gostima. Wellness turisti očekuju „istinski wellness doživljaj“ i vrhunsku kvalitetu usluge što podrazumijeva tretmane dodirrom i razgovorom, vodom i toplinom, mirisom, bojom, zdrave zalogaje, individualne trenere, radionice osobnog rasta i razvoja, meditacije, autogeni trening, individualni pristup – pažnju, privatnost, točnost, higijenu, sigurnost.<sup>29</sup>

Novi trendovi u wellness turizmu predstavljeni su na Global Wellness Summitu, koji je održan u austrijskom Kitzbühelu. Prema tome će se novi wellness trendovi bazirati na zdravoj arhitekturi, mentalnom wellnessu, duhovnosti, poticanju kreativnosti i dr. Tako će primjeri novih trendova sve više biti atraktivne amfiteatralne saune i Aufguss event.<sup>30</sup> Arhitektura wellness centara također teži promjeni. U centru pažnje više neće biti atraktivni eksterijer, već kvaliteta zraka, akustika, i svjetlo. Naglasak u budućnosti će sve više biti na tišini i prirodi, a prostor i tišina sve traženiji luksuz. Umjetnost i kreativnost će prevladavati u wellness centrima, kroz glazbu, ples ili likovno izražavanje.

Wellness turizam iz godine u godinu bilježi sve veći napredak i rast. Sve više ljudi se okreće zdravome načinu života koji upravo wellness pruža. Kao sredstvo za poboljšanje života, sve više ljudi će se u budućnosti okrenuti prema jogi i meditaciji kao načinu za nošenje s stresom. Wellness će se posebno temeljiti na konzumaciji zdravih namirnica, ekološki uzgojenih namirnica te voću i povrću, a sve veći značaj će imati vegetarijanska i veganska prehrana.

<sup>29</sup> Wellness turizam, <https://www.krenizdravo.com>, (27.03.2018.)

<sup>30</sup> Aufguss saune su saune u wellness centrima koje predstavljaju kombinaciju klasične saune i istovremene kazališne predstave.

## 5.2. Wellness centri u Hrvatskoj

Prvi wellness centar u Hrvatskoj otvoren je prije desetak godina, u sklopu hotela Milenij u Opatiji. Njegova povijest potječe iz 1908. godine prema projektu arhitekta Carla Seidla, a deset godina nakon prvoga otvaranja uslijedilo je njegovo preuređenje. Uvedeni su novi sadržaji a sve po uzoru na Austro-ugarsku kraljicu Sissy, odnosno filozofija wellnessa usmjerena prema lijepoj, privlačnoj i njegovanoj ženi.

Nakon tog prvog otvaranja, primjer hotela Milenij u Opatiji slijede i drugi hoteli. Uslijedilo je i otvaranje drugih wellness centara pa se tako otvara hotel u Sol Umag u Umagu, hotel Dijamant u Poreču te Spa Wellness centar u HN Solaris u Šibeniku. Do 1984. godine u Hrvatskoj je otvoreno 44 wellness centara, dok se danas ta brojka udvostručila.

Danas su wellness centri u hrvatskoj neizostavni sadržaji hotela viših kategorija, a najveći dio njih se nalazi na Jadranu (oko 60%). Ponuda hotelskih wellness centara uključuje sadržaje poput masaže, saune, bazene s morskom vodom, fitnes-a, posebne režime prehrane, aromaterapije i sl.

Predviđanja za 2020. godinu su da će wellness turizam u Hrvatskoj, a osobito programi vezani uz talasoterapiju, predstavljati najvažniji segment hrvatske zdravstveno-turističke ponude i neizostavnu sastavnicu različitih turističkih doživljaja. Ključni elementi će biti različiti i dostupni wellness programi koji će se odlikovati visokom ekološkom očuvanošću.

### 5.3. Komparacija wellness turizma u Hrvatskoj i svijetu

U svijetu se wellness turizam razvija već 1950.-ih, dok svoj razvoj u hrvatskoj bilježi posljednjih 10-tak godina. Wellness turizam u svijetu igra vodeću ulogu na području turizma, a u Hrvatskoj je trend wellnessa prepoznat tek prije nekoliko godina. Također, u svijetu su posebni kompleksi koji nude kompletne wellness sadržaje, dok se u hrvatskoj wellness ponuda razvija kao komponenta hotela, toplica ili fitness usluga. Termin wellness u hrvatskoj koriste mnogi centri koji su se tako sami prozvali te je potencijal wellness turizma prepoznat samo u sklopu hotelske ponude, iako za razvoj istog postoje veliki potencijali. Wellness centri su se u Hrvatskoj od svojih početaka razvoja gradili i razvijali kao hoteli s wellnessom, odnosno wellness je dopunska djelatnost i ponuda hotela, dok se u svijetu razvijaju wellness hoteli. Ponuda proizvoda je prilagođena prosječnom gostu, dok se u svijetu ponuda usmjerava prema zahtjevnim gostima visokih primanja. Također, u svijetu se razvijaju brojni wellness trendovi; primjer tome je wellness trend u Japanu - shinrinyoku<sup>31</sup>.

Wellness turizam je posebno razvijen u azijskim zemljama – Indiji, Singapuru, Tajlandu, Maleziji i Filipinima. U Sjevernoj Americi su na tome području najrazvijeniji Meksiko i Kuba, u Južnoj Americi Brazil, Venezuela, Argentina i Kolumbija, a u Africi Južnoafrička Republika i Egipat, dok je u Europi to Mađarska. Razlozi toj razvijenosti su medicinske i wellness institucije koje provode kvalitativne tehničke i zdravstvene standarde te koje posjeduju međunarodne certifikate, dok su cijene usluga od 40 do 50 % niže u odnosu na one zapadnoeuropske.

Wellness turizam privlači posjetitelje visoke platežne moći te je ponuda u svijetu i orijentirana prema tome, dok se u hrvatskoj wellness usluge nude u sklopu hotelske ponude i za goste srednje platežne moći. Osim navedenog wellness turizam u hrvatskoj i svijetu ima i neke zajedničke karakteristike. Zajednička karakteristika wellness turizma u hrvatskoj i svijetu je ta da ljudi postaju sve svjesniji važnosti zdravlja, te su zbog toga primjetne promjene stavova ljudi prema istome, odnosno razmišljaju o zdravom načinu života, prehrani, u potrazi su za prirodom i načinima na koje mogu poboljšati svoje zdravlje. Hrvatska wellness ponuda se mora ugledati na svjetsku; orijentirajući se na goste visoke platežne moći koji putuju zbog wellness ponude nudeći im već postojeće blagodati.

---

<sup>31</sup> Shinrinyoku je wellness trend koji se razvio u Japanu a podrazumijeva upijanje prirodnog okruženja.



## 6. ZAKLJUČAK

Zdravstveni turizam, kao jedan od najstarijih oblika turizma, u prošlosti se razvijao zbog putovanja ljudi sa ciljem izlječenja bolesti. Dokazi tome datiraju u daleku prošlost, od izvora mineralne vode, lječilišta i bolnica pa sve do statua i ljudskih figura. Ljudi počinju shvaćati i uviđati važnost zdravstvenog turizma te se sve više popularizira. Od prvotnog shvaćanja zdravstvenog turizma kao cjeline, s zahtjevima tržišta se razvijaju i drugi oblici zdravstvenog turizma, odnosno medicinski, lječilišni i wellness turizam. Kako su ljudi postajali svjesniji važnosti zdravlja, te su isto željeli očuvati i unaprijediti, tako wellness turizam sve više dobiva na značaju. Također, wellness ponuda postaje s vremenom dostupna i ljudima niže platežne moći što ga još više promovira te se razvijaju i različite vrste wellness turizma.

Za razliku od Hrvatske, u svijetu su ljudi svjesniji važnosti brige o zdravlju, odnosno važnosti održavanja zdravlja te se razvijaju posebni kompleksi s wellness sadržajima, pažnja se obraća na detaljno uređenje ambijenta, kako unutrašnjosti tako i okoline, a sve orijentirano prema posjetiteljima visoke platežne moći. Primjeri tome se mogu pronaći u Azijskim zemljama te u Americi. Hrvatska u tome pogledu mora slijediti primjere tih zemalja kako bi wellness turizam postao jedan od glavnih pokreta u turizmu Hrvatske.

## **7. SAŽETAK**

Tema ovog rada je wellness turizam u Hrvatskoj. Svrha i cilj rada je istraživanje razvoja wellness turizma, početaka njegovog razvoja te povijesnog razvoja wellness turizma na Jadranu. Također se nastojala napraviti komparacija wellness turizma u Hrvatskoj i u svijetu. Pri pisanju rada korištena je metoda istraživanja kojom se nastojalo doći do raspoloživih podataka kako bi se uočile razlike između razvoja wellness turizma u hrvatskoj i svijetu. Kroz cijeli rad će se spominjati karakteristike te povijesni aspekti razvoja wellness turizma.

Ključne riječi: zdravstveni turizam, wellness turizam, wellness usluga, wellness centri.

### **7.1. SUMMARY**

The theme of this paper is wellness tourism in Croatia. The purpose and objective is to research development of wellness tourism, the beginnings of its development and the historical development of wellness tourism in the Adriatic. It also sought to make a comparison of wellness tourism in Croatia and in the world. During the writing work, a research method was used to find the available data to distinguish between the development of wellness tourism in Croatia and the world. Throughout the work we will mention the characteristics and historical aspects of wellness tourism development.

Keywords: health tourism, wellness tourism, wellness services, wellness centers.

## **8. LITERATURA**

### **8.1. Popis knjiga**

1. Bartoluci, M., Sport u turizmu, Kineziološki fakultet sveučilišta u Zagrebu, 2004.
2. Bartoluci, M., Upravljanje razvojem turizma i poduzetništva, Školska knjiga, Zagreb, 2013.
3. Čitić, T., Wellness-turizam kao čimbenik poboljšanja kvalitete života, Međimursko veleučilište u Čakovcu, Studij Menadžment turizma i sporta, 2016.
4. Geić, S., Menadžment selektivnih oblika turizma, Sveučilište u Splitu, Split, 1973.
5. Kunst, I., Tomljenović, R., Uloga zdravstvenog turizma u podizanju konkurentnosti ruralnih područja RH, Zagreb, 2011.
6. Kušen, E., Hrvatski turizam-plavo, bijelo, zeleno, Institut za turizam, Zagreb, 1996.

### **8.2. Znanstveni članci**

1. Balić, J., Stanje i perspektive razvoja wellness turizma u hotelskom sektoru Republike Hrvatske, Diplomski rad, Sveučilište u Splitu, Ekonomski fakultet, 2017.
2. Čižić, T., Wellness turizam kao čimbenik poboljšanja kvalitete života, Specijalistički diplomski stručni rad, Međimursko veleučilište u Čakovcu, 2016.
3. Dunn, H., I., High-level Wellness for Mann and Society, American Journal of Public Health, Vol. 49 No. 6, 1959.
4. Gračanin, M., Wellness u zdravstvenom turizmu hrvatske, Stručni rad, Vol. 1 No.1, 2010.
5. Gregorić M, Musliu T., Lječilišni aspekt zdravstvenog turizma u Republici Hrvatskoj, Zbornik radova Međimurskog veleučilišta u Čakovcu, Vol.6 No.2, 2016.
6. Muzur A., Kako se kali(o) Kurort: Povijest problema lječilišne regulative na primjeru Opatije i Lovrana u posljednjih stotinu i pedeset godina, Pregledni znanstveni članak, Vol.1 No.1, 2010.
7. Nacionalni program – akcijski plan razvoja zdravstvenog turizma, Republika Hrvatska, Ministarstvo turizma, Zagreb, 2014.
8. Štiković I., Zdravstveni turizam-potencijal Istre u zdravstvenom okruženju, Diplomski rad, Sveučilište Jurja Dobrile u Puli, 2017.
9. Trdina, D., Upravljanje ljudskim potencijalima u zdravstveno-turističkim centrima Republike Hrvatske, Vol.1 No.1, 2010.

### 8.3. Internet izvori

1. American Holistic Health Association, <http://ahha.org/selfhelparticles/the-tenets-of-wellness>, (10.03.2018.)
2. Discover Medical Tourism, <http://www.discovermedicaltourism.com/history/>, (25.01.2017.)
3. Global Wellness Institute, <http://www.globalwellnessinstitute.org/history-of-wellness/>, (01.04.2018.)
4. IPA, Upravljanje wellness turističkom destinacijom u globaliziranim uvjetima, [http://www.buzet.hr/fileadmin/dokumenti/ahvn/krajnovic/krajnovic\\_2.pdf](http://www.buzet.hr/fileadmin/dokumenti/ahvn/krajnovic/krajnovic_2.pdf), (25.03.2018.)
5. Islamic Medical Tourism, [http://www.healism.com/Medical\\_Tourism/History/](http://www.healism.com/Medical_Tourism/History/), (05.01.2018.)
6. Istra, <http://istra.hr/hr/regije-i-mjesta/mjesta-i-gradovi/ltz-savudrija/upoznajte-savudriju/povijest/povijest-turizma-u-savudriji>, (18.02.2018.)
7. Japanese Medical Tourism, [http://www.healism.com/Medical\\_Tourism/History/Japanese\\_Onsen/](http://www.healism.com/Medical_Tourism/History/Japanese_Onsen/), (20.12.2018.)
8. Kigo, <http://static.kigo.net/adriaday/images/stories/opatija/history>, (28.01.2018.)
9. Kratka povijest zdravstvenog turizma ili kako je sve počelo, <http://www.ksitta.mojweb.com.hr/destinacije/%20kratka-povijest-zdravstvenog-turizma-ili-kako-je-sve-pocelo/>, (01.12.2017.)
10. Turistička zajednica-Mali Lošinj, [www.tz-malilosinj.hr/](http://www.tz-malilosinj.hr/), (09.02.2018.)
11. Udruga za razvoj medicinskog turizma, [www.umt.hr](http://www.umt.hr/), (25.11.2017.)
12. UNWTO Annual report 2015, [http://cf.cdn.unwto.org/sites/all/files/pdf/annual\\_report\\_2015\\_lr.pdf](http://cf.cdn.unwto.org/sites/all/files/pdf/annual_report_2015_lr.pdf), (20.11.2017.)
13. Wellnes turizam, <https://www.krenizdravo.com>, (27.03.2018.)
14. World Health Organization, [www.who.int/](http://www.who.int/), (18.11.2017.)

#### **8.4. POPIS PRILOGA**

Slika 1. Onsen – izvori termalne vode u Japanu.....	13
Slika 2. Hotel Kvarner – Opatija.....	15
Slika 3. Turistički vodič Maloga Lošinja iz 1912./13. godine.....	16
Slika 4. Evaluacija wellnessa.....	26
Tablica 1. Vrste wellness centara.....	22
Tablica 2. Profil korisnika wellness usluga.....	23

