

GYÓGY- ÉS WELLNESS SZOLGÁLTATÁSOK ÉRDEKELTSÉGÉNEK VIZSGÁLATA A MAGYAR NŐK KÖRÉBEN

Szabó Katalin

Összefoglalás

Magyarország a geológiai adottságainak köszönhetően különleges turisztikai vonzerővel bír. Hazán számos termálvíz kúttal rendelkezik, így igazi gyógyvíz nagybatalomnak minősül. Világviszonylatban, a rangos 5. helyet foglalja el, Japán, Izland, Olaszország és Franciaország után. E természeti források kihasználására ma már komplex terápiák épülnek, melynek köszönhetően a fürdőlátogatások egyre inkább beépülnek az emberek mindennapjaiba. Kiváló lehetőséget kínál a gyógyulásra, az egészségmegőrzésre, a rendszeres testmozgás és a pihenés összekapcsolására. Az egészségturizmus egyre elterjedtebb, azonban ma már nem csak a gyógykezeléseket keresik, hanem egyre inkább a wellness szolgáltatásokat is. A wellness magába foglal aktív és passzív programokat, melyek preventív, rekreációs és relaxációs célból vehetőek igénybe. Fejlődését jelentősen befolyásolja a gyógyturizmus, a wellness szállodák, a különböző wellness szolgáltatások és a spák térhódításai. Kutatásomban az emberek gyógy- és wellness szolgáltatás igénybevételét vizsgálom, és azt, hogy ezek hogyan épülnek be a rekreációba.

Kulcsszavak: *egészségturizmus, gyógyturizmus, wellness szolgáltatások, rekreáció*

JEL: Z29

INVESTIGATION OF THE INTEREST OF MEDICAL AND WELLNESS SERVICES IN HUNGARIAN WOMEN

Abstract

Due to its geological features, Hungary has a special tourist attraction. In Hungary, it has many thermal water wells, so it is a real medicinal water. Globally, it ranks 5th, after Japan, Iceland, Italy and France. Complex therapies are now being built to take advantage of these natural resources, thanks to which spa visits are integrated into people's everyday lives. It offers an excellent opportunity to heal, stay healthy, combine regular exercise and rest. Health tourism is becoming more widespread, but today they are looking not only for medical services, but also for wellness services. Wellness includes active and passive programs that can be used for preventive, recreational and relaxation purposes. Its development is significantly influenced by the expansion of spa tourism, wellness hotels, various wellness services and spas. In my research, I examine people's use of health and wellness services and how these are integrated into recreation.

Keywords: *health tourism, medical tourism, wellness services, recreation*

JEL: Z29

Bevezetés

Számos kutatás támasztja alá, hogy a rekreáció gyökerei messzire nyúlnak vissza. Kialakulásának kezdetét az őskorra teszik, azonban azt fontos tisztázni, hogy az igazi rekreációról akkortól beszélhetünk, amikor a szabadidő nem csak megjelent az emberek életében, hanem annak az eltöltéséről szabadon is rendelkezettek. Ha elgondolkozunk azon, hogy mi is az a rekreáció valójában, akkor valószínűleg számos fogalom jutna az eszünkbe róla: a kikapcsolódás, a mozgás, az egészség, a turizmus, a kirándulás, a fitnessz, a szabadidő stb.

Amennyiben összegyűjtenénk azokat a fogalmakat, amelyekre a rekreáció kapcsán fókuszálunk, úgy a kikapcsolódás, pihenés, egészség, a sport, a szabadidős tevékenységek, a wellness, a fitnessz, a jól- lét megjelenének (Révész et al., 2015). Az viszont egyáltalán nem mindegy, hogy a szabadidőnk, a pihenésre szánt időnk milyen minőségben töltjük el. A civilizációval kibontakozott technikai vívmányoknak köszönhetően az emberek elkényelmesedő életet élnek, melyek napjainkban már komoly problémákat is jelentenek. A szabadidős tevékenységeink között szerepel, hogy egyre több időt töltünk tv nézéssel, számítógépezéssel, videojátékozással (Kinczel, 2021; Hőnyi 2021). Ezeknek a tevékenységeknek a túlzásba vitele sokszor károsak az egészségre. Egyre több fiatal és felnőtt küzd gerincproblémával, elhízással, szív és érrendszeri megbetegedésekkel, valamint mozgásszervi betegségekkel. Ez az „ülőéletmód” tehát számos egészségügyi problémát hordoz magával, melyekre megoldást kellett találni.

Magyarország természeti adottságaink köszönhetően számos gyógyfürdővel rendelkezik, melyekben a különböző gyógy szolgáltatások mellett ma már megtalálhatóak a szabadidővel kapcsolatos szolgáltatások is (Bujdosó - Reményik, 2008, Bujdosó, 2016, Reményik et al., 2020). Ezeknek a szolgáltatásoknak a célja az élményszerzés, a feltöltődés. Igazán kiváló rekreációs program lehetőségek. „A rekreáció tulajdonképpen a szabadidő eltöltés kultúrája. A „tökéletes” közérzet elérésének útja (Borbély – Müller, 2008, 18).”

Egészségturizmus

Egészségturizmusnak nevezzük „az egészséggel kapcsolatos olyan szándékos mobilitás összefoglaló kifejezése, ahol a helyváltoztatás célja a gyógyulás (gyógykezelés), rehabilitáció, vagy az egészségfejlesztés (wellness, rekreáció stb.), és ehhez – különböző mértékben – turisztikai szolgáltatás is társul (Egészségtudományi Fogalomtár).” Itt már az életminőség javítása is cél a betegségek kezelése mellett.

Doba – Zsigmond (2013) elmondása szerint az egészségturizmuson belül két alszektorra bontjuk meg az emberek motivációja alapján: a gyógy turizmust, és a wellness turizmust.

Hazánkban számos turisztikai szolgáltatás érhető el a gyógy tényezőknek köszönhetően. Ilyen szolgáltatások pl. a gyógykezelések, a mofetta, a gyógybarlang, a gyógyiszap, a mikroklíma vagy a gyógyvíz. Az utóbbi években az innováció az egészségturizmust is elérte. Ma már a régi tradicionális kezeléseket a modern technológia felhasználásával alkalmazzák. Egyre népszerűbben azok a kúrák, ahol a holisztikus egészséget, vagy a természetgyógyászatot kombinálják a különböző gyógy tényezőkkel.

Ma már azonban átfedés tapasztalható a gyógy és a wellness szolgáltatások között. Számos fürdő, és szálloda kínál a gyógy szolgáltatásai mellett wellness szolgáltatásokat is.

Gyógyturizmus

Magyarországnak különlegesen magas a turisztikai vonzereje, hiszen nemzetközileg elismert termál- és gyógyvíz készlettel rendelkezik. E tényezőknek köszönhetően világviszonylatban az előkelő 5. helyen áll. Magyarország területének 70-80%-a alatt található minimum 30 fokos vagy annál melegebb akár 70 fokos hévízforrás. „Számos termálkútjának köszönhetően a magyarországi települések, kihasználva az Európai Unió és állami támogatásokat, beruházásokba kezdtek, amellyel új gyógy, termál, és wellness fürdőket építettek (Gönczi – Lukács, 2014).” A fürdők a kikapcsolódás, és az élményszerzés mellett kiemelten fókuszálnak arra, hogy az odalátogatóknak megteremtsék az általános jó közérzetet, és kiemelt figyelmet fordítanak rá, hogy a testi és szellemi egészségüket is megőrizték. A gyógy és termálvizeknek köszönhetően a gyógyászati kezelések alkalmazása is egyre inkább előtérbe kerül. Ma már komplex kezelések épülnek a gyógyforrások kihasználására, Számos betegség kezelésére alkalmazzák ezeket az egészségügyi szolgáltatásokat. Kiemelkedő eredményeket képesek elérni a nőgyógyászati és a mozgásszervi megbetegedések esetén. A gyógy turizmus vendégkörét elsősorban a 60 feletti idősök alkotják, akik elsősorban orvosi javaslatra veszik igénybe a gyógy szolgáltatásokat. A másik legnagyobb réteget azok az emberek alkotják, akik sérülések, műtétek után rehabilitációs céllal keresik meg ezeket az intézményeket. Hazánkban a gyógy turizmus fő színterei elsősorban a minősített gyógyfürdők.

Wellness turizmus

„A wellness turizmus az egészséges életmód kialakításához, betegségek megelőzésében, testi- lelki harmónia megőrzésében vagy éppen megteremtésében, a fizikai állapot és állóképesség javításában kíván segítséget és útmutatást nyújtani, komplex egészségturisztikai szolgáltatásokkal (Magyar Turisztikai Ügynökség).” A wellness turizmus célja az egészségmegőrzés, és a prevenció.

Hazánkban is egyre elterjedtebb a wellness szolgáltatások köre, egyre több vállalkozás lát benne potenciált a nemzetközi trendekhez hasonlóan. Számos egészségcentrum, gyógy szálloda, wellness-klub, sportcentrum, szépségszalon nyitotta meg kapuit az utóbbi években, hogy komplex csomagokat, vagy szolgáltatásokat kínáljanak az embereknek. Ezeket a szolgáltatásokat, kezeléseket bármikor be lehet iktatni a hétköznapi életbe, ugyanis igénybevételük néhány órától akár több napig is terjedhetnek, annak függvényében, hogy ki mennyi időt szán rá. Az egészségtudatosság terjedésével nőtt a kereslet az ilyen jellegű szolgáltatások iránt, ugyan is a fogyasztói elsősorban egészség tudatos emberek, vagy az ez iránt érdeklődők alkotják. A fiatal felnőttektől az aktív egészségtudatos idősebb korú fogyasztóig mindenki megtalálja a számára megfelelő szolgáltatásokat ezekben az intézményekben.

Medical – wellness

A medical wellness egy új területe az egészségturizmusnak. Jellegzetessége az, hogy ötvözi a wellness és az orvostudományt. Ezek a szolgáltatások csak alapos állapotfelmérés után vehetők igénybe. A személyre szabott programokat az orvostudomány által igazolt eljárások szerint állítják össze, és folyamatosan ellenőrzik annak sikerességét. Ezek a kúrák akár több hétig is eltarthatnak. Azok az intézmények, melyek nyitottak ezekre a szolgáltatásokra, programjaikba beépítik, a természet gyógyászatot és a holisztikus szemléletmódot. A rendelések mellett gyakran tartanak előadásokat, ahol a prevenció fontosságára hívják fel az emberek figyelmét.

Anyag és módszer

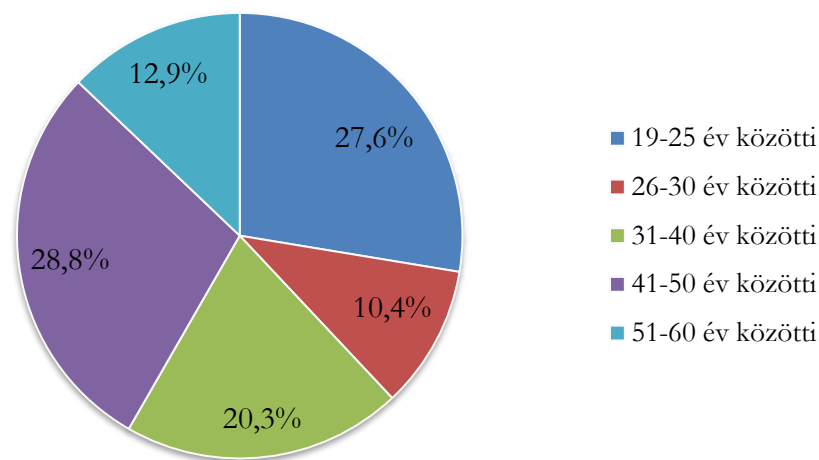
Kutatásom témája a Magyarországon élő női lakosság szabadidő eltöltési szokásainak vizsgálata, különös tekintettel a gyógy és wellness szolgáltatások igénybevételeire. A mai modern korban egyre nagyobb hangsúlyt fektetünk a rekreációs tevékenységekre, amelyek átsegítenek minket a túlhajszolt napjainkon. Rekreációnk során egyre inkább odafigyelünk arra, hogy amit végzünk, az feltöltson minket testileg és lelkileg is. Oldja a mindennapi stresszt az életünkben, és jó közérzetet biztosítson számunkra (Bíró – Müller, 2017; Lengyel, 2019; Müller et al., 2013; Müller et al., 2009, Kinczel et. al. 2021). Kutatásomban a célom az volt, hogy felmérjem mennyire népszerűek a különböző gyógy és wellness szolgáltatások hazánkban. Célkitűzésem mellett különböző hipotéziseket is megfogalmaztam:

- H1: Az emberek utazásaik során keresik az egészségügyi létesítményeket.
- H2: A wellness szolgáltatásokat minden korosztály szívesen veszi igénybe.

Vizsgálatomban primer és szekunder kutatást is végeztem. Primer kutatásomhoz az online kérdőívezést választottam, hiszen a mai modernkornak köszönhetően ez a módszer szerintem a legalkalmasabb ahhoz, hogy minél több emberhez eljusson. Kutatásom a 19-60 év közötti Magyarországon élő női lakosok körében zajlott. Elsősorban Magyarország Észak-alföldi régiójából érkeztek a válaszok. Eredményeim bemutatásához alapstatisztikai adatokat számítottam, és elemeztem az Excel program segítségével.

Eredmények

A vizsgálatomban 163 fő nő vett részt, melyből 45 fő volt 19-25 év közötti, 17 fő 26-30 év közötti, 33 fő 31-40 év közötti, 47 fő 41-50 év közötti, 21 fő 51-60 év közötti. A válaszadók 27,6%-a, a 19-25 év közötti korosztályba tartozott, 10,4%-a a 26-30 év közöttibe, 20,3%-a tartozott a 31-40 év közöttibe, 28,8%-a a 41-50 év közé és 12,9%-a az 51-60 év közé, melyet az 1. ábra is szemléltet.



1. ábra. A válaszadók életkorok szerinti megoszlása

Forrás: Saját forrás, 2022

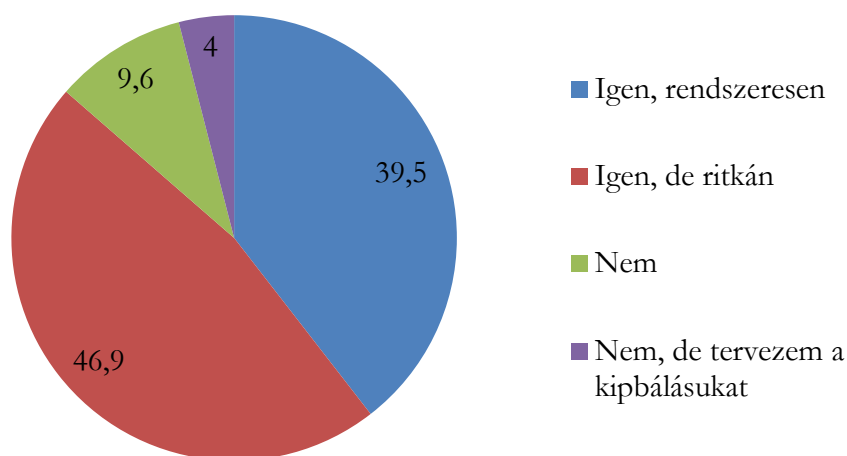
A vizsgált személyek többsége 54%-a (88 fő) megyeszékhelyen él, 35,6% (58 fő) él városban, 7,4%-uk (12 fő) él faluban vagy községen és 3% (5 fő) volt a kitöltők között, aki a fővárosban él.

Kutatásom során nagy hangsúlyt fektettem arra, hogy rákérdezzek, hogy a válaszadók milyen szempontok szerint választanak utazási célpontot maguknak. Ennél a kérdésnél a válaszadók egyszerre több választ is megjelölhettek. A válaszok a következő képen oszlottak meg: A válaszadók 27,5%-a az élményszerzési lehetőséget jelölte meg fő szempontnak. 23,2% az anyagi helyzetéhez mérten választ magának utazási célpontot. 16,4% a szolgáltatások színvonalát helyezi előtérbe, 15,5% a megközelíthetősége alapján dönt. 7,5% a hely ismerete alapján választja meg, 5%-uk a gyógy szolgáltatások miatt utazik oda, 3,9% a szolgáltatások hatékonyságát figyeli meg, és 1% az, aki üzleti út miatt dönt arról, hogy éppen hova utazik.

Láthatjuk a fent említett eredményekből, hogy a válaszadók milyen szempontok szerint választják meg az utazási céljukat. A kitöltésre érkezett válaszok hasonlóak Kinczel – Müller (2022) kutatásában szemléltetett eredményekkel.

Kíváncsi voltam rá, hogy a kérdőívemet kitöltők az utazásaik során igénybe veszik-e, az egészségturisztikai létesítmények által nyújtott szolgáltatásokat a gyógy, és wellness szállodákat, a gyógyfürdőket, a spa-kat és a különböző szolgáltatásokat.

A válaszadók 46,9%-a ritkán, a 39,5%-a pedig rendszeresen igénybe veszi a szolgáltatásokat. 9,6%-ot alkotnak azok, akik nem veszik igénybe ezeket a szolgáltatásokat, és további 4% az, akik eddig nem vették igénybe, de tervezik a kipróbálásukat.

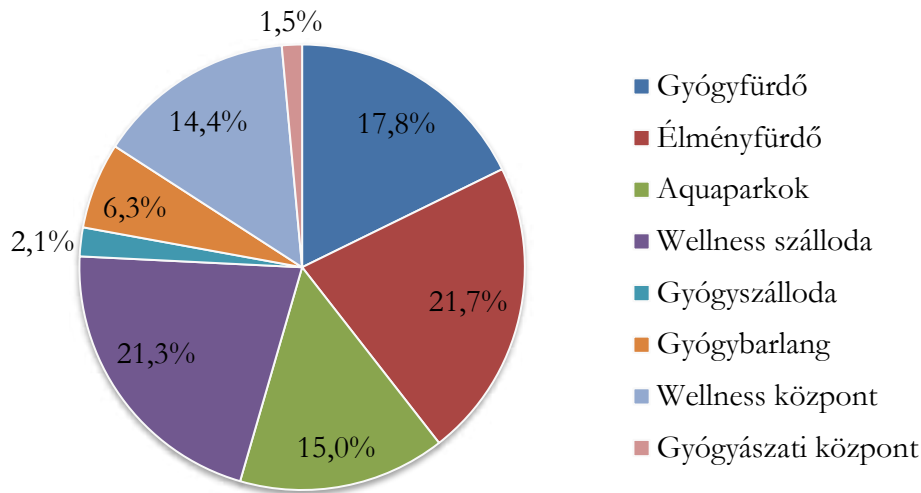


2. ábra. A kitöltők népszerű úti céljai során igénybevett szolgáltatások megoszlása

Forrás: Saját forrás, 2022

Ezek után kíváncsian vártam a következő kérdésem eredményeit, mely arról szólt, hogy az utazásaik során milyen gyógy és wellness szolgáltatásokat vesznek igénybe, azok akik az előző kérdésre igennel válaszoltak.

A válaszadók 21,71%-a utazásai során ellátogat egy élményfürdőbe. 21,3% wellness szállodába megy, míg 17,8% az utazásai során meglátogat legalább egy gyógyfürdőt. A kitöltők 15%-a meglátogat egy aquaparkot, míg a válaszadók 14,4-a egy wellness központot. 6,3%-ot alkotnak azok, akik meglátogatnak egy gyógybarlangot az utazásaik során, 2,1%-ot alkotnak azok, akik gyógyszállodába mennek, és 1,5%-ot alkotnak azok, akik gyógyászati központot választanak utazásaik során. Ezeket az eredményeket a 2. ábra is szemlélteti.



3. ábra. A kitöltők népszerű úti céljai során igénybevett szolgáltatások megoszlása

Forrás: Saját forrás, 2022

Az előbbieken már láthattuk, hogy utazásaik során milyen utazási célokat választanak maguknak az emberek, de úgy gondolom, hogy tekintsük meg korosztályok szerint is.

A válaszadók szerint a 19-25 év közötti korosztály legfőbb úticéljai közé tartoznak az élményfürdők (23,1%), az aquaparkok (22,4%), és a wellness központok (14,9%). A 26-30 év közötti korosztálynál első helyen szerepel a wellness központ (21,5%), második helyen a wellness szálloda (21,4%), és harmadik helyen az aquaparkok (19,6%). A 31-40 év közötti korosztályban első helyen van az élményfürdő (26,7%), második a gyógyfürdő (20,3%), harmadik a wellness szálloda (19,1%). A 41-50 évesek között népszerű utazási cél a wellness szálloda (23,9%), az élményfürdő (23%), a gyógyfürdők és az aquaparkok (18,4% – 18,4%). Az 51-60 év közöttiek előnyben részesítik a wellness szállodákat (35%), a gyógyfürdőket (27,5%), az élményfürdőket és a wellness központokat (12,5%-12,5%). A további adatok megtalálhatóak az 1. táblázatban.

1. táblázat. A megkérdezettek népszerű úti céljai során igénybevett szolgáltatások megoszlása korosztályonként

Korosztály:	19-25 év közötti	26-30 év közötti	31-40 év közötti	41-50 év közötti	51-60 év közötti
Gyógyfürdő	13,4%	14,3%	20,3%	18,4%	27,5%
Élményfürdő	23,1%	19,6%	26,7%	23,0%	12,5%
Aquapark	22,4%	10,7%	14,9%	18,4%	2,5%
Wellness szálloda	15,8%	21,4%	19,1%	23,9%	35,0%
Gyógyszálloda	3,0%	1,8%	2,1%	0,0%	2,5%
Gyógybarlang	5,2%	8,9%	4,3%	6,4%	7,5%

Wellness központ	14,90%	21,5%	12,7%	10,1%	12,5%
Gyógyászati központ	2,20%	1,8%	0,0%	0,0%	0,0%
Válaszadók száma (fő):	45	17	33	47	21

Forrás: Saját forrás, 2022

A következő kérdésben külön kitértem arra, hogy a különböző gyógy szolgáltatások közül melyek azok, amelyeket már valamikor igénybe vettek.

A 19-25 év közöttiek leginkább a termál medence (33,6%) az iszappakolás, iszapfürdő (28%), és a gyógytorna (15,9%) szolgáltatásokat vették igényben. A 26-30 év közötti korosztályban népszerű volt a termál gyógymedence (44,4%), a víz alatti vízsugármasszázs (13,9%), és az iszappakolás és iszapfürdő (11,2%). A 31-40 év közötti korosztálynál is a legnépszerűbb szolgáltatás a termál gyógyvizes medence használata (43,8%), a gyógytorna (12,3%), és az orvosi gyögmasszázs (11%). A 41-50 év közötti korosztályban első a termál gyógymedence (34,5%), második a gyógytorna (13,3%), és a harmadik legnépszerűbb a víz alatti vízsugár masszázis. Az 51-60 év közötti korosztályban a termál gyógymedence (26,9%), az orvosi gyögmasszázs (13,4%), és a súlyfürdő (10,4%) a legnépszerűbb szolgáltatás. Az eredményeket a 2. táblázat is szemlélteti.

2. táblázat. A kitöltők gyógyszeres szolgáltatások igénybevételeinek megoszlása korosztályok szerint

Korosztály:	19-25 év közötti	26-30 év közötti	31-40 év közötti	41-50 év közötti	51-60 év közötti
Termál gyógymedence	33,6%	44,4%	43,8%	34,5%	26,9%
Iszappakolás, iszapfürdő	28,0%	11,2%	5,5%	5,3%	6,0%
Súlyfürdő	2,8%	2,8%	1,3%	5,3%	10,4%
Szénsavas fürdő	0,0%	2,8%	2,8%	1,8%	1,5%
Orvosi gyögmasszázs	1,9%	5,5%	11,0%	9,7%	13,4%
Víz alatti vízsugármasszázs	8,4%	13,9%	9,6%	12,4%	8,9%
Gyógytorna	15,9%	2,8%	12,3%	13,3%	8,9%
Hidro- és termoterápia	1,9%	2,8%	1,4%	0,0%	4,5%
Elektroterápia	5,6%	0,0%	5,5%	9,7%	7,5%
Komplex fürdőellátás	0,0%	5,5%	1,3%	1,8%	6,0%
Speciális gyógyászati kezelés	1,9%	0,0%	0,0%	0,0%	3,0%
Rehabilitációs szolgáltatások, baleseti utókezelés	0,0%	8,3%	5,5%	6,2%	3,0%
Válaszadók száma (fő):	45	17	33	47	21

Forrás: Saját forrás, 2022

A kérdéseimben kitértem arra is, hogy milyen jellegű wellness szolgáltatásokat szoktak igénybe venni. Az eredményként kapott válaszokat ezúttal is korosztályok szerint mutatom be. Az általam kapott eredményeket a 3. táblázat is szemlélteti.

A 19-25 év közötti korosztály leginkább a szaunát (23,4%), a jakuzzi (21,6%) és a só szoba (14%) szolgáltatásokat szokta igénybe venni. A 26-30 év közötti korosztály kifejezetten szereti a masszázst (18,5%) szolgáltatásokat, valamint a szaunát (18,5%) és a jakuzzit (17,3%). A 31-40 év közötti korosztály is ezt a három szolgáltatást preferálja leginkább: jakuzzi (19,3%), masszázs (18,8%), szauna (18,7%). Az 51-60 év közötti nők körében a szauna (18,5%) van előtérben, azt követi a masszázs (17,5%), valamint a jakuzzi (15,5%).

Jól megfigyelhető, hogy ahogy telnek az évek, egyre inkább előtérbe kerülnek az alakformáló kezelések és a szépítő fürdő szolgáltatások, hiszen a korunk előrehaladtával a bőrünk veszít a rugalmasságából és ilyenkor már nehezebb karbantartani.

3. táblázat. A válaszadók wellness szolgáltatások igénybevételeinek megoszlása korosztályok szerint

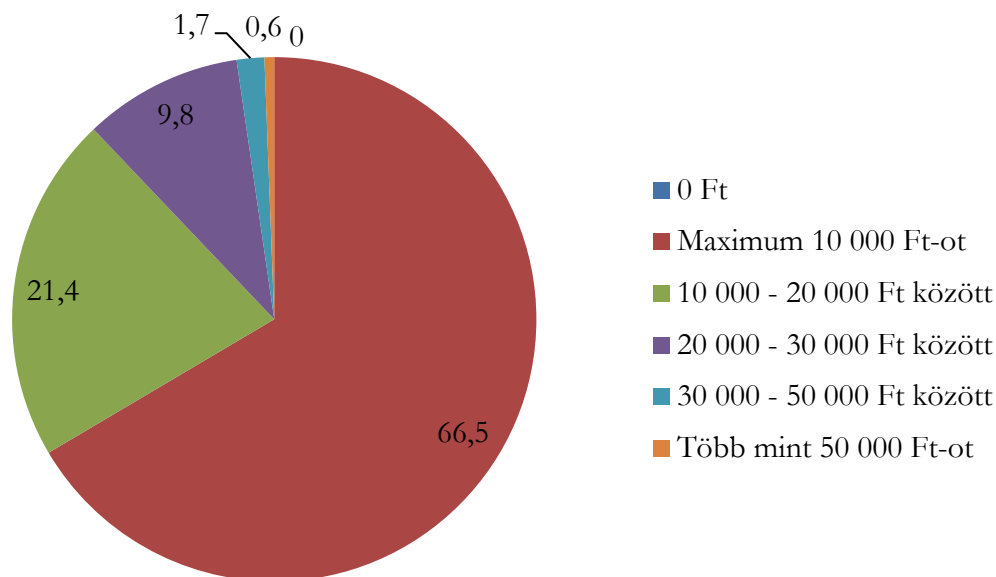
Korosztály:	19-25 év közötti	26-30 év közötti	31-40 év közötti	41-50 év közötti	51-60 év közötti
Jakuzzi	21,6%	17,3%	16,9%	19,30%	15,5%
Szauna	23,4%	18,5%	18,7%	18,70%	18,5%
Szolárium	11,7%	14,8%	11,3%	10,90%	13,6%
Gőzkabin	13,4%	13,6%	14,4%	15,10%	12,6%
Só szoba	14,0%	13,6%	16,2%	12,50%	12,6%
Alakformáló kezelés	2,4%	2,5%	2,5%	3,10%	5,8%
Szépítő fürdő	1,2%	1,2%	1,3%	1,60%	3,9%
Masszázs	12,3%	18,5%	18,7%	18,80%	17,5%
Válaszadók száma (fő):	45	17	33	47	21

Forrás: Saját forrás, 2022

A kérdéseim között szerepelt az is, hogy felmérjem mennyi a költségi hajlandóságuk ezeknek az embereknek egy átlagos hónapban gyógy- és wellness szolgáltatásokra.

A válaszokból jól megfigyelhető, hogy a kérdőívet kitöltők többsége 66,5%-a maximum 10 000Ft-ot költ egy átlagos hónapban. 21,4%-ot alkotnak azok, akik 10 000 – 20 000 Ft között költenek. 9,8%-ot alkotnak azok, akik 20000-30000 Ft között költenek, 1,7% 30 000 – 50 000 Ft költ, és akad 0,6% akik több mint 50 000 Ft-ot költenek egy hónapban ilyen jellegű szolgáltatásokra. A válaszok között szerepelt még az is, hogy egyáltalán nem áldoz az ilyen jellegű szolgáltatásokra, de arra nem érkezett válasz.

A válaszokat a következő diagram (3. ábra) is szemlélteti.



4. ábra. A megkérdezettek költési hajlandóságának megoszlása

Forrás: Saját forrás, 2022

Következtetések és javaslatok

Kutatásom során számos szakirodalmat megtekintettem, és az általam készített kérdőívet is kielemeztem, és arra következtésre jutottam, hogy a gyógy és a wellness szolgáltatásokra is egyre nagyobb az igény, mely a rekreáció egy fontos területe. Az általam vizsgált nők kifejezetten keresik az egészségturisztikai létesítményeket az utazásaik során, és az egészségük megóvására akár minden hónapban képesek áldozni.

A gyógy szolgáltatások nem csak a sérülések rehabilitációja során fontos, hanem ahogy korosodunk, annál nagyobb szükségünk van rájuk. A modern kor ülő életmódja előbb utóbb káros következményekkel jár az izomzatunkra, ízületeinkre, csontrendszerünkre nézve, melyeket a különböző gyógy kezelésekkkel javíthatjuk, vagy legalábbis szinten tarthatjuk.

A gyógy szolgáltatások mellett egyre inkább teret hódítanak a wellness szolgáltatások, amelyek már az életünk részeivé válnak. Minden korosztály szereti a kényeztetni magát, mely a stresszes, túlhajszolt életmód ellenszere is. Így a kikapcsolódásra mindenkinek szüksége van. „Az egészségfejlesztés nemcsak társadalmi, hanem egyéni szintű feladat is, a két szint csak együtt tud hatékonyan működni (Hidvégi et al. 2017, 3).” A wellness elemek a rekreációban, a turizmusban egyaránt megjelenő keresletet kielégítő elemek, melynek népszerűsége az utóbbi években is töretlen népszerűségnek örvend (Müller-Szabó 2009, Mosonyi et. al. 2013, Biró et. al. 2019). Igaz a covid hatása ideiglenesen csökkent a kereslet a zárások után ismét népszerű egészségmegőrzési szolgáltatássá vált (Lengyel 2022, Adibe et. al. 2021).

Hivatkozott források

- [1.] Adibe, B., Hebert, C., Perticone, K., & Dowd, S. M. (2021). Creating wellness in a pandemic: a practical framework for health systems responding to COVID-19. *Nejm Catalyst Innovations in Care Delivery*, 2(2). DOI: <https://doi.org/10.1056/CAT.20.0218>
- [2.] Bíró M. – Müller A. (2017): Aktív pihenés, rekreáció = Active relaxation, recreation. In: Dobos, Anna; Mika, János (szerk.): *Természeti és kultúrtörténeti értékek Eger térségében = Natural and cultural heritage in the Eger Region*. Eger: Líceum Kiadó, pp. 128–130.
- [3.] Bíró, M. – Pucskó, J.M. – Hidvégi, P. – Molnár, A. – Mikhárdi, S. – Lenténé, P.A. (2019): A magyarországi és az Észak-alföldi fürdők jellemzőinek, forgalmának és a fürdők által nyújtott szolgáltatásoknak az elemzése. In: Balogh, László (szerk.) *Sport és társadalom*. Debrecen, Magyarország Debreceni Egyetem Sporttudományi Koordinációs Intézet. 137 p. pp. 18–28.
- [4.] Borbély A. – Müller A. (2008): A testi- lelki harmónia összefüggései és módszertana. *PEM Tanulmányok VII. Professzorok az Európai Magyarországiért Egyesület*, Budapest. pp. 18.
- [5.] Bujdosó, Z - Remenyik, B. (2008): Turizmusmenedzsment az Észak-Magyarország Régióban In: Dávid, L (szerk.) *A turizmus szerepe az Észak-Magyarország Régióban I-II Gyöngyös, Magyarország: Károly Róbert Főiskola (KRF)* pp. 85–101
- [6.] Bujdosó, Z. (2016): A turizmus és a területfejlesztés kapcsolatrendszere Magyarországon In: Kókai, S (szerk.) *A változó világ XXI. századi kihívásai: tanulmánykötet Prof. Dr. Hanusz Árpád egyetemi tanár 70. születésnapja tiszteletére Nyíregyháza, Magyarország: Nyíregyházi Egyetem Turizmus és Földrajztudományi Intézet* (2016) 602 p. pp. 63–76
- [7.] Egészségtudományi fogalomtár – www.fogalomtar.aeek.hu [online] Letöltés dátuma: 2022.04.29.
- [8.] Gönczi K. – Lukács A. (2014): Egészségügyi szolgáltatások vendéglégedettségi vizsgálata a magyarországi gyógy- és termálfürdőkben. Mozgás, környezet, egészség. *International Research Institute sro*, Komárno, Slovakia. pp. 108–118.
- [9.] Hidvégi P. – Bíró M. – Müller A. – Váczi P. (2017): Testnevelési program a munkahelyi egészségfejlesztésben, *Acta Academiae Agriensis Nova Series: Sectio Sport*, 44. pp. 3.
- [10.] Hőnyi, D., Kinczel, A., Váczi, P., & Müller, A. (2021). F fiatalok rekreációs tevékenységeinek vizsgálata. Különleges Bánásmód - Interdiszciplináris folyóirat, 7(2), 105–110. DOI: <https://doi.org/10.18458/KB.2021.2.105>
- [11.] Kinczel, A. – Bába, É. B. – Molnár, A. – Müller, A. – Laoues-Czibalmos, N. (2021). A magyar fiatal felnőttek sportolási szokásai és sport motivációjuk alakulása. *Acta Carolus Robertus*, 11(1), 27–39. DOI: <https://doi.org/10.33032/acr.2573>
- [12.] Kinczel, A. – Müller, A. (2022): Study on travel habits and leisure activities in the light of COVID-19 triggered changes in Romania and Hungary. *Geojournal Of Tourism And Geosites* 41 (2) 440–447. DOI <https://doi.org/10.30892/gtg.41214-848>
- [13.] Kinczel, A. (2021): Szabadidő-eltöltési szokások itthon és határon túl. *Acta Carolus Robertus*, 11 (2). 19–29 DOI: <https://doi.org/10.33032/acr.2540>
- [14.] Lengyel A. (2019): A mindfulness és liminalitás felértékelődése: spirituális elvonulási központok, a fenntartható jövő desztinációi? *Turizmus bulletin*, 19(1), pp. 14–24.
- [15.] Lengyel, A. (2022): Authenticity, mindfulness and destination liminoidity: a multi-level model. *Tourism Recreation Research* 47 (1) 31–46. DOI: <https://doi.org/10.1080/02508281.2020.1815412>

- [16.] Magyar Turisztikai Ügynökség – www.mtu.gov.hu [online] Letöltés dátuma: 2022.04.29.
- [17.] Mosonyi, A. – Lengyel, A. – Müller, A. (2013): Branding potential of spas in the Northern Plain and the Mid-Transdanubian Regions. *Abstract - Applied Studies In Agribusiness And Commerce* 7 (4-5) 97–101. DOI: <https://doi.org/10.19041/APSTRACT/2013/4-5/13>
- [18.] Müller A. – Bíró M. – Hidvégi P. – Váczi P. – Plachy J. – Juhász I. – Hajdú P. – Seres J. (2013): Fitness trendek a rekreációban. *Acta Academiae Agriensis Nova Series: Sectio Sport*, 40. pp. 25–34.
- [19.] Müller A. – Szabó R. – Kerényi E. – Mosonyi A. (2009): Fürdő kutatás a Közép- dunántúli régióban. *Acta Academiae Agriensis Nova Series: Sectio Sport*, 36. pp.77–87.
- [20.] Müller, A. – Szabó, R.: (2009): Analysis of Agárd, Komárom and Papa's Thermal bath, According the Guest's satisfaction. *Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport* 36 pp. 89–101.
- [21.] Remenyik, B. – Horváth, D. – Vasa, L. (2020). Relationships between cycle theories, sustainable tourism, and the effects of the COVID-19 in Hungary. *Economic Annals-XXI* 185 (9-10), 79–90.
- [22.] Révész L., Müller A., Herpainé Lakó J., Boda E., Bíró M. (2015): A rekreáció elmélete és módszertana 1. EKF Liceum Kiadó.

Szerző

Szabó Katalin
Sport- és rekreációs szervezés
III. évfolyam
Debreceni Egyetem, GTK
szabo.katalin.degk@gmail.com

A műre a Creative Commons 4.0 standard licenc alábbi típusa vonatkozik: [CC-BY-NC-ND-4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/).

