



Kılıçarslan, Ö. ve Yozukmaz, N. (2022). "Dünyadan Örneklerle Sağlık Turizmi ve Rekreasyon Arasındaki İlişkiye Dair Bir İnceleme", *Pamukkale Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2022 Sayı 53: Özel sayı 2, Denizli, ss. Ö385-Ö402.

DÜNYADAN ÖRNEKLERLE SAĞLIK TURİZMİ VE REKREASYON ARASINDAKİ İLİŞKİYE DAİR BİR İNCELEME*

Özge KILIÇARSLAN**, Nisan YOZUKMAZ***

Öz

Turizm literatüründe alternatif turizm çeşitleri arasında yer alan ve bazı kaynaklara göre özel ilgi turizmi olarak değerlendirilen sağlık turizmi, son yıllarda önemli bir turizm çeşidi olarak ön plana çıkmaktadır. Sağlık turizmi genel olarak termal turizm, spa ve wellness uygulamaları, medikal ve dental turizm, üçüncü yaş turizmi ve erişilebilir turizm gibi niş türleri kapsayan geniş bir pazardır. Sağlık turizminin temel amacının her ne kadar sağlığı koruma ve iyileşme olduğu belirtile de bu turizm çeşidiyle turistlerin konaklama, beslenme, dinlenme ve belirli rekreatif faaliyetler aracılığıyla eğlence gereksinimlerinin de karşılanması hedeflenmektedir. Özellikle rekreatif faaliyetler, turistlerin sadece kısa ve geçici olarak o andaki yaşam kalitesini arttırmamakta, aynı zamanda duygularını pozitif yönde etkileyerek tedavilerine destek olmaktadır. Öyle ki son zamanlarda sağlık turizmi kapsamında seyahatlerini planlayan turistlerin onlara sağlık hizmetleri dışında farklı rekreatif deneyimler sunacak işletmeleri tercih etmesi, bu açıklamaları destekler niteliktedir. Bazı araştırmalarda sağlık hizmetlerinin ötesinde tedavi süresince düzenlenen rekreatif faaliyetlerin, turistlerin yıllık hallerine önemli katkılar sunduğu dile getirilmiş olmasına rağmen, bu alanda hala dikkate değer sayıda çalışma bulunmamaktadır. Alandaki boşluğa ışık tutmak adına gerçekleştirilen bu çalışmanın amacı, sağlık turizminde her geçen gün önemi artan rekreatif faaliyetler ile sağlık turizmi türleri arasındaki ilişkileri değerlendirmektir. Bu maksatla öncelikle çalışmada sağlık turizmi ve rekreasyon kavramsal olarak açıklanmış ve iki kavram arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Ayrıca çalışmada sağlık turizmi ve rekreasyon arasındaki ilişkilerin dünyadan örneklerle desteklenmesiyle rekreasyon literatürüne katkı sağlanmış ve sağlık turizmi alanında faaliyet gösteren işletme yöneticilerine yeni perspektifler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Sağlık turizmi, Termal turizm, Spa ve wellness turizmi, Medikal turizm, İleri yaş (geriatri) turizmi, Erişilebilir turizm, Yoga turizmi, Rekreasyon.

A REVIEW ON THE RELATIONSHIP BETWEEN HEALTH TOURISM AND RECREATION WITH EXAMPLARY CASES AROUND THE WORLD

Abstract

Health tourism, which is among the alternative tourism types in tourism literature and evaluated as special interest tourism according to some sources, has come to the forefront as an important tourism type in recent years. Health tourism, in general, is a broad market that covers niche types such as thermal tourism, spa and wellness tourism, medical and dental tourism, senior tourism and accessible tourism. Although it is stated that the main purpose of health tourism is to protect and improve health, it is also aimed to meet the entertainment needs of tourists through accommodation, nutrition, rest and certain recreational activities. In particular, recreational activities do not only increase the quality of life of tourists for a short and temporary time, but also support their treatment by positively affecting their emotions. Therefore tourists who plan their

*Bu çalışma 20-21 Mayıs 2022 tarihinde düzenlenen Sürdürülebilir Termal Turizm Kongresi'nde sunulan bildirden geliştirilmiştir.

**Dr., Pamukkale Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Turizm İşletmeciliği Bölümü, DENİZLİ.
e-posta:kozge@pau.edu.tr, (<https://orcid.org/0000-0002-9774-6911>)

***Dr., Pamukkale Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Turizm İşletmeciliği Bölümü, DENİZLİ.
e-posta:nisany@pau.edu.tr, (<https://orcid.org/0000-0002-4060-4090>)

travels within the scope of health tourism recently prefer facilities that will offer them different recreational experiences other than health services. Although it has been claimed in some studies that the recreational activities organized during the treatment, beyond the health services, make significant contributions to the wellbeing of the tourists, there are still a few remarkable studies in this area. The aim of this study, which was carried out in order to shed light on the gap in the field, is to evaluate the relationship between recreational activities and health tourism types, whose importance is increasing day by day within the scope of health tourism. For this purpose, first of all, health tourism and recreation are explained conceptually in the study and the relations between the two concepts are examined. In addition, by supporting the relations between health tourism and recreation with exemplary cases around the world, a contribution to the recreation literature has been made and new perspectives have been presented to business managers operating in the field of health tourism.

Keywords: *Health tourism, Thermal tourism, Spa and wellness tourism, Medical tourism, Third age/senior (geriatrics) tourism, Accessible tourism, Yoga tourism, Recreation.*

GİRİŞ

Antik çağlardan bu yana dünyanın her noktasında seyahatin izlerine rastlamak mümkündür. İnsanların kendi güvenliklerini sağlamak ve besinin bol olduğu toprakları keşfetmek amacı ile başlayan seyahat tarihi; sosyo-ekonomik gelişmelerle birlikte dini, ekonomik, spor ve sağlık gibi amaçlarla güçlenmiştir. Buna ilaveten turizmin, rahatlama, zevk, esenlik ve hatta sağlığın artması ile ilgili olduğu bir gerçektir. Küresel anlamda insanları seyahate yönlendiren ilk turizm çeşitleri doğrudan “sağlığı” ve sağlıklı bir yaşama doğru seçimleri kapsayan “esenliği” kapsamaktadır (Connell, 2006). On sekizinci yüzyılda Avrupa’nın ve diğer kıtaların çoğunda yer alan sayısız kaplıca, bölgesel turizm hareketliliğinin etkin bir şekilde artmasına neden olmuştur. On dokuzuncu yüzyıla gelindiğinde, neredeyse tüm tropik bölgelerde sağlık turizmini destekler nitelikte, şehirden uzak tepelere tesislerin kurulması, turizmin ve rekreatif faaliyetlerin iyileştirici özelliklerinin ön plana çıkmasına neden olmuştur (Smyth, 2005). İkinci Dünya Savaşı’ndan sonra, sağlık hizmetlerinin doğal şifa kaynaklarına dayalı olarak gelişmesiyle, çeşitli tesisler inşa edilmiş, genişletilmiş veya yenilenmiştir (Puczkó, 2015). Bu süreçte turizm, gelişmiş ülkelerde denize doğru kaymış ve elitlerden işçi sınıflarına doğru genişlemiştir. Bu gelişmelerden sonra deniz banyosu sağlıklı bir rekreasyon biçimi haline gelmiştir (Gilbert, 1954). Golf, bisiklet, yürüyüş ve dağcılık gibi diğer sporlar da benzer şekilde turizm deneyiminin bir parçası haline gelmiş ve turizmi ve esenliği birleştirmenin keyifli yolları olmuştur. Son zamanlarda ise turistler bedensel, özellikle de zihinsel olarak yenilenmek amacıyla yoga ve meditasyon yapabilecekleri yerlere seyahat etmeye başlamıştır (Connell, 2006).

Yetişkinlik ve yaşlılık dönemindeki insanlar için rekreasyon faaliyetleri, “modern uygarlıkta hastalıkların” önlenmesine büyük katkı sağlayabilmektedir. Medeniyet, bireyleri fiziksel emekten kurtarmış olsa da günümüzde çeşitli kardiyovasküler hastalıklar başta olmak üzere farklı sorunlar ortaya çıkmaktadır. Özellikle diyabet, yüksek tansiyon, kanser, solunum problemleri, alkolizm ve ruhsal hastalıklarda artış yaşanmaktadır. Boş zaman ve tatil imkanları vücudun “*pilleri şarj edip*” fiziksel ve zihinsel gücü yenilediği için hemen hemen tüm ülkelerde, golf, tenis, binicilik, ve kayak için spesifik turizm merkezlerini tercih eden turistlerin sayısında artış yaşanmaktadır. Bu faaliyetlerin arka planında, vücudun ve sağlığın korunmasını olumlu yönde etkileyen bazı faaliyetlerin yanı sıra temiz hava ve deniz suyu gibi doğal unsurların bir kombinasyonu yer almaktadır. Bu anlamda kaplıcalar ve dağ tatil köyleri, uygun iklimleri ile sağlık ve rekreasyon turizminin taşıyıcılarıdır. Sağlık turizmi kapsamında rekreatif faaliyetler sunmak, ziyaretçilerin kalış sürelerini uzatmayı, içerik zenginleştirmeyi ve modern turistlerin çeşitli ihtiyaçları için bir dizi farklı program (önleme, rehabilitasyon, sağlıklı yaşam vb.) oluşturmayı içerebilmektedir. Öyle ki çeşitli sağlık ve rekreasyon faaliyetlerini bir arada uygulamanın; hastalığı önleme ve sağlığı koruma, vücudun çeşitli hastalıklara karşı direncini artırma, meslek hastalıklarının önlenmesi ve ortadan kaldırılması, hipodinamik hastalıkların semptomlarının hafifletilmesi, enerji tüketiminin dengelenmesi ve normal ağırlıkta bir vücudun korunması gibi faydaları vardır (Gligorijević ve Novović, 2014).

Sağlık turizmi özel sağlık bakım hizmetlerinin yanı sıra genel turistik hizmetleri de kapsayan hizmetler bütünü olarak değerlendirilmektedir. Sağlık bakım hizmetleri, uzman doktorlar ve hemşirelerce konaklama tesisinde yapılan tıbbi bakımı, özel diyetleri, akupunkturu, bitkisel tedavi gibi yöntemleri kapsamaktadır. “*Sağlık turizminde hedef kitle, sadece sağlıklarını kaybetmiş bireyler değil; sağlıklarını korumak, geliştirmek arzusunda olan ve kür uygulamalarından arta kalan zamanlarında tatil ihtiyaçlarını karşılama ve rekreatif faaliyetlerden de faydalanma ihtiyacı duyan kişilerdir*” (Tütüncü vd., 2011: 92). Özetle sağlık turizmine katılan bir kişinin sağlığının bozulmuş

olması şart değildir. Bireyler sağlık turizmi kapsamında yaptıkları rekreatif faaliyetlerle hastalıktan kaçınma ve kendi zihin ve bedenlerini geliştirebilme fırsatını yakalayabilmektedir (Tütüncü vd., 2011).

Literatürde sağlık turizmi ve rekreasyon ilişkisini destekleyen çalışmalar mevcuttur (Hall, 1992; Ladplee, 2021; Pecelj vd., 2017; Scott vd., 2009; Smith ve Puczko, 2009, 2015). Ancak Türkçe alan yazında rekreasyon ve sağlık turizmi arasındaki ilişkiye dair kavramsal bir derleme çalışma bulunmamaktadır. Bu sebeple gerçekleştirilen bu açıklayıcı kavramsal çalışmada sağlık turizmi kapsamında değerlendirilen termal turizm, spa ve wellness turizmi, medikal ve dental turizm, üçüncü yaş turizmi, erişilebilir turizm ve son olarak yoga turizminin rekreasyon ile ilişkisini farklı örneklerle değerlendirmek ve söz konusu ilişkiyi somutlaştırmak amaçlanmıştır. Araştırmanın ana problemi sağlık turizminin ve alt türlerinin rekreasyon ile ilişkisinin ne olduğu ve dünyada bu ilişkiyi ön plana çıkaran örneklerin nasıl gerçekleştiğidir.

1. SAĞLIK TURİZMİ VE REKREASYON

Sağlık turizmi estetik ameliyatlardan, diş tedavisine, saç ekiminden tüp bebeğe ve hatta alternatif tedavilere kadar uzanan geniş bir alanı kapsamaktadır. Bireyler sağlık turizmine temel olarak hem sağlıklarına kavuşma, iyileşme hem de sağlık durumlarını koruma amacıyla katılmaktadır (Albayrak, 2013). Sağlık turizmi; bireylerin talep ve ihtiyaçları ile paralel olarak medikal turizm, termal turizm, spa ve wellness turizmi, üçüncü yaş turizmi ve erişilebilir turizm olarak sınıflandırılmaktadır. Sağlık turizminin bu alt bileşenleri ayrı ayrı değerlendirilebileceği gibi, bütünlük bir deneyim olarak da sunulabilmektedir (Sözbilen ve Özkul, 2019). Benzer olarak, sağlık turizmini en hızlı büyüyen turizm türlerinden biri olarak değerlendiren Smith ve Puczko (2009), sağlık turizminin birden fazla segmenti olduğu için çok yönlü bir endüstri olduğunu vurgulamıştır. Tablo 1’de de görüldüğü üzere, sağlık turizmi spektrumu içerisinde, fiziki iyileşme, güzellik tedavileri, dinlenme ve rahatlama, yaşam-ış dengesi, psikolojik, spiritüel ve son olarak boş zaman-eğlence aktiviteleri yer almaktadır. Tüm bu bileşenler aslında rekreasyonel aktivitelerle iç içe ve bütünlüktür.

Tablo 1. Sağlık Turizmi Spektrumu

Fiziksel iyileşme	Güzellik Tedavileri	Dinlenme/ Rahatlama	Boş Zaman/ Eğlence	Yaşam/İş Dengesi	Psikolojik	Spiritüel
Medikal spalar/ kaplıcalar, Mofetta ¹ , Ameliyat/ operasyon seyahatleri, Rehabilitasyon inzivaları.	Kozmetik operasyon seyahatleri, Otel spaları/ Günlük spalar.	Şımartan spalar/ kaplıcalar, Wellness otelleri, Talasoterapi merkezleri.	Eğlenceli su aktivitelerine sahip spa resortları, Spor/fitness tatilleri.	Holistik tesisler, Mesleki wellness atölyeleri.	Holistik tesisler, Atölyeler.	Meditasyon inzivaları, Yoga merkezleri, Haclar.

(Kaynak: Smith ve Puczko, 2009: 84)

Sağlık turizmi kapsamında medikal turizm, kaplıca turizmi, bütünsel ve manevi turizm türlerinden bahsedilebilmektedir. Birçok ülkede kaplıcalar, güzellik ve lüks segmentlerindeki arzın temel unsurları olarak değerlendirilse de dünyada kaplıcalara veya şifalı mikro iklim gibi doğal varlıklara dayalı turizmi ile ön plana çıkan birkaç ülke bulunmaktadır. Örneğin Japonya, Güney Kore ve Yeni Zelanda gibi zengin doğal kaynaklara sahip çok sayıda ülke, kaplıca kaynaklarını tıbbi hizmetler için değil, genellikle *wellness* için kullanmaktadır. Orta ve Doğu Avrupa'nın yanı sıra Rusya, Romanya, Macaristan, Sırbistan, Çek Cumhuriyeti, Slovakya, Bulgaristan, Slovenya ve İtalya, İspanya ve Portekiz gibi birçok Güney Avrupa ülkesi de kaplıca kaynaklarını şifa sağlamak ve tıbbi hizmetler vermek için kullanmaktadır. Özellikle İspanya, İtalya ve Portekiz'deki kaplıca kaynakları veya spa tesisleri, tıbbi personel tarafından yönetilen ve denetlenen termalizmin ve balneoterapilerin temel unsurları olarak ele alınmaktadır.

Bu sebeple geçtiğimiz son yirmi yılda, tatil sırasında rahatlama, egzersiz ya da spa yoluyla daha iyi bir sağlığa kavuşma girişimi, turizm endüstrisinde yeni ve farklı bir bakış açısının oluşmasına neden olmuştur. Örneğin kültür turizmi veya diğer turizm kavramları da bir öğrenme deneyimi kapsamında ortaya çıkmış olsa da böylesine bir öğrenme deneyiminin, dinlendirici ve esenlik yönünün de olduğu bilinmektedir. Çünkü turistler tatilleri esnasında

¹ Mofetta: Çoğunlukla diğer buharlarla ilişkili olan ve volkanik aktivitenin son aşamasını temsil eden, başlıca karbon dioksitten oluşan volkanik bir deşarj verilen isimdir.

sadece hedonizme odaklanmak yerine seyahatleri esnasında ve sonrasında kendileri için hem zihinsel hem de bedensel olarak fayda sağlayacak rekreatif faaliyetlere odaklanmak istemektedir (Connell, 2006). Dahası turistlerin tatilleri esnasında sağlıkla ilgili yararlı sonuçlar elde etmek birincil amacı olsa dahi, turistler katılacakları rekreatif faaliyetler ile birincil amaçlarının desteklenmesini de talep etmektedir. Bu görüşü destekleyen Smith ve Puczko (2009) sağlık turizm aktiviteleri ve motivasyonları açıklayan bir tablo ileri sürmüştür (Tablo 2). Tabloda sağlık turizminin rekreatif faaliyetler ile iç içe geçmiş bir olgu olduğu vurgulanmaktadır. Ayrıca macera ve spor turizmi ile sağlık turizmi etkinliklerinin ortak paydada bulunduğu görülmektedir. Tüm bu gelişmeler ışığında sağlık turizminin rekreatif faaliyetler ile yürütülen bütüncül bir yaklaşıma sahip olduğu görülmektedir. Bu nedenle günümüzde aşağıdaki örneklerde de görüleceği üzere İzlanda, Yunanistan (wildfitness.com, 2022), Afrika, Avustralya, Yeni Zelanda gibi birçok ülkenin ziyaretçilerine sağlık hizmetleri ile rekreasyonu birleştiren paket turlar sunduğu bilinmektedir (Gahlinger, 2008).

Tablo 2. Sağlık Turizm Aktiviteleri ve Motivasyonları Yelpazesi

Motivasyonlar	Aktiviteler		
	Az Aktif		Çok Aktif
Rekabetçi olmayan			
	Sağlık turizmi (Örneğin spa turizmi, sağlık seyahatleri)	Sağlık turizmi (Örneğin fitness inzivaları)	Macera seyahatleri (Örneğin rafting, tüplü dalış, doğa yürüyüşü)
	Macera seyahatleri (Örneğin yat kiralama)	Sağlık, spor ve macera turizmi unsurlarını bir araya getiren turistik aktiviteler (Örneğin bisiklet, deniz kanosu)	Macera seyahatleri (örn. tırmanış)
	Spor turizmi (Örneğin bir müsabakada seyirci olma)	Spor turizmi (Örneğin çim topu)	Spor turizmi (Örneğin okyanus yarışları)
Rekabetçi			

(Kaynak: Smith ve Puczko, 2009: 4)

Özetle macera ve spor turizmi ile sağlık turizmi etkinliklerinin, dolayısıyla rekreatif faaliyetlerin ortak paydada bulunduğu görülmektedir. Tablo 2’de vurgulanmak istenen bütüncül yaklaşımı aşağıdaki örnek ile açıklamak söz konusu ilişkiyi somutlaştırmak için faydalı olacaktır. Wildfitness inzivalarının sunduğu çeşitli aktiviteler Tablo 2’de gösterilen ve aktiflik-rekabetçilik yelpazesinde farklılaşan birçok rekreatif faaliyet sunmaktadır. Örnek 1, sağlık turizmi ile rekreasyon arasındaki ilişkiye ışık tutan bir örnektir.

Örnek 1: Wildfitness

Bir Wildfitness inziva yerinde, hareketlilikten dövüş sanatlarına, beden farkındalığından ağırlık kaldırmaya, sahil koşularından yogaya ve daha farklı birçok rekreatif faaliyete katılmak mümkündür. Söz konusu tüm rekreatif faaliyetlerin temel amacı katılımcıların hem bedensel hem de zihinsel sağlıklarını desteklemek; daha güçlü vücutlara sahip olmalarını sağlamaktır.

Wildfitness’in seansları şu şekildedir:

• *Vahşi Ağırlık Kaldırma, Taşıma ve Fırlatma: Bu aktivite ile Wildfitness’te katılımcılara gerçek dünya senaryolarında yer alan nesnelere güvenli ve etkili bir şekilde kaldırmak, taşımak ve fırlatmak için gereken temeller öğretilmektedir. Söz konusu eğitim, yalnızca yaralanmalara ve incinmelere karşı korunmaya yardımcı olmakla kalmamakta, aynı zamanda süreçte daha güçlü ve sağlıklı bir vücuda kavuşmayı; eklemleri, bağları ve dokuları geliştirmeyi desteklemektedir.*

• *Vahşi Akış: Bu aktivite, yoga, jimnastik, dövüş sanatları ve dans unsurlarını bir araya getirerek katılımcıyı hareket etmeye teşvik etmektedir. Bu eğitim, vücut için inanılmaz derecede besleyicidir. Kaslarda ve dokularda hidrasyon oluşturarak vücudun iyileşmesine ve onarımına yardımcı olan söz konusu rekreatif faaliyet, zihni bedene*

bağlamanın ve üzerinde çalışılacak alanları belirlemenin güçlü bir yoludur.

• *Alçak Kapı Hareketi: Söz konusu aktivite, katılımcılara esneklik ve hareket kabiliyeti kazandırmak için vahşi hayvanların hareketlerinden ilham alınarak gerçekleştirilmektedir. Bu seans katılımcıların duruşunu, beden farkındalığını ve zorlu ortamlarda bedenlerinin nasıl etkili bir şekilde yönlendireceğine dair mekaniklerini geliştirmektedir.*

• *Doğal Koşunun Temelleri: Bu oturumda, katılımcıların etkili bir şekilde koşmalarını engelleyen çeşitli faktörleri keşfetmek ve kişiye özgü koşu tekniklerini belirlemek amaçlanmaktadır. Katılımcıların kendi gelişimlerini gözlemleyebilmesi için onları filme alan eğitilmiş koçlar, koşu verimliliği konusunda katılımcıya özgü tavsiyeler vererek onların gelişimlerini desteklemektedir.*

(Kaynak: Wildfitness, 2022)

1.1. Termal Turizm ve Rekreasyon

“Termal turizm olgusu modern kür ve rekreasyon birimlerini içeren kompleks yerleşimler haline gelen kaplıçalarda ortaya çıkmıştır” (Belkayalı, 2009: 69). Kültür ve Turizm Bakanlığı termal turizmi, *“termomineral su banyosu, içme, inhalasyon, çamur banyosu gibi çeşitli türdeki yöntemlerin yanında iklim kürü, fizik tedavi, rehabilitasyon, egzersiz, psikoterapi, diyet gibi destek tedavilerinin birleştirilmesi ile yapılan kür (tedavi) uygulamalarının yanı sıra termal suların eğlence ve rekreasyon amaçlı kullanımı ile meydana gelen turizm türü olarak tanımlamıştır”* (Kültür ve Turizm Bakanlığı, 2018: 1). Termal tesislerin inşa edileceği noktalarda çevresel unsurların uygunluğunun sağlanmasından sonra, hizmetlerin temin edildiği tesislerin kalitesi ve gerekli özelliklere sahip olması, termal turizmin gelişmesine neden olacak önemli faktörler olarak vurgulanmaktadır (Belkayalı, 2009). Bu amaçla termal tesislerde, konaklama tesisi ve kür merkezlerinin yanı sıra rekreasyon alanlarının da bulunması gerekmektedir (Özbek, 1991).

Termal turizmin tarihi eski Roma dönemine kadar dayanmaktadır. Hem bir eğlence yeri hem de rahatlamaya ve bedeni arındırmaya yönelik bir yer olarak tasarlanan termal banyolar, antik Roma halkıyla birlikte gelişmiştir. Ancak modern dönemde termal banyolar, uzak yerlerden ziyaretçi çekebilen bir turistik ürün haline gelmiştir. Yıllar içinde termal banyolarla bağlantılı rekreasyonel aktivitelerin farklı döngüleri incelendiğinde, altı kuşak termal aktivite tespit edilebilmektedir (Zollo vd., 2015).

1890'dan 1930'a kadar uzanan ilk nesil Rekreasyonel Termalizm, termal banyoların sadece tedavi değil, aynı zamanda rahatlatma ve eğlence ile genel bir refah sağladığı bir dönemdir. Modern bölgesel pazarlama politikalarının termal sektöre uygulanmaya başladığı dönemdir. İkinci nesil, Sosyal Termalizm'dir. Bu durumda sektör, termal tedavilere ve bakım kavramına tedavi edici bir değer atfetmiştir. Termal banyolar geçici sağlık politikalarına dahil edilmiştir. Bu, kitlesel tedavinin başlatıldığı, sağlık hizmetlerine (sağlanan hizmetlerin neredeyse tamamı ulusal sağlık sistemi tarafından karşılanmaktadır) kolay erişim sağlayan ve termal banyoların pazar mantığının dışında turizm endüstrisinden dışlanmasına neden olan üçüncü nesil Destekli Termalizm'e yol açmıştır. Dördüncü nesil, termalizm ve esenlik arasındaki ilişkiyi keşfetmiş ve şu anda termalizm olarak tanımlanan olgunun temellerini atmıştır. Bu noktada amaç, zihin, beden ve ruhun kapsamlı esenliğini elde etmek; ruh ve beden arasında entegrasyon sağlamaktır. Beşinci nesilde termal faaliyetler, kişilerin kendini geliştirmesine ve zihinsel esenlik kazanmasına yöneliktir. Termal esenlik sadece hastalıkları iyileştirmeyi amaçlamamakta, her şeyden önce bir kişinin daha genel ve eksiksiz bir şekilde fiziksel ve zihinsel esenliğini desteklemektedir. Günümüzde deneyimlenen altıncı nesil ise termal esenliğin duyuşal deneyimine yönelik çeşitli faktörlerle birleştirildiği nesildir. Ürün, belirli kurallar ve belirli tedavi protokolleri dahilinde, hizmetten yararlanmanın yollarını birleştirip karar verebilen kullanıcının aktif ve ikna edici katılımını gerektiren bir dizi faaliyetten oluşmaktadır. Termal turizm genel turizme katılıp güçlendiğinde, duyuşal deneyim (duyuşal spalar) konaklama hizmeti, turizm etkinlikleri veya diğer turizm türleri (kırsal turizm, konferans turizmi vb.) ile entegre olabilmektedir. Altıncı nesil ile, sağlık eğitimi faaliyetleri, çevre eğitimi ve yerel ve Akdeniz kültürünün değerlendirilmesi ile birlikte termal tedavilerin geri kazanılması söz konusudur. Bu kuşakta, literatürün toplam yaşam kalitesi olarak tanımladığı kavrama doğru bir eğilim vardır. Bu aşamada yaşam kalitesi, kişisel esenlik ve kolektif esenliğin toplamıdır (Zollo vd., 2015).

Örnek 2: İtalya’da Termal Turizm ve Rekreasyon Endüstrisi

İtalya, çok sayıda termal kaplıcası ve hamamı ile dünyanın en popüler ülkelerinden biridir. Ülke, Roma döneminden bu yana var olan termal banyolarıyla antik çağlarda başlayan köklü bir termal geleneğe sahiptir. Günümüzde termal turizm, alternatif bir turizm şekli olarak kabul edilmekte ve bölgesel ve yerel kalkınma anlamına gelmektedir. Öyle ki termal turizm demografik, sosyal, çevresel, ekonomik ve pazarlama düzeyinde güçlü bir etkiye sahip olabilecek kadar önemli bir turizm türü olarak değerlendirilmektedir. Son verilere göre, İtalya’da 185 bölgede bulunan 390’dan fazla termal merkez, yılda 15 milyondan fazla turist ağırlamaktadır. İtalya genelinde termal turizm, toplam turizmin %5’ini temsil etse de bu yüzdenin, geleneksel destinasyonlardan memnun olmayan veya belirli gereksinimleri karşılamak isteyen diğer turistleri cezbederek büyümeye devam edeceği öngörülmektedir. Günümüzde termal turizm, termal alanlar, wellness ve eğlencenin birleşimi olarak ele alınmaktadır.

İtalya’da termal kaplıca tatil köylerinin kullanıcıları kararlarını, arkadaşlarının ve aile üyelerinin tavsiyelerine, kişisel deneyimlerine ya da internete bağlı olarak almaktadır. Spor, vücut bakımı, yürüyüş, alışveriş ve yerel ürünlerin tadımı, ziyaretçilere sunulan aktivitelerdir. Ana kullanıcılar yaşlılar (60 yaş üstü), 18-24 yaş arası gençler ve çocuklu ailelerdir. Konuklar yıl içinde değişim göstermektedir: Ocak-Mart döneminde ana müşteriler çiftler ve ailelerdir. Web ve internet, rezervasyon için kullanılan başlıca araçlardır (Turistlerin %40’ı termal kaplıca tesisindeki konaklamalarını rezerve etmek için web sitelerini kullanmıştır).

Kullanıcıları bir termal kaplıcaya gitmeye iten motivasyonlar, İtalyan ve yabancı ziyaretçiler arasında büyük farklılık göstermektedir. İtalya’da termal kaplıcaları ve sağlıklı yaşam merkezlerini tercih eden ziyaretçilerin motivasyonları %46 ile sağlık ve fitness, %35 ile değerli bir doğal ortamda dinlendirici bir tatil geçirmek ve %21 ile yemek ve şarap tatmak olarak belirlenmiştir. Buna ilaveten yabancı turistler için termal destinasyonlar, dinlenme ile sporu, kültürel keşfi, yiyecek ve şarap tadımını birleştiren en ideal tatil biçimini temsil etmektedir. Nitekim, söz konusu termal bölgelerde yapılan ilk aktivite spalarda vakit geçirmek (%47,8) ikinci aktivite doğada yürüyüşler gerçekleştirmek (%27,1) ve üçüncü aktivite ise İtalyan yemeklerini ve şaraplarını tatmak olarak kayıtlara geçmiştir.

Özetle İtalya, termal kaplıcalar için İtalya’yı seçen turistlerin ortalama %5,4’ünü ağırlamaktadır. Bu oran, deniz-kum-güneş turizmi (%34,7) ve kültür turizmi (%29,9) gibi iki haneli diğer turistik seçimlerle kıyaslandığında oldukça düşük olmasına rağmen, termal turizmin önceki yıllara göre yaklaşık %4 yükselişte olduğu belirlenmiştir. Söz konusu olumlu eğilimler hem İtalyan hem de yabancı turistlerin (çoğunlukla Avusturya ve İsviçre’den gelen) termal turizmde rekreatif faaliyetlerden yararlanma ihtiyacını ortaya koymuştur.

(Kaynak: Zollo vd., 2015)

Örnek 2’de bahsedilen İtalya’da termal turizm ve rekreasyon endüstrisi Tablo 1’de ele alınan boş zaman/ eğlence, fiziksel iyileşme ve dinlenme/rahatlama türlerini içerisinde barındırmakta, Tablo 2’de yer alan yelpazeye göre ise orta aktiflikte ve çok da rekatbetçi olmayan bir yapıdadır.

Türkiye’de yapılan araştırmalarda termal tesiste sunulan rekreatif faaliyetlerinin niceliği ve niteliğinin termal turizme katılan tüketicilerin toplam memnuniyetlerini, seyahat sürelerini ve sıklıklarını etkilediği görülmüştür. Örneğin, Gümüş ve Sabırlı (2016) Afyonkarahisar’da termal turizme katılan 307 katılımcının rekreasyonel aktivitelerin hizmet kalitesine karşı algılarını incelemiştir. Araştırma sonucunda katılımcıların rekreasyonel hizmet kalitesi algısına ilişkin “personel”, “çevre ve ekipmanlar” ve “program özellikleri” olmak üzere üç boyut elde edilmiştir. Ayrıca yazarlar katılımcıların rekreasyonel hizmet kalitesi algısı ile, termal turizme katılım sıklıkları, gelir durumları ve seyahat sıklıkları arasında anlamlı ilişkiler olduğunu tespit etmiştir. Sandal ve Karademir (2015) ise 243 katılımcı ile Ilica (Kahramanmaraş) kaplıcalarında termal turizm odaklı rekreasyon faaliyetlerini değerlendirdikleri çalışmalarında araştırmaya katılanların %40’tan fazlasının hastalığını tedavi etmek için değil, değişik bir ortamda bulunma ve dinlenme amacıyla Ilica’yı tercih ettiğini tespit etmiştir. Bu sonuçlar çerçevesinde yazarlar yörenin termal sularından faydalanmanın yanı sıra rekreatif faaliyetler için de kullanıldığını belirtmiştir. Benzer şekilde Belkayalı (2009) Yalova termal kaplıcalarını ziyaret eden 154 katılımcı ile jeotermal enerji kaynaklarının sağlık, turizm ve rekreasyon amacıyla kullanımını incelemiştir. Katılımcı memnuniyetini sağlık ve rekreasyon olmak üzere iki başlık altında değerlendiren araştırmacı, alanı ziyaret edenlerin termal turizm

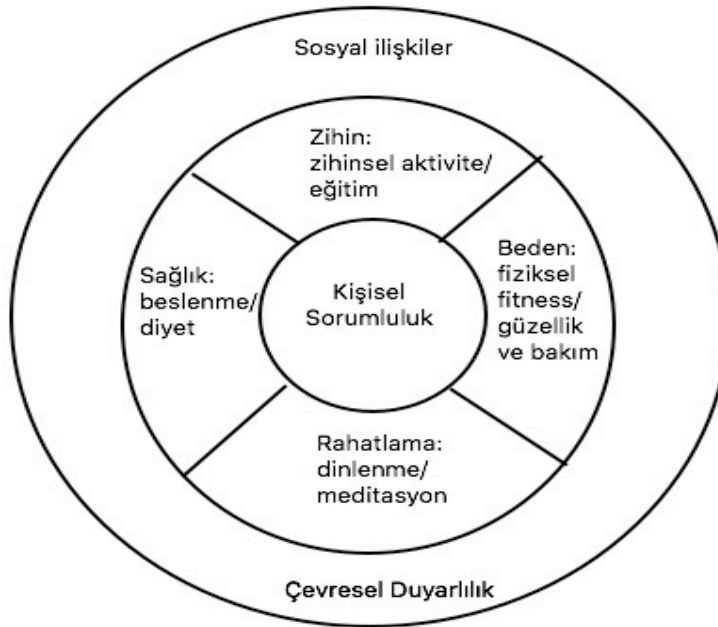
açısından memnuniyet düzeylerini düşük olarak tespit ederken, rekreasyon amacıyla alanı kullarımlarından kaynaklanan memnuniyetlerinin yüksek olduğunu tespit etmiştir. Konuyu farklı bir bakış açısı ile değerlendiren Kaçar (2014) çalışmasında Balıkesir ilinde bulunan termal otellerde konaklayan 400 misafirin rekreasyon talebini incelemiştir. Araştırma sonucunda misafirlerin rekreatif unsurlardan eğlence ağırlıklı olan uygulamaları tercih ettiği ve bilgiye dayalı uygulamaları tercih etmediği görülmüştür.

Türkiye’de gerçekleştirilen çalışmalar genel olarak termal turizme katılan tüketicilerin sağlık ile ilgili beklenti ve ihtiyaçlarının yanı sıra rekreatif unsurları da termal tesislerde görmek istediğini vurgulamaktadır. Bu maksatla termal tesislerde kalan müşterilerin boş zamanlarını değerlendirmeye yönelik faaliyetlerin planlanması ve geliştirilmesi termal turizmin gelişmesi bakımından önem arz etmektedir.

1.2. Spa ve Wellness ve Rekreasyon

Sudan gelen sağlık anlamına gelen spa, su ile iyileşme, suyun farklı biçimlerde kullanımından gelen sağlık, dinlenme ve ferahlama duygularının hissedildiği terapidir. *“Spa, su ve çamur tedavilerinin yanında çeşitli sıcak su havuzu, çeşitli masaj terapileri, aroma terapileri, güzellik ve bakım gibi sağlık kür hizmetlerini kapsamaktadır”* (Güvenç, 2007: 25). Smith ve Puczkó (2009) spa turizmini, ağırlıklı olarak mineral veya termal havuzlar, buhar odaları ve saunalar gibi su bazlı tedaviler kullanarak vücudun rahatlamasına veya iyileşmesine ve vücudu iyileştirmeye, şifalandırmaya veya dinlendirmeye odaklanan turizm türü olarak tanımlamaktadır. *“Wellness ise zinde olmayı ifade etmekte ve insanın kendisini ruhsal, bedensel ve zihinsel olarak iyi hissetmesini sağlayan masaj, cilt bakımı, çamur ve yosun banyoları gibi doğal ve sağlıklı yaşam yöntemlerini içermektedir”* (BAKA, 2013:8).

“Wellness” konsepti ve felsefesi ilk defa 1959 yılında Amerikalı doktor Halbert Dunn tarafından ortaya konmuştur. Dunn (1959) insanı beden, ruh ve zihinden oluşan ve çevresine bağlı yaşayan canlı olarak gören genel bir “iyi olma”, “iyilik” ve “esenlik” hissini kapsayan özel sağlık durumunu tanımlamak için bu kavramı kullanmıştır. Mueller ve Kaufmann (2001) wellness’ı beden, zihin ve ruhun kişisel sorumluluk, fiziksel olarak fit olma/ güzellik ve bakım, sağlıklı beslenme ve diyet, dinlenme ve meditasyon, zihinsel aktivite/ eğitim ve çevresel duyarlılık/ sosyal ilişkiler ile birlikte uyumunu kapsayan sağlık durumu olarak tanımlamıştır (Şekil 1).



Şekil 1. Genişletilmiş Wellness Modeli

(Kaynak: Mueller ve Kaufmann, 2001)

Wellness turizmi sağlık turizminin alt kategorilerinden biri olarak görülmekte ve birincil motivasyonları sağlıklarını korumak ya da artırmak olan insanların seyahati ve konaklaması ile ortaya çıkan tüm ilişkilerin sonucu olarak ifade edilmektedir. Bu turizm türünde turistler uygun ve profesyonel teknik bilgi ve bireysel bakım sunan özel otellerde konaklamaktadır. Wellness turizmine katılanlar fiziksel olarak fit olma/ güzellik ve bakım, sağlıklı beslenme/diyet, dinlenme/meditasyon ve zihinsel aktivite/eğitim unsurlarından oluşan kapsamlı bir hizmet paketi talep etmektedir (Mueller ve Kaufmann, 2001). Başka bir tanıma göre ise wellness turizmi sağlık durumlarını iyi hale getirmek amacıyla turistlere uygun ürün ve hizmetleri eğitici, eğlendirici ve boş zaman değerlendirici aktivitelerle sunan rekreasyonel bir turizm çeşididir (Chen vd., 2012).

Wellness turizmi, yalnızca termal tedaviler talep edenler için değil, aynı zamanda hastalıklardan korunma, fiziksel gelişim ve ruhsal denge arayanlar ve hatta kültürel ve dinlenme programlarına hevesli olanlar için de yükselen bir pazar segmenti haline gelmiştir. Bu bağlamda wellness turizmi daha sofistike ve yaratıcı hale gelmiş, yüksek kaliteli ekipman ve altyapılar ile sadece kaplıca tedavilerinin çeşitliliği ile ilgili değil, aynı zamanda doğa ile bağlantı ve doğa ile ilgili tamamlayıcı rekreasyon faaliyetleri ile ilgili geniş bir ürün ve hizmet yelpazesi sunmaktadır (Costa vd., 2015).

Türkiye’de “spa ve wellness”, “güzellik ve zindelik turizmi” adı altında bireylerin esenliğinin sağlanmasını hedef alan ayrı bir turizm türü olarak ele alınmaktadır. Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü’ne (2016) göre, spa ve wellness turizmi ile termal turizm kaplıca tedavileri ve fizyoterapileri, talossoterapileri, hidroterapi ve egzersizleri, balneoterapi, peloidoterapi ve klimaterapiyi kapsamaktadır. Wellness tesislerinde uzmanlar eşliğinde detoks hizmeti verilmekte, meditasyon ve çeşitli terapiler ile beden ve zihin sağlığının iyileştirilmesi amaçlanmaktadır (Açıkel, 2016).

Örnek 3: Alplerde Wellness

Tıbbi araştırmalar, deniz seviyesinden 1.500 m’nin üzerinde olmanın vücut sağlığı üzerinde olumlu bir etkisi olduğunu göstermektedir. Bu noktada Alpine Wellness kuruluşunun temel görüşü “üstün turizmi” yeniden tanımlamaktır (Alpine Wellness, 2008). Kuruluş geliştirdikleri proje ile Alpleri dünya çapında sağlıklı yaşam için en çekici ve etkili bölgelerden biri olarak tanıtmayı hedeflemektedir. Alpine Wellness’ın benzersiz kalite felsefesi, her konunun gereksinimlerine hassas bir şekilde yaklaşarak rahatlatıcı programlardan koruyucu sağlık ve wellness’a kadar eşsiz bir paket yelpazesi sunmaktadır. Bağımsız denetçiler tarafından onaylanmış üye oteller (Bavyera Almanya, Avusturya, İsviçre, Güney Tyrol İtalya) farklı uzmanlık alanlarına göre sınıflandırılmıştır. Bu oteller ziyaretçilerin kişisel gereksinimlerini karşılamak için kişiye özel hazırlanmış bir programla ziyaretçileri konuk etmektedir. Programa dahil olan ziyaretçiler tatilleri esnasında gevşeyebilir, fiziksel fitness aktivitelerine katılabilir veya tıbbi olarak denetlenen sağlık hizmetlerinden yararlanabilirler.

Bu proje ile kuruluş, Alplerin sağlık üzerinde olumlu etkisini sunmanın yanı sıra ziyaretçilere Alp malzemeleri ile döşenmiş evlerde huzurlu bir tatil yapmayı, Alp mutfağının yerel lezzetlerini keşfetmeyi, bölgedeki doğal ve kültürel alanlarda eşsiz deneyimler yaşamayı vadetmektedir. Doğal manzaraların etkisi, Alp ortamının özgün cazibesi ve Alplerin özel duyusallığı ziyaretçilere eşsiz ve ayrıcalıklı bir deneyim yaratmak için üzerine düşeni yapmaktadır (Smith ve Puczkó, 2009).

Alpine Wellness’in uzmanlık alanları veya alt markaları şunlardır:

• *Alp Rahatlığı: Canlılık, dağ manzarasının romantizmini hissetmek, doğaya sığınmak (manzaralı saunalar, arındırıcı peynir altı suyu banyoları ve aromalı saman banyoları, tedavi ve yemek için doğal kaynaklar) anlamına gelmektedir.*

• *Alplerde Fitness: Doğa, manevi gücü ile ilham verir ve Alpine Fitness, açık hava etkinlikleri anlamına gelir.*

• *Alp Sağlığı: Koruyucu sağlık, semptomların hafifletilmesi, Alplerin doğal kaynaklarını kullanarak iyileşme (omurilik rahatsızlığı, tükenmişlik sendromu, astım veya alerjiler için), kişiye özel tıbbi sağlık paketlerini kapsamaktadır.*

● *Alp Karakteri: Otel mimarisine, oda mobilyalarına ve dinlenme alanlarındaki dekora yansır. Binalar, özellikle huzurlu ve pastoral bir yer olan doğaya ücretsiz erişim ve ayrıca mutfakta ve mahzende sağlıklı ev ürünlerinin kullanımı ile karakterizedir.*

(Kaynak: Smith ve Puczkó, 2009)

Örnek 3'te ele alınan Alplerde wellness tatilleri Tablo 1'de yer alan fiziksel iyileşme, güzellik tedavileri, dinlenme/rahatlama ve boş zaman/eğlence unsurlarını içermektedir. Aynı zamanda Tablo 2'de yer alan sağlık turizmi aktiviteleri yelpazesine göre az aktif ve rekabetçi olmayan niteliktedir.

Örnek 4: Wellbeing Escapes

Wellbeing Escapes, sağlık, yaşam tarzı ve bireysel ihtiyaçlara, özellikle modern yaşamın stresinden kurtulmaya odaklanan esenlik tatili sunan, Londra merkezli çevrimiçi bir hizmettir. Tatillerin ortalama seyahat maliyeti pahalıdır, ancak çoğu her şey dahil olup, aynı zamanda uzun vadede insanların yaşamlarını iyileştirdiğini iddia etmektedir. Tatiller aşağıdaki şekillerde sınıflandırılmaktadır:

● *Aktif: Bu tatiller fiziksel zorluklara odaklanır ve fitness aktivitelerinin yanı sıra kaplıca ziyaretlerini içerir. Bu tatil için dayanıklılığı artırdığını, stres attığını ve insanları daha genç hissettirdiğini iddia eden "macera kaplıcaları" kavramı kullanılmaktadır. Kaplıcaların çoğu, harika doğal güzelliğe sahip alanlarda bulunur ve bazı paketler, örneğin Kenya'daki kaplıcalar ve safarilerle veya Kıbrıs'taki kaplıcalar golfle birleştirilir.*

● *Ayurveda: Sunulan Ayurvedik tatillerin, ister Hindistan'da (Ayurveda'nın yuvası) ister Londra gibi başka bir yerde olsun, yalnızca uygun niteliklere sahip uzmanlar kullanılarak otantik deneyimler sağlaması garanti edilir. Ayurveda, refahı artırmak için masaj, beslenme ve yaşam tarzı değişiklikleri gibi tedavileri kullanır. Hindistan dışındaki tipik destinasyonlar arasında Sri Lanka, Morityus ve Bali bulunur.*

● *Destinasyon spaları: Bu lüks spalar, kendi içlerinde egzotik yerlerdir ve fitness aktiviteleri, yaşam tarzı koçluğu, sağlıklı yemekler ve çok çeşitli vücut ve güzellik bakımları ile eksiksiz her şey dahil programlar sunar. Ziyaretçiler için daha fazla enerji, daha olumlu bir bakış açısı, daha fazla odaklanma yeteneği ve gelişmiş yaratıcılık gibi kalıcı faydalar yaratmaya önem verilir. Bu hedef spaların çoğu Asya veya Karayipler'de bulunur ve bazıları Tayland'daki Chiva Som gibi dünyaca ünlüdür.*

● *Detoks ve kilo kaybetme: Detoks programları, bağıışıklık sistemini güçlendirmeyi ve vücudu gençleştirmeyi amaçlar. Bu, alkol ve rafine şeker gibi toksik maddelerin uzaklaştırılmasıyla yapılır. Programa ayrıca fitness aktiviteleri veya özel tedavilerin (örneğin Ayurveda veya Talassoterapi) yanı sıra kilo verme diyeti de dahil edilebilir. Katılımcılar yaşam boyu sağlıklı beslenmeyi öğrenebilirler. Destinasyonlar arasında ABD, Malta, Macaristan ve Yunanistan bulunmaktadır.*

● *Holistik tatiller: Bütünsel tatiller, insanların zihinsel, fiziksel ve ruhsal olarak denge ve uyum yaratması ile ilgili olarak görülür. Odak noktası, fiziksel uygunluktan çok "manevi uygunluk" üzerindedir. Ziyaretçiler meditasyon, yoga, ayurveda, tai chi, masaj veya reiki kullanarak içsel bir yolculuğa çıkabilirler. Tayland, Malezya, Sri Lanka, Maldivler ve Morityus'ta güzel ortamlarda gerçekleşen programların çoğuna yaratıcı rekreatif etkinlikler de dahildir.*

● *Şımartan kaçışlar: Şımartan kaçışlar, diğerlerinin yanı sıra Avusturya, Fas, Monako, Kıbrıs ve Malta'daki lüks ortamlarda günlük yaşamdan "mola" sunmaktadır. Odak noktası ağırlıklı olarak masaj, buhar ve sauna dahil vücut ve güzellik bakımları ile havuz ve banyolarda rahatlamadır.*

● *Talassoterapi: Thalassoterapi, iklim, deniz suyu, deniz yosunu, yosun, çamur, kum gibi deniz ortamının faydalı yönlerini kullanan ve denize yakın olan alanlarda yapılmaktadır. Genellikle keyiften ziyade terapötik olarak görülür. Talassoterapi kilo verme, selülit azaltma, doğum sonrası sıkılaştırma, sırt problemleri, ödem atma, dolaşım problemleri ve eklem ağrılarına iyi gelen bir uygulamadır. Su aerobiği gibi su bazlı egzersizleri genellikle bu alana dahildir. Sunulan tipik destinasyonlar Girit, Kıbrıs ve İrlanda'dır.*

● *Termal: Termal tatiller, Avusturya, Macaristan, Slovakya ve İtalya gibi destinasyonlardaki geleneksel kaplıca tesislerinde yapılmaktadır. Tedaviler arasında termal ve maden sularında yıkanma, çamur ve masaj*

yer almaktadır. Bu tedaviler, belirli tıbbi sorunları hafifletmek veya sadece rahatlamak ve stresi azaltmak için kullanılabilirler. Tıbbi kaplıcalar, tedavi edici ve önleyici yaklaşımların yanı sıra estetik veya kozmetik yaklaşımlara da odaklanmaktadır.

• *Yoga: Yoga tatilleri, stresi azaltmak ve sakinleşmek için meditasyonun yanı sıra fiziksel asana pratiğine odaklanmaktadır. Bunlar, sağlıklı yaşam programlarının yanı sıra doğa temelli veya diğer rekreatif faaliyetlerle birleştirilebilmektedir*

(Kaynak: Wellbeing Escapes, 2022)

Örnek 4'te ele alınan Wellbeing escape tatilleri farklı türleri ve sunduğu özelliklerle Tablo 1'de yer alan fiziksel iyileşme, güzellik tedavileri, dinlenme/rahatlama, boş zaman/eğlence, yaşam/iş dengesi, psikolojik ve spiritüel unsurların tümünü kapsamaktadır. Bu tatiller alt programları ve türleriyle Tablo 2'de yer alan sağlık turizmi aktiviteleri yelpazesine göre hem çok aktif ve az rekabetçi hem de az aktif ve az rekabetçi niteliktedir.

1.2.1. Yoga Turizmi ve Rekreasyon

Wellness turizminin bir alt kümesi olan yoga turizmi, beden, zihin ve ruhun birliğine odaklanan, ancak özünde spiritüel olan turizm olarak tanımlanmaktadır (Smith ve Kelly, 2006). Son zamanlarda yoga için seyahat etme popülaritesinde bir artış görülmüş (Yeung ve Johnston, 2017; Laing ve Weiler, 2008) olsa da yoga aslında binlerce yaşındadır. Yoga, "görmek" anlamına gelen (Desikachar, 1999) *darsana* olarak bilinen Hint düşüncesinin altı merkezi sisteminden biridir. Yoga beden, zihin ve ruhun birliği demektir (Desikachar, 1999) ve pranayama (nefes teknikleri), asana (fiziksel duruşlar) ve meditasyon yoluyla stresi azalttığı düşünülmektedir (Dillette vd., 2019). Sağlık turizminin hızlı genişlemesi, özellikle Güneydoğu Asya ülkelerinde ve özellikle ziyareti teşvik etmek için Batı tıbbının aksine tıbbi ve şifalı geleneklerin tanıtıldığı Hindistan'da fark edilmiştir (Bowers ve Cheer, 2017; Parmar, 2013).

Amerika'da Yoga Alliance'ın araştırmasına (2016) göre, yoga niş bir faaliyetten şu anda 36,7 milyon Amerikalıyı içeren (2012'de 20,4 milyon olan) ve devam eden büyüme tahminleriyle 27 milyar ABD doları değerinde bir sektörü destekleyen bir faaliyete dönüşmüştür (Clarke vd., 2015). Artan bu talep nedeniyle yoga inzivaları, seminerler, konferanslar ve festivaller dahil olmak üzere çok sayıda tatil fırsatı ortaya çıkmaya başlamıştır. Mevcut istatistikler, yoga uygulayıcılarının sadece %8'inin bir yoga inzivasına katıldığını bildirirken, %62'si yakın gelecekte bir inzivaya katılmaya ilgi duyduğunu bildirmektedir (Yoga Alliance, 2016). Yoga turizmi ve rekreasyon arasındaki ilişkiyi açıklamak için İngiltere'de düzenlenen ve yalnızca müzik ve olağan festival olanaklarını değil, aynı zamanda bütünsel sağlık uygulamalarının sunulduğu üç günlük bir festival olan Big Chill Festivali önemli örneklerden biridir. Festivalde ana fikir, maneviyat ve topluluk atmosferinin yaratıldığı alternatif bir alan yaratmaktır. Bu festival, bazı reskreatif etkinliklerin nasıl daha entegre bir deneyim biçimine doğru ilerlediğini göstermektedir (Laws, 2009).

Örnek 5: Bir New Age Topluluğu: Findhorn, İskoçya

Inverness İskoçya'daki Findhorn Vakfı, her yıl 70'den fazla ülkeden 14.000'den fazla ziyaretçiyi ağırlamaktadır. Findhorn Topluluğu 1962 yılında, doğa temelli, kendi kendine yeten bir topluluğa katılmak isteyen daha fazla insanı çeken dünyaca ünlü bir bahçeyi yetiştirerek başlayan Peter ve Eileen Caddy ve Dorothy Maclean tarafından kurulmuştur. 2000'li yıllardan itibaren merkez, her yıl yaklaşık 200 haftalık kurslar düzenlemeye başlamıştır. Kurs almak isteyenlerin önce, eylemde aşk, meditasyon, kutsal dans ve doğa gezileri gibi topluluktaki yaşamın temel ilkelerini tanıtan Deneyim Haftası'na katılmaları istenmektedir. Kurs örnekleri arasında, ekolojik odaklı bir aylık bir program olan Ekoköy Eğitimi veya görsel ve sahne sanatlarına odaklanan üç aylık bir program olan Toplulukta Sanatın Özü vardır. Şifa, Meditasyon, Dans, Aydınlanmış Liderlik, Çatışma Çözümü, Şamanizm, Tezahür, Enerji Yönetimi, Yoga ve daha pek çok konuda daha kısa atölye çalışmaları ve rekreatif faaliyetler vardır. 1990'lara gelindiğinde Findhorn Vakfı, düzinelerce bütünsel işletme ve girişimi kapsayan yüzlerce kişiden oluşan çeşitli bir topluluğun kalbi haline gelmiştir. 1997 yılında vakıf, resmi bir Birleşmiş Milletler STK'sı olarak kabul edilmiştir.

(Kaynak: Findhorn, 2022)

Örnek 5'te ele alınan New Age topluluğu kendine has özellikleri ile Tablo 1'de yer alan fiziksel iyileşme, dinlenme/rahatlama, boş zaman/eğlence aktivitelerinin yanı sıra psikolojik ve spiritüel unsurların öne çıktığı bir

hizmet sunmaktadır. Bu tatiller sundukları bütünsel iyileşme fikri odağında Tablo 2’de yer alan sağlık turizmi aktiviteleri yelpazesine göre az aktif ve az rekabetçi niteliktedir.

1.3. Medikal Turizm ve Rekreasyon

Medikal turizm insanların medikal tedavi alabilme ve diğer turistik ve rekreasyonel hizmetlerden yararlanabilme amacıyla ikamet ettikleri yerlerden başka yerlere seyahat etmesi anlamına gelmektedir. Cerrahi işlem gerektirmeyen hastalıkların tedavisi ve daha sonrasında hastaların kontrolleri genelde termal sular, tıbbi mağaralar, tıbbi kil ve mikroklima gibi doğal kaynaklarla gerçekleştirilmektedir. Tüm bu faktörler spalar, sağlık kurumları ve sanatoryumlar çerçevesinde yer almaktadır. Medikal turizm bireyin sağlık durumunun daha iyi hale gelmesini sağlamak, şikayetlerini azaltmak veya durumunu stabilize etmek ve fiziki yeteneklerini canlandırmak amacıyla sağlık hizmetleri sunan turizm türüdür (Kincses vd., 2009). Bir niş pazar olarak ortaya çıkan medikal turizm hızlı bir şekilde gelişmiştir. İnsanlar medikal, dental veya ameliyat amaçlı olarak deniz aşırı ülkelere seyahat etmekte ve bu sırada gittikleri destinasyonlarda tatil de yapmaktadır. Zengin dünya ülkelerinde sağlık sorunlarının tedavilerinin giderek pahalı hale gelmesi, uzun bekleme listeleri, nispeten daha uygun ücretli uluslararası hava taşımacılığı ve uygun ekonomik döviz kurları ile "baby boom" kuşağının yaşlanması nedeniyle, medikal turizm oldukça popüler hale gelmiştir (Connell, 2006).

Cohen (2010)’e göre, medikal turizm coğrafi olarak da büyümektedir. Dünyada yaklaşık 40-50 ülkede yabancılara medikal hizmetler sunulmaktadır. Yayınlanan bir rapora göre ise (Deloitte Report, 2008), medikal turizmin dünyadaki temsilcileri Tayland, Singapur, Malezya, Hindistan, Güney Afrika, Birleşik Arap Emirlikleri, Brezilya, Kosta Rika, Meksika ve Macaristan’dır. Cohen (2010)’e göre, bu listeye Arjantin, Panama, İsrail ve Türkiye de eklenmelidir. Ancak popüler medya belli başlı destinasyonları ön plana çıkarmaktadır. Tayland, Singapur ve Malezya ile Hindistan’ın turizm otoriteleri diğer destinasyonlara göre daha fazla medikal turist çektiklerini öne sürmektedir.

Örnek 6: Güney Afrika’da Ameliyat ve Safari

Sloganı "Cennette Gizlilik" olan Surgeon and Safari, kapılarını ilk kez 1999 yılında açtığında Kaliforniya’dan sadece bir müşterisi vardı. Takip eden yıl müşteri sayısı 10’a yükseldi ve şirket o zamandan bu yana her yıl neredeyse %100 büyümeye kaydetti. Surgeon and Safari’nin müşterilerinin çoğu Birleşik Krallık ve Amerika Birleşik Devletleri’nden gelmektedir. Müşteriler ortalama 45 ile 65 yaşları arasındadır ve genellikle bekarlardır. En çok talep edilen prosedürler yüz gerdirme ve göz gerdirme, karın germe, meme küçültme ve implantlar, kronlar ve periodontik çalışmalar dahil olmak üzere diş implantlarıdır. Müşteriler ayrıca saç ekimi, liposuction, çene veya baldır büyütme, kulak ameliyatı, kaş kaldırma, botoks, oftalmik prosedürler (katarakt ameliyatı gibi) ve diz ve kalça protezi gibi ortopedik prosedürler arasından seçim yapabilmektedir.

Şirket, cerrahlardan otellere kadar sunulan hizmetlerin kalitesi ve profesyonelliği ile dünyanın en iyileri arasında olduğunu ve fiyatların oldukça rekabetçi olduğunu savunmaktadır. İnternet, müşteri ve cerrah arasında sürekli olarak iletişim kurmak için kullanılmaktadır. Yüksek tıbbi standartlar, gerçek iş etiği ile birleştirilmektedir. Müşteriler iyileşmek ve eğlenmek istediklerinde, safariye çıkma veya denize gitme seçeneğine sahiptir. Birçoğunun bunun yerine dinlenmeye ihtiyacı olmasına rağmen, bazı geziler ortalama 10 gün sürmektedir. Örneğin Waterberg veya Pilanesberg Game Reserve’de geziler düzenlenmektedir. Ayrıca Sandton City’de kültürel köyler, Soweto, Apartheid Müzesi ve diğer turistik deneyimler için gününbirlik geziler sunulmaktadır.

(Kaynak: Surgeon ve Safari, 2022)

Yukarıda ele alınan medikal turizm faaliyeti örneği Tablo 1’de yer alan sağlık turizmi spektrumunda fiziksel iyileşme ve güzellik tedavileri başta ve öncelikli olmak üzere dinlenme/rahatlama ve boş zaman/eğlence aktiviteleri de sunulduğunu göstermektedir. Bu tatiller katılımcı özelliklerine ve motivasyonlarına bağlı olarak Tablo 2’de yer alan sağlık turizmi aktiviteleri yelpazesine göre hem çok aktif ve az rekabetçi (örneğin sunulan safarilerle) hem de az aktif ve az rekabetçi niteliktedir.

Türkiye medikal turizm açısından hem hasta çekme hem de yatırım konusunda son yıllarda popüler bir destinasyon haline gelmiştir (Albayrak, 2013). Türkiye’de medikal turizmin incelendiği bir çalışmaya göre (Ayдын vd., 2011), Türkiye’ye hasta gönderen ülkeler beş gruba ayrılmıştır:

- Büyük bir Türk nüfusa sahip ülkeler (Almanya, Hollanda, Fransa vb.)
- Altyapı ve hekim yetersizliğine sahip gelişmekte olan ülkeler (Balkan Ülkeleri, Orta Asya'daki Türki Cumhuriyetler)
- Sağlık hizmetlerinin pahalı olduğu ve sigortaların kapsamadığı hizmetleri talep eden hastaların yaşadığı ülkeler (ABD, İngiltere, Almanya vb.)
- Uzun bekleme sırası olan ülkeler (İngiltere, Hollanda, Kanada)
- İkili anlaşmalar çerçevesinde Türkiye'ye belli sayıda ücretsiz hasta gönderen ülkeler (Afganistan, Yemen, Sudan vb.)

Türkiye'de gelen ziyaretçilere sunulan medikal hizmetler arasında göz ameliyatları, diş ameliyatları, tüp bebek uygulamaları, estetik ve plastik operasyonlar, kalp ve damar hastalıklarına dair tedavileri içermektedir (Albayrak, 2013). Türkiye'de medikal turizmin gelişmesi yukarıda belirtilen ülke vatandaşlarına uygun bir bölümlendirme ve bölümlere uygun turistik ürün ve hizmet üretimiyle sağlanabilecektir. Konaklama ve seyahat işletmelerinin sağlık amacıyla Türkiye'ye gelen yabancı turistlerin beklentilerini karşılayacak hizmeti sunması gerekmektedir.

1. 4. İleri Yaş (Geriatri) Turizmi ve Rekreasyon

Üçüncü yaş turizmi katılımcıları, özellikle 1990'lı yıllarda turizm pazarlamacılarının hedefi haline gelmiştir. Araştırmacılar üçüncü yaş turistlerinin, fiziksel olarak keyif amaçlı seyahate çıkabilecek durumda olan fiziksel olarak aktif olma ve rekreatif aktivitelere katılma arzusu duyan bireyler olduğunu ortaya koymuştur (Patterson, 2006). Hsu ve diğerleri (2007) yaptıkları çalışmada üçüncü yaş turistlerinin motivasyonlarını dışsal koşullar ve içsel arzular olarak iki grupta toplamıştır. Dışsal koşulların toplumsal gelişim, kişisel gelir, zaman ve sağlık; içsel arzuların sağlıklarını iyileştirme, rutinden kaçış, sosyalleşme, bilgi arayışı, gurur ve vatanseverlik, kişisel ödül ve nostalji olduğunu ortaya koymuşlardır. Başka bir çalışmaya göre 55-64 yaş arasındaki bireylerin seyahatlerinde alışveriş, açık hava aktiviteleri ve gece hayatı gibi rekreatif aktivitelere, 65 yaş ve üzerindeki turistlerin ise tarihi mekanları ve müzeleri ziyaret ve kültürel etkinliklere katılmak gibi aktivitelerde yer almayı tercih ettikleri görülmüştür (TIAA, 2000).

Bireylerin yaşlanmayla beraber hissettikleri rol kaybı, turizm ve rekreasyon faaliyetleriyle yeniden geri kazanılabilmektedir. Turizmin getirdiği yeni ve pozitif imaj yaşlılıkla gelen rol kayıplarının yeniden kazanılmasına yardımcı olabilmektedir. Sosyalleşme, sağlık kazanma gibi turizm motivasyonları yaşlı bireylerin yaşam tatmininin artışına katkı sağlayabilmektedir (Özdipçiner, 2008).

Örnek 7: Nature-Bound Australia

Nature-Bound Australia ("50'lerin Üzerindeki Yolculuklar, Vahşi Doğadan İlham Alındı"), yaşlı gezginler için bir dizi doğa temelli ve macera turları sunmaktadır. Turların özeti aşağıda belirtildiği gibidir:

- *Otantik yaşamı zenginleştiren deneyimler, Avustralya'nın eşsiz doğal tarihini, insanların ve toplulukların yaşam tarzını ve karakterini keşfetme.*
- *8-12 kişilik küçük grup turu.*
- *Fiziksel, diyet veya bekarların ihtiyaçlarına özen gösteren bilgili rehberlerin kişiselleştirilmiş hizmeti ve bakımı.*
- *Gündüz macera ve her gece, çoğunlukla üç yıldız veya daha özel tesislerde konforlu konaklama.*
- *Yerel içecekler ile çeşitli yerel ortamlarda kaliteli yemek seçenekleri.*
- *Uzak Avustralya seyahati için özel olarak tasarlanmış güvenilir 4x4 araçta konforlu seyahat.*
- *İstilaç kalabalıklarından uzak, alışılmadık dışında maceralar.*

- 50 yaş üstü sağlık ve wellness için özenle düzenlenmiş etkinlikler.
- Kişiselleştirilmiş tatil deneyimi ile her gün aktif veya pasif eğlence arasında seçim yapma.
- Sorumlu bir seyahat etiği ve ahlaki üzerine kurulmuş bir yolculuk.
- Uygun, her şey dahil tur fiyatı.

(Kaynak: Nature-Bound Australia, 2022)

Örnek 7’de ele alınan ileri yaş katılımcılara özel turlar farklı türleri ve sunduğu özelliklerle Tablo 1’de yer alan fiziksel iyileşme, güzellik tedavileri, dinlenme/rahatlama ve boş zaman/eğlence aktiviteleri içermektedir. Bu tatiller alışılmışın dışında maceralar gibi farklı seçenekleri ile Tablo 2’de yer alan sağlık turizmi aktiviteleri yelpazesine göre hem çok aktif ve çok rekabetçi hem de az aktif ve az rekabetçi niteliktedir.

Örnek 8: “Norveçliler, Antalya’da hem tedavi edilecek hem tatil geçirecek”

“Norveç’te emekliye ayrılan yaşlı hastalar Sağlık Bakanlığı ve belediyelerin işbirliği ile Antalya’da hem tedavi edilecek, hem de tatil yapacaklar.

Norveç İskandinav Yaşam Merkezi tarafından organize edilen, Norveç Sağlık Bakanlığı ile Norveç’deki belediyelerin belirlediği başta romatizmal hastalıklar olmak üzere çeşitli rahatsızlıklarının tedavisi yapılacak olan 76 Norveçli emekli Antalya’da otellerine yerleşti. Gloria Golf Otel’de konaklayan, yaşları 60 ila 90 arasında değişen Norveçli turistler, Antalya’da özel bir hastanede sağlık kontrolünden geçirilecek, sağlık problemleri olanlar tedavi edilecek ve tatilleri süresince çeşitli aktivitelere katılacaklar. Antalya’ya gelen Norveçli yaşlılar için otelde de özel hazırlıklar yapıldı. Yaşlı turistlerin rahat hareket edebilmeleri için bazı odalara özel asansörler konulurken, yemeklerin özel olarak hazırlandığı belirtildi.”

(Kaynak: İHA, 2009)

Örnek 8’de ele alınan ileri yaş katılımcılara özel turlar farklı türleri ve sunduğu özelliklerle Tablo 1’de yer alan fiziksel iyileşme öncelikli olmak üzere dinlenme/rahatlama ve boş zaman/eğlence aktiviteleri içermektedir. Bu tatiller Tablo 2’de yer alan sağlık turizmi aktiviteleri yelpazesine göre az aktif ve az rekabetçi niteliktedir. Bu haber, ileri yaş turistlerinin turizm faaliyetleri esnasında yaşlarına bağlı olarak onlara özel olarak düzenlenmiş (özel asansörler, özel yemekler) ve spesifik olarak katılabilecekleri bir tatil deneyimini örneklendirmektedir.

1.5. Erişilebilir Turizm ve Rekreasyon

Bazı turistlerin özel ihtiyaçları, kaçınılmaz olarak çok çeşitli tatil kararlarını ve seçimlerini etkilemektedir ve aşırı durumlarda (ciddi engellilik ve/veya turizm sağlayıcılarının hizmet sağlamaması) turizm ürünlerine eşit erişimlerini engelleyebilmektedir. Bununla birlikte, engellilerin, sağlıklı insanlar kadar- veya daha fazla- seyahatten zevk alma ihtiyacı olduğu iddia edilebilir (BPP Learning Media, 2013). Engellilik, potansiyel olarak birçok turizm türüne katılım için güçlü bir engeldir. Engeller şunlar olabilmektedir (Murray ve Sproats, 1990):

- İçsel: fiziksel sınırlamalar, psikolojik engeller (örneğin, özbilinç, güven eksikliği)
- Ekonomik: özel ihtiyaçlar, tesisler, yol arkadaşları, uyarlanmış ekipman sağlama maliyeti
- Çevresel: erişilebilirlik sorunları (binalar, ulaşım), faaliyet engelleri, sağlık ve güvenlik endişeleri, kurallar/ yönetmelikler
- Tutumsal/etkileşimli: endüstri bilinci, bilgi/iletişim, ayrımcılık eksikliği.

Erişilebilir turizm, insanların, erişimin hareket, görme, duyma ve bilişsel boyutlarını da içeren ihtiyaçlar ile evrensel olarak tasarlanmış turizm ürünlerinin, hizmetlerinin ve çevrelerinin erişimi yoluyla eşitlik ve itibar ile bağımsız bir şekilde hareket etmelerini sağlayan; paydaşlar arasındaki işbirlikçi süreçleri içeren bir turizm türüdür. Bu turizm türünün katılımcıları ise kalıcı ya da geçici engelle sahip olanlar, yaşlılar, obezler, bebekli aileler ve

daha güvenli ve daha sosyal olarak sürdürülebilir bir şekilde tasarlanmış çevrelerde çalışanlardır(Darcy ve Buhalis, 2011; Darcy ve Dickson,2009).

Erişilebilir turizm alanında yapılan birçok çalışmada (Başarangil,2014; Darcy ve Buhalis, 2011; Darcy vd., 2010), vurgulanan en önemli nokta turizm işletmelerinin, özellikle de konaklama işletmelerinin, erişilebilir turizm adına değişiklikler yapması gerektiği, aksi takdirde ilerleyen dönemlerde rekabet ortamının dışında kalacak olmalarıdır. Buna örnek olarak Darcy ve diğerleri (2010) çalışmalarında Avustralya’da faaliyet gösteren bir konaklama işletmesini örnek olay yöntemiyle incelemiştir. Tüm konukları için erişilebilir konaklama sunan bu işletmeyi diğerlerinden ayıran özellikleri özel park yerine sahip bungalovları, herkesin rahatça girebileceği erişilebilir kapıları, tekerlekli sandalye kullanan konukların dahi rahatça erişebileceği lavabo ve tezgahtan oluşan mutfakları, duş ve küvetleri, tuvaletleri; duş ve küvetlerin içerisinde özel tabureler, odalarda hastane yatakları olmasıdır. Bunların yanı sıra, otelde tüm konukların göle, köprüye ve balık tutma noktasına rahatça ulaşabileceği patikalar, barbekü alanları, konferans odaları, sıcak su ve spa havuzu da yer almaktadır. Otel engelli konuklarına özel arazi araçları ve plaj sandalyesi de sunmaktadır.

Örnek 9: Kurt Fearnley Manşetlerde!

Avustralyalı tekerlekli sandalye sporcusu Kurt Fearnley, 2009 yılında Papua Yeni Gine’deki Kokoda Pisti’ni tamamladığı zaman dünya çapında manşetlere çıkmıştır. Arkadaşları ve hamallardan oluşan bir ekip tarafından desteklenen paralimpik sporcu, erkek sağlığı yardım kuruluşu Movember için para toplamak amacıyla sponsorlu on günlük bir mücadelede 96 km’lik dağlık rotanın tüm uzunluğu boyunca ellerinin üzerinde sürüklenmiştir.

Ancak Fearnley dönüşünde farklı bir nedenle manşetlere konu olmuştur. Havayolu Jetstar’ın bagaj olarak kendi tekerlekli sandalyesini kontrol etmesini talep etmesi üzerine, etkin bir şekilde kontrol edemediği havayoluna ait bir tekerlekli sandalye kullanmak yerine Brisbane Havalimanı’ndan transit uçuş kalkış kapısına sürünmeyi tercih etmiştir. Avustralya Federal Ayrımcılık Komiseri olayla ilgili olarak şunları dile getirmiştir: “Kurt Fearnley gibi bir Avustralyalının- Kokoda Pisti’ni sürünerek ve erkek sağlığı için 23.000 dolar topladıktan sonra- bir Avustralya havaalanına geldiğinde saygısızlığa ve kötü muameleye maruz kaldığını düşünmek trajik bir durumdur.” O günden sonra Avustralya Federal Parlamento Engelliler Sekreteri tüm seyahat işletmelerine şu tavsiyede bulunmuştur: “Her engelli müşterinin önce bir birey olduğunu anlayın ve nasıl davranılmaları gerektiğine tek bir özelliğin karar vermesine izin vermeyin.”

(Kaynak: BPP Learning Media, 2013)

Tütüncü ve Aydın (2016) Türkiye’de yaptıkları çalışmada engelli çocuklara yönelik gerçekleştirilen rekreasyon terapi kamplarını incelemiştir. Çalışmada rekreasyon terapi kampları turizm ve seyahat (Bergama antik kenti, Alman Adası, Meryem Ana ve Efes antik kenti gezileri), spor (atletizm, jimnastik, yüzme, futbol, basketbol, bowling, bisiklet, ata binme vb.) ve sosyo-kültürel faaliyetler olarak üç başlık altında incelenmiş; sonuç olarak çocukların ev içi sorunlarının azaldığına, okuldaki başarılarının arttığına, toplumla uyum içinde olmaya başladıklarına, sosyalleştiklerine, çalışma aktivitelerini kendi başlarına gerçekleştirebildiklerine, kişisel beceri ve yeteneklerinin ve özgüvenlerinin geliştiğine dair geribildirimler alınmıştır.

SONUÇ

Bu çalışmada sağlık turizminde rekreatif faaliyetlerin rolü ve önemi ele alınmaktadır. Çünkü bireyler sağlık turizmi kapsamında yaptıkları rekreatif faaliyetlerle hastalıktan kaçınma ve kendi zihin ve bedenlerini geliştirebilme fırsatını yakalayabilmektedir (Tütüncü vd., 2011). Bu amaçla öncelikle termal tesislerde, konaklama tesisi ve kür merkezlerinin yanı sıra rekreasyon alanlarının da bulunması gerekmektedir (Özbek, 1991). Gerçekleştirilen bu kavramsal derleme çalışma sağlık turizmi ve alt türlerinin rekreasyonla ilişkisini dünyadan ve Türkiye’den örneklerle açıklama amacındadır. Dolayısıyla bu çalışma ile literatüre kavramsal bir katkı sunmaktadır.

Sağlık turizminin günümüzde en çok ön plana çıkarılan ve özellikle Türkiye’de sürdürülebilirlik için geliştirilmesi amaçlanan alt türlerinden biri olan termal turizm, turist motivasyonları bağlamında geniş bir kitleye hitap etmese de turizmin mevsimsellik özelliğini azaltması ve istihdamı artırıcı özellikleriyle daha da önemli hale gelmiştir. Dünyada birçok destinasyon hem tesisleri hem de altyapı çalışmaları ile bu alanda uzmanlaşmaktadır. Tüm termal turizm uygulama örneklerinde rekreasyonel faaliyetlerin çeşit ve kapsam olarak güçlendirildiği görülmektedir.

Yapılan araştırmalarda (Özdipçiner, 2008; Belkayalı, 2009; Smith ve Puczko, 2009) da termal tesiste sunulan rekreatif faaliyetlerinin niceliği ve niteliğinin termal turizme katılan tüketicilerin toplam memnuniyetlerini, seyahat sürelerini ve sıklıklarını etkilediği görülmüştür. Sağlık turizminin alt kategorilerinden biri olan wellness turizmi de sağlık durumlarını iyi hale getirmek amacıyla turistlere uygun ürün ve hizmetleri eğitici, eğlendirici ve boş zaman değerlendirici aktivitelerle sunan rekreasyonel bir turizm çeşidi olarak görülmektedir. Ayrıca insanlar medikal, dental veya ameliyat amaçlı olarak deniz aşırı ülkelere seyahat etmekte ve bu sırada gittikleri destinasyonlarda tatil yaparak rekreatif faaliyetlere de katılmak istemektedir. Sağlık turizminin özellikle Türkiye için önemli türlerinden biri ise medikal turizmdir. Özellikle Batılı ülkelerden gelen turistler Türkiye gibi destinasyonlarda hem sağlık hizmetleri hem de turistik hizmetler alabilmektedir. Son yıllarda sadece bu amaçla faaliyete başlayan birçok özel şirket ve acente kurulmuştur. Bu şirketler ve acenteler sadece medikal operasyonlar değil, farklı rekreasyonel aktiviteler de sunmaktadır.

Sağlık turizmi kapsamında önemli bir alt başlık olarak değerlendirilen üçüncü yaş turistlerini inceleyen araştırmalar da fiziksel olarak keyif amaçlı seyahate çıkabilecek durumda olan fiziksel olarak aktif olma ve rekreatif aktivitelere katılma arzusu duyan bireyler olduğunu ortaya koymuştur. Erişilebilir turizm alanında yapılan birçok çalışmada (Sözbilen ve Özkul, 2009 Smith ve Puczko, 2009) da vurgulanan en önemli nokta turizm işletmelerinin, özellikle de konaklama işletmelerinin, erişilebilir turizm adına değişiklikler yaparak rekreatif faaliyetlere daha fazla yer vermesi gerektiğidir. Literatürde hala tartışılan ve yeni bir tür olarak değerlendirilen yoga turizmi aslında birçok özelliği ile (psikolojik, spiritüel, yeşam/iş dengesi, fiziksel iyileşme) sağlık turizmi kapsamında değerlendirilebilir. Yoga turizmi araştırmaları (Lehto vd., 2006; Telej ve Gamble, 2019) özellikle son yıllarda insanların iş-yaşam dengesi ve ruhsal sağlıkları için bu tür meditatif özellikteki kamlara ve inzivalara katıldıklarını göstermektedir.

Sağlık turizminde ilerleme kaydetmek isteyen tesislerin rekreatif faaliyetlere daha fazla yer vermesi ve müşteri istek ve beklentileri doğrultusunda değişiklikler yaparak sürdürülebilir rekabet avantajı elde etmesi gerektiği sonucuna ulaşılmaktadır. Smith ve Puczko (2009)'a göre, tüketicilerin artan talepleri ve motivasyonları, yeni pazarların (örneğin gençler) ortaya çıkması ve daha doğal ve yerli ürün ve tedavi tercihleri de dahil olmak üzere derinlemesine analiz edilmelidir. Hizmetlerin sunumu değişmekte ve çevrimiçi teknolojiden giderek daha fazla yararlanılmaktadır. Bu bağlamda sağlık turizminin sürdürülebilirliği ve çevresel etkileri ile ilgili konular hakkında artan bir endişe mevcuttur. Bu nedenle endüstride kayda değer bir "yeşile dönüşme" vardır. Bazı operatörler ve işletmeler, sağlıklı yaşam pazarının görünen doygunluğu ve ürünleri çeşitlendirme veya yeni pazarları çekme ihtiyacı konusunda daha fazla endişe duymaktadır.

Sonuç olarak turistlerin sağlık turizmi kapsamında yaptıkları rekreatif faaliyetlerle hastalıktan kaçınmayı ve kendi zihin ve bedenlerini geliştirebilmeyi destekledikleri görülmektedir. Öyle ki Koronavirüs salgını, sağlıklı yaşamın ve sürdürülebilirliğin önemini bir kez daha vurgulamıştır. Bu sebeple son dönemlerde pandemi ile insanların sağlıklı ve hareketli bir yaşama adapte olmak için seyahat planladıkları ve tesislerde rekreatif faaliyetlere katılmak istedikleri görülmektedir. Pandemi döneminde yeni trend olarak hem tatil yapmak hem tedavi olmak tekrar gündeme gelmiştir. Koronavirüse yakalanmamak için bağışıklık sistemini güçlendirmek isteyenler, sağlık imkânı ve rekreasyon alanları sunan tesislere daha fazla yönelmeye başlamıştır. Bu sebeple oteller de detoks, anti aging, sağlıklı kilo verme gibi hizmetleri programlarına eklemeye başlamıştır. Ancak bu tek başına yeterli değildir. Artık konaklama tesisleri, kür merkezlerinin yanı sıra sağlıkla ilgili daha sürdürülebilir rekreasyon alanlarını da faaliyete geçirmelidir (Özbek, 1991).

Dünyadan örneklerle gerçekleştirilmiş bu kavramsal derleme çalışmasının en önemli sınırlılığı Türkiye'den yeterince örnek olmamasıdır. Dolayısıyla gelecek çalışmalarda Türkiye'den örneklere yer verilmesi ve farklı yöntemlerin kullanılması önerilmektedir. Örneğin, rekreasyon ve sağlık turizmi arasındaki ilişkiye dair hem sektör temsilcilerinin hem de müşterilerin fikirleri, tutumları ve önerileri üzerinde çalışmalar gerçekleştirilebilir. Uygulama açısından ise, örneğin termal özelliklere sahip destinasyonların artık bu özelliklerini ön plana çıkarması ve bunu yaparken destinasyonda gerçekleştirilebilecek rekreatif faaliyetlere de dikkat çekmesi gerekmektedir. Konaklama işletmeleri buldukları destinasyonlara göre veya yapılarına göre, sadece ileri yaş turizmine ya da sadece yoga turizmine yönelebilir ve niş pazarlarda daha fazla ön plana çıkabilirler. Seyahat acenteleri ve tur operatörleri bir destinasyon için tur planlaması gerçekleştirirken o destinasyonda yer alan sağlık turizmine yönelik faaliyetleri rekreatif aktivitelerle harmanlayarak müşterilere sunabilir.

KAYNAKÇA

- Açikel, C. (2016). *Wellness Turizmi ve Türkiye*. (14/10/2016). Erişim Adresi: <http://www.turizmglobal.com/wellness-turizmi-ve-turkiye/>, Elde edilme tarihi: 05.07.2018.
- Albayrak, A. (2013). *Alternatif Turizm*. Detay, Ankara.
- Alpine Wellness. (2008). www.alpinewellness.com/en. Elde edilme tarihi: 05.07.2018.
- Aydın, D., Aypek, N., Aktepe, C., Şahbaz, P. ve Arslan, S. (2011). *Türkiye’de Medikal Turizmin Geleceği*. Erişim Adresi: <http://www.byclb.com/Files/turizm/turkiyede-medikal-turizm-gelecegi.pdf>, Elde edilme tarihi: 10.07.2018.
- BAKA (Batı Akdeniz Kalkınma Ajansı). (2013). *Sağlık Turizmi Sektör Raporu*. Erişim Adresi: <http://docplayer.biz.tr/1768240-Saglik-turizmi-sektor-raporu.html?cv=1>, Elde edilme tarihi: 25.05.2022.
- Başarangil, İ. (2014). Erişilebilir Turizm Destinasyonları için Uygulanabilecek Düzenlemeler: Örnek Destinasyonlar, *15. Ulusal Turizm Kongresi*, Ankara 13-16 Kasım 2014.
- Belkayalı, N. (2009). Jeotermal enerji kaynaklarının sağlık, turizm ve rekreasyon amacıyla kullanımı ve ekonomik değerinin tespiti: Yalova termal kaplıcaları örneği. *TMMOB Jeotermal Kongresi*, Ankara 23- 25 Aralık 2009.
- Bowers, H. ve Cheer, J. M. (2017). Yoga tourism: Commodification and western embracement of eastern spiritual practice. *Tourism Management Perspectives*, 24, 208-216.
- BPP Learning Media. (2011). Special Interest Tourism: Study Guide. Confederation of Tourism and Hospitality.
- Chen, P.T., Kung, R.H., Huang, M.Y., Chen, F.D. ve Pei, L. (2012). Exploring the Medical Tourism Development Barriers and Participation Willingness in Taiwan: An Example of Mainland Tourist. *International Journal of Humanities and Social Sciences*, 6(8), 2132- 2137.
- Clarke, T. C., Black, L. I., Stussman, B. J., Barnes, P. M. ve Nahin. R. L. (2015). Trends in the Use of Complementary Health Approaches Among Adults: United States, 2002– 2012. *National Health Statistics Reports*, 79: 1.
- Cohen, E. (2010). Medical Travel- A Critical Assessment. *Tourism Recreation Research*, 35(3), 225-237.
- Connell, J. (2006). Medical tourism: Sea, sun, sand and... surgery. *Tourism management*, 27(6), 1093-1100.
- Costa, C., Quintela, J. ve Mendes, J. (2015). Health and Wellness Tourism: A Strategic Plan for Tourism and Thermalism Valorization of São Pedro do Sul. *Health and Wellness Tourism* (Ed: Peris-Ortiz, M. ve Alvarez-Garcia, J.) (ss. 21- 31), Springer, Londra.
- Darcy, S. ve Buhalis, D. (2011). “ntroduction: From Disabled Tourists to Accessible Tourism. *Accessible Tourism Concepts and Issues*, (Ed: D. Buhalis ve S. Darcy)(ss.1-15), Channel View Publications, UK.
- Darcy, S., Cameron, B. ve Pegg, S. (2010). Accessible tourism and sustainability: a discussion and case study. *Journal of Sustainable Tourism*, 18(4), 515-537.
- Darcy, S. ve Dickson, J. T. (2009). A whole-of-life approach to tourism: the case for accessible tourism experiences. *Journal of Hospitality and Tourism Management*, 16, 32-44.
- Deloitte Report. (2008). *Medical Tourism: Consumers in Search of Value*. Deloitte Center for Health Solution, USA
- Desikachar, T. K. V. (1999). *The Heart of Yoga: Developing a Personal Practice*. Inner Traditions/Bear, Rochester, Vermont.
- Dillette, A. K., Douglas, A. C. ve Andrzejewski, C. (2019). Yoga tourism—a catalyst for transformation?. *Annals of Leisure Research*, 22(1), 22-41.
- Dunn, H. L. (1959). High-level Wellness for Man and Society. *American Journal of Public Health*, 49(6), 786-792.
- Findhorn (2022). About. Erişim Adresi: <https://www.findhorn.org/about-us/>, Elde edilme tarihi: 26.01.2022.
- Gahlinger, P. (2008). *The Medical tourism travel guide*. North Branch, USA, Sunrise River Press.
- Gilbert, E. (1954). *Brighton: Old ocean’s bauble*. Methuen, London.
- Gligorijević, Ž., ve Novović, M. (2014). Health and Recreation Tourism in the Development of Mountains Spas and Resorts. *Economic Themes*, 52(4), 498-512.
- Gümüş, H. ve Sabırlı, T. N. (2016). Termal Turizmde Rekreasyonel Hizmet Kalitesi. *Journal of Human Sciences*, 13(3), 4453-4463.

- Güvenç, C. (2007). *Türkiye'deki termal turizm tesislerinin planlama ve tasarım ilkelerine ilişkin bir model önerisi (Çanakkale örneği)*. (Yayımlanmamış Doktora tezi). Yıldız Teknik Üniversitesi
- Hall, C. M. (1992). Adventure, sport and health tourism. *Special Interest Tourism* (Ed: Weiler, B. ve Hall, C.M) (ss. 141-158), Belhaven Press, Londra.
- Hsu, C. H. C., Cai, L. A. ve Wong, K. K. F. (2007). A Model of Senior Tourism Motivations- Anecdotes from Beijing and Shanghai. *Tourism Management, 28*, 12622-1273.
- İHA. (2009). Norveçliler, Antalya'da hem tedavi edilecek hem tatil geçirecek. (08.09.2009). Erişim Adresi: <https://www.medimagazin.com.tr/medilife/tr-norvecliler-antalyada-hem-tedavi-edilecek-hem-tatil-gecirecek-10-681-21665.html>, Elde edilme tarihi: 25.01.2022.
- Kaçar, M. (2014). *Termal turizm işletmelerinde müşterilerin rekreasyon talebi: Balıkesir ili örneği*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Balıkesir Üniversitesi.
- Kincses, G., Borbás, I., Mihalicza, P., Varga, E. ve Udvardy, E. (2009). A gyógyturizmustendenciái a világban. *Egészségügyigazdaságiszemle, 47(5)*, 33-37.
- Kültür ve Turizm Bakanlığı. (2018). *Genel Tanımlar*. <http://yigm.kulturturizm.gov.tr/TR,11475/genel-tanimlar.html>, Elde edilme tarihi: 10.07.2018.
- Ladplee, N. (2021). Cultural Landscape of Hot Springs Toward Health Tourism and Recreation in Kanchanaburi, Thailand. *Journal of Innovation and Management, 6(2)*, 158-174.
- Laing, J. ve Weiler, B. (2008). Mind, body and spirit: Health and wellness tourism in Asia. *Health and Wellness Tourism in Asia, 1(1)*.
- Laws, C. (2009). Case Study: The Big Chill festival, England, United Kingdom. *Health and Wellness Tourism*, (Ed: Smith, M. ve Puczkó, L.), (ss.357- 360). Elsevier.
- Lehto, X. Y., Brown, S., Chen, Y., ve Morrison, A. M. (2006). Yoga tourism as a niche within the wellness tourism market. *Tourism Recreation Research, 31(1)*, 25-35.
- Mueller, H., ve Kaufmann, E. L. (2001). Wellness tourism: Market analysis of a special health tourism segment and implications for the hotel industry. *Journal of vacation marketing, 7(1)*, 5-17.
- Murray, M. ve Sproats, J. (1990). The disabled traveller: Tourism and disability in Australia. *Journal of tourism studies, 1(1)*, 9-14.
- Nature-Bound Australia. (2022). About. Erişim Adresi: <https://www.natureboundaustralia.com/australian-tour-operators/>, Elde edilme tarihi: 25.01.2022.
- Özbek, T. (1991). Dünya'da ve Türkiye'de Termal Turizmin Önemi. *Anatolia, 2(17-18)*, 15-30.
- Özdipçiner, N. S. (2008). Türk turizm pazarında yaşlı yabancı tüketicilerin turistik tercihleri. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi, 2*, 134-146.
- Parmar, J. (2013). Role of yoga in health and tourism. http://www.philica.com/display_article.php?article_id=396. Elde edilme tarihi: 10.09.2015.
- Patterson, I. R. (2006). *Growing Older: Tourism and Leisure Behaviour of Older Adults*. CABI, UK.
- Pecelj, M., Lukić, M., Pecelj, M., Srnić, D., ve Đurić, D. (2017). Geoecological evaluation of Novi Sad and environment for the purposes of health tourism and recreation. *Archives for Technical Sciences, (17)*, 89-97.
- Puczkó, L. (2015). Foreword. *Health and Wellness Tourism*, (Ed: Peris-Ortiz, M. ve Alvarez-Garcia, J.) (ss. v- vi). Springer, Londra.
- Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü. (2016). *Termal Sağlık Turizmi ve SPA-Wellness*. (04/10/2016) Erişim Adresi: <http://saglikturizmi.gov.tr/TR,181/termal-saglik-turizmi-ve-spa-wellness.html>, Elde edilme tarihi: 10.07.2018.
- Sandal, E. K. ve Karademir, N. (2015). Ilica (Kahramanmaraş) kaplıcalarında termal turizm odaklı rekreasyon faaliyetleri. *Türk Coğrafya Dergisi, (64)*.
- Scott, D., Freitas, C. D., ve Matzarakis, A. (2009). Adaptation in the tourism and recreation sector. *Biometeorology for adaptation to climate variability and change* (ss. 171-194). Springer, Dordrecht.

- Smith, M. ve Kelly, C. (2006). Holistic Tourism: Journeys of the Self?, *Tourism Recreation Research* 31 (1): 15–24.
- Smith, M. ve Puczko, L. (2009). *Health and Wellness Tourism*. Elsevier.
- Smith, M., ve Puczko, L. (2015). More than a special interest: Defining and determining the demand for health tourism. *Tourism recreation research*, 40(2), 205-219.
- Smyth, F. (2005). Medical geography: Therapeutic places, spaces and networks. *Progress in Human Geography*, 29, 488–495.
- Sözbilen, G. ve Özkul, E. (2019). Sağlık Turizmi. *Alternatif Turizm*, (Ed: Aydın, Ş. ve Eren, D.), (ss.73-100). Detay, Ankara.
- Surgeon ve Safari (2022). About. Erişim Adresi: <http://surgeon-and-safari.co.za/surgeon-and-safari-about-us/>, Elde edilme tarihi: 25.01.2022.
- TIAA. (2000). *The Mature Traveller*. Travel Industry Association of America, Washington, DC.
- Telej, E., ve Gamble, J. R. (2019). Yoga wellness tourism: a study of marketing strategies in India. *Journal of Consumer Marketing*, 36(6), 794-805.
- Tütüncü, Ö. ve Aydın, İ. (2016). Engelsiz Turizm Kapsamında Rekreasyon Terapi Kamplarının Değerlendirilmesi. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 27(2), 290-297.
- Tütüncü, Ö., Kiremitçi, İ. ve Çalışkan, U. (2011). Sağlık turizmi, güvenlik ve kalite. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 22(1), 91-93.
- Yeung, O. ve Johnston, K. (2017). Global Wellness Economy Monitor Report. Global Wellness Institute. https://static1.squarespace.com/static/54306a8ee4b07ea66ea32cc0/t/58862a472994ca37b8416c61/1485187660666/GWI_WellnessEconomyMonitor2017_FINALweb.pdf. Elde edilme tarihi: 25.01.2022.
- Yoga Alliance. (2016). The 2016 Yoga in America Study. Yoga Alliance. <https://www.yogaalliance.org/Portals/0/2016%20Yoga%20in%20America%20Study%20RESULTS.pdf>. Elde edilme tarihi: 25.01.2022
- Wellbeing Escapes. (2022). About. Erişim Adresi: <https://www.wellbeingescapes.com/about-us>, Elde edilme tarihi: 25.01.2022.
- Wildfitness. (2022). About. Erişim Adresi: <https://wildfitness.com>, Elde edilme tarihi: 25.01.2022.
- Zollo, A., Simonetti, B., Salsano, V. ve Rueda-Armengot, C. (2015). Promotion and Marketing: Marketing Strategies, Italy, Regional Development. *Health and Wellness Tourism*, (Ed: Peris-Ortiz, M. ve Alvarez-Garcia, J.), (ss. 63- 76). Springer, Londra.

Beyan ve Açıklamalar (Disclosure Statements)

1. Bu çalışmanın yazarları, araştırma ve yayın etiği ilkelerine uyduklarını kabul etmektedirler (The authors of this article confirm that their work complies with the principles of research and publication ethics).
2. Yazarlar tarafından herhangi bir çıkar çatışması beyan edilmemiştir (No potential conflict of interest was reported by the authors).
3. Bu çalışma, intihal tarama programı kullanılarak intihal taramasından geçirilmiştir (This article was screened for potential plagiarism using a plagiarism screening program).