

TRENDSCOPE

14 TRENDER

UPPDATERAD 29 JUNI 2026

# Wellness turism i Europa – tillväxt och konsumentbeteende

Utforska trender, tillväxt och konsumentbeteende inom wellness turism i Europa, med fokus på hälsospa, retreats och holistiska resmål för välbefinnande.

● Mikro ● Makro ● Mega

## MIKROTREND

# Tillväxt för medicinsk-wellness kräver medicinsk kompetens och ökad tillsyn

Wellness-turismens förskjutning mot medicinsk wellness och rehab innebär större efterfrågan på evidensbaserade program, men sådana tjänster kräver legitimerad vårdpersonal och kan omfattas av Socialstyrelsen/IVO-tillsyn. Åtgärder: etablera formella samarbeten med vårdgivare, säkerställ ansvarsfördelning och medicinsk dokumentation innan ni marknadsför eller erbjuder medicinska...

Halsa

Arbetskraft

Reglering

9 OBSERVATIONER · SENAST 29 JUNI 2026

Kroppsbehandlingar (Statens offentliga utredningar 2015:100) | Sveriges riksdag  
riksdagen.se

Wellness Tourism Initiative Trends for 2025 - Global Wellness Institute  
globalwellnessinstitute.org

Spa wars - the race to be the best retreat in the world  
ft.com

## MAKROTREND

# Wellness som förebyggande hälsoinvestering

Resor kategoriseras alltmer som en investering i personlig hälsa och välbefinnande snarare än ren lyxkonsumtion. Detta driver efterfrågan på nischade hälsoresor och regenerativa upplevelser.

Halsa

Konsumentbeteende

15 OBSERVATIONER · SENAST 29 JUNI 2026

Wellness Trends 2026

[draxe.com](https://draxe.com)

Hotell- och spatrender för 2026 : Besöksliv

[besoksliv.se](https://besoksliv.se)

Trender Inom Halsa och Valbefinnande 2026 Sa Forandrar Nordiska Konsumenter Detaljhandel och Apotek

[oriola.com](https://oriola.com)

## MIKROTREND

# Återuppväckt intresse för nordiska bad-ritualer (bastu, cold-contrast)

Traditionella nordiska ritualer som bastu, kallbad och kontrastbad har fått nytt liv som differentierande wellness-produkter för internationella resenärer. Företag bör paketera dessa som autentiska, guidade upplevelser med lokal storytelling och klara säkerhets-/hygienprotokoll för att attrahera betalningsvilliga segment.

Konsumentbeteende

Halsa

18 OBSERVATIONER · SENAST 29 JUNI 2026

**Tourism Trends and Policies: OECD Tourism Trends and Policies 2024 | OECD**[oecd.org](https://oecd.org)**8 Wellness Travel Trends Shaping European Bookings in 2025-26 - Destination Management Company**[europeincoming.com](https://europeincoming.com)**Spa wars - the race to be the best retreat in the world**[ft.com](https://ft.com)

## MIKROTREND

# Efterfrågan på 'Calmcations' och djupgående återhämtning

En växande nisch fokuserar på resor för mental hälsa, så kallad nocturism och digital detox, vilket tvingar arrangörer att paketera tystnad, natur och wellness snarare än bara logi.

Halsa

Konsumentbeteende

6 OBSERVATIONER · SENAST 14 MAJ 2026

Global Spa Trends: What Wellness Travelers are Seeking in 2024

[wellnesscomrade.com](https://wellnesscomrade.com)

Wellness Tourism Will Cross the \$1 Trillion Mark in 2024 - Global Wellness Institute

[globalwellnessinstitute.org](https://globalwellnessinstitute.org)

Wellness tourism is taking over cities with IV drips and ozone saunas

[voguebusiness.com](https://voguebusiness.com)

## MIKROTREND

# Premium 'longevity' hotell och klinik-hotell växer som eget kommersiellt segment

Fler aktörer utvecklar hotell med integrerade långtidsprogram för diagnostik, nutrition och avancerade terapier (IV-drip, hyperbar, biohacking) riktade mot betalningsvilliga premiumkunder. Detta kräver etablerade medicinska partnerskap, sjukvårdsansvar, CE-kontroller för utrustning och nya prissättnings-/paketeringsmodeller för längre vistelser (2–8 veckor).

Innovation

Reglering

Halsa

9 OBSERVATIONER · SENAST 6 APRIL 2026

**GWJ reveals Global Wellness Economy now worth \$6.8 trillion**

[europeanspamagazine.com](https://europeanspamagazine.com)

**Longevity Hotel Market Size, Share and Growth Report 2026**

[thebusinessresearchcompany.com](https://thebusinessresearchcompany.com)

**Sweden launches initiative to become the world's first "destination on prescription"**

[traveldailynews.com](https://traveldailynews.com)

## MAKROTREND

# Nature prescribing — natur på recept blir distributionskanal för wellness-resor

Nationella pilotinitiativ (ex. Visit Sweden:s 'The Swedish Prescription') och GWI-rekommendationer driver fram samarbeten mellan primärvård/DMO och turistaktörer. Företag kan utveckla korta evidensbaserade paket (stress, sömn, rörelse) som kan remitteras/rekommenderas av vårdpersonal och bygga processer för dokumentation och remissrapportering.

Reglering

Affarsmodeller

2 OBSERVATIONER · SENAST 6 APRIL 2026

**Sverige, världens första resmål på recept! | Visit Sweden**[corporate.visitsweden.com](https://corporate.visitsweden.com)**Sverige - första land i världen på recept | Visit Sweden**[corporate.visitsweden.com](https://corporate.visitsweden.com)**Wellness Tourism Initiative Trends - Global Wellness Institute**[globalwellnessinstitute.org](https://globalwellnessinstitute.org)

## MIKROTREND

# Efterfrågan på 'Silent Travel' och 'Noctourism'

Resenärer söker sig i allt högre grad till upplevelser som erbjuder avkoppling från modern livsstress genom tystnad och mörkerupplevelser som stjärnskådning. Detta skapar nya nischer för arrangörer att paketera naturupplevelser utanför traditionella högsåsonger.

## Konsumentbeteende

5 OBSERVATIONER · SENAST 14 MAJ 2026

## Digital Detox Gemenskap Insikter

[ipsosisay.com](https://ipsosisay.com)

## Spa wars - the race to be the best retreat in the world

[ft.com](https://ft.com)

## 2025 travel &amp; wellness trends according to the experts | Spa Executive

[spaexecutive.com](https://spaexecutive.com)

## MIKROTREND

# Klimatanpassning av termal- och naturresurser blir affärskritiskt

Klassiska spa- och termalorter är sårbara för torka, grundvattenvariationer och extrema väder; flera EU-projekt kartlägger och bygger resilience för termalvatten. Spa-operatörer och destinationsorganisationer måste investera i resursskydd (vattenkartläggning, reserver, övervakning) och samarbeta med regional forskning för att säkra råvaran för sina...

Hallbarhet

Energi

Infrastruktur

5 OBSERVATIONER · SENAST 29 JUNI 2026

How Europe's great spa towns are shoring themselves up against the threat of climate change | Euronews

euronews.com

ThermEcoWat: strengthening the resilience of thermal water ecosystems | BRGM

brgm.fr

Local and regional leaders urge systemic approach to sustainable and resilient tourism across Europe | European Committee of the Regions

cor.europa.eu

## MEGATREND

# Oreglerade, resursintensiva och icke-evidensbaserade koncept tappas mark till hållbara och evidensbaserade...

Behandlingar och koncept utan dokumenterad effekt eller med hög energiförbrukning blir föremål för granskning och minskad efterfrågan. Företag bör fasa ut eller omkonfigurera energieffektiva, certifierade koncept, investera i hållbar drift och omständighetsbaserade naturupplevelser för att undvika reputations- och kostnadsrisker.

Hallbarhet

Cirkularitet

6 OBSERVATIONER · SENAST 29 JUNI 2026

Wellness tourism is taking over cities with IV drips and ozone saunas

[voguebusiness.com](https://voguebusiness.com)

2025 Global Wellness Economy Monitor - Global Wellness Institute

[globalwellnessinstitute.org](https://globalwellnessinstitute.org)

2025 travel & wellness trends according to the experts | Spa Executive

[spaexecutive.com](https://spaexecutive.com)

## MIKROTREND

# F&B och funktionell, lokal nutrition integreras i wellness-erbjudandet

Mat och dryck blir en central del av wellness-upplevelsen med plantbaserade, funktionella menyer och lokala råvaror som del av paketet. För företag innebär det att utveckla wellness-menyer, paketera måltider som behandlingsdelar och marknadsföra lokal autenticitet för att höja paketvärdet.

Konsumentbeteende

Hallbarhet

Affarsmodeller

8 OBSERVATIONER · SENAST 14 MAJ 2026

GSTC2024-kongressen i Sverige, 23-25 april 2024 | Visit Sweden

[corporate.visitsweden.com](https://corporate.visitsweden.com)

Resetrender 2025 och framåt | Kunskapsbank för turism och ...

[kunskapbesoksning.se](https://kunskapbesoksning.se)

The Global Wellness Economy Hits a Record \$6.8 Trillion and Is Forecast to Reach \$9.8 Trillion by 2029 - Global Wellness Institute

[globalwellnessinstitute.org](https://globalwellnessinstitute.org)

## MAKROTREND

# Integration av wearables & tele-wellness för mätbara resultat och uppföljning

Koppling mellan gästens wearables, telekonsultationer och behandlingsplaner möjliggör mätbara före/efter-data och löpande uppföljning efter vistelse – en differentierande produkt för både korta recovery-paket och long-stay rehab. Företag bör utveckla GDPR-kompatibla integrationslager (API + CRM) och pilotera datapipelines som översätter biometriska signaler till...

Digitalisering

Ai

Halsa

27 OBSERVATIONER · SENAST 6 APRIL 2026

**Wellness Tourism Market Size, Share & Growth Outlook 2026-2035**[globalgrowthinsights.com](https://globalgrowthinsights.com)**The Role of AI in Personalized Wellness Journeys | Wellness Tourism Magazine**[wellnesstourism.com](https://wellnesstourism.com)**Enhancing Sustainability in Health Tourism through an Ontology-Based Booking Application for Personalized Packages**[mdpi.com](https://mdpi.com)

## MAKROTREND

# Klarhet i gränsöverskridande vård förändrar ersättning och marknadsstruktur för medicinsk...

EU-regler och ny riktlinje kring cross-border healthcare gör att vissa medicinska wellness-behandlingar omfattas av patienters rättigheter och ersättningsregler, vilket påverkar prissättning, avtal och patientflöden för kliniker som behandlar utländska gäster. Wellness-leverantörer måste därför integrera juridisk rådgivning i affärsplanen, kartlägga...

Reglering

Globalisering

Ekonomi

2 OBSERVATIONER · SENAST 26 FEBRUARI 2026

Parliament backs EU Directive clarifying rules for cross-border healthcare - EU News

euroalert.net

Longevity Hotel Market Size, Share and Growth Report 2026

thebusinessresearchcompany.com

GWJ reveals Global Wellness Economy now worth \$6.8 trillion

europeanspamagazine.com

## MIKROTREND

# Socialt och upplevelsebaserat “Nordic spa” — community-sauna och events

Den nordiska bastu/kallbad-kulturen återuppstår som socialt evenemang med guidning, musik och mat istället för tysta behandlingsrum, vilket attraherar nya målgrupper. Konsekvens: designa kvällsprogram, paket för grupper och samarbeten med lokala leverantörer för att öka beläggning och differentiering.

Konsumentbeteende

Affarsmodeller

18 OBSERVATIONER · SENAST 29 JUNI 2026

Wellness Trends 2026: The Year Wellness Becomes Personal, Intelligent and Deeply Human - Destination Deluxe

[destinationdeluxe.com](https://destinationdeluxe.com)

Top 10 Wellness Trends for 2025 | Skin Inc.

[skininc.com](https://skininc.com)

The Future of Spa Marketing: Key Digital Trends for 2025

[nuadspa.com](https://nuadspa.com)

## MIKROTREND

# Commoditization av dag-spa: flytta från engångsbehandlingar till program

Enkla, odifferentierade day-spa-tjänster pressas av konkurrens och sänkt marginal; kunder efterfrågar i större utsträckning fler-dagars program med mätbara effekter. Operatörer måste paketera 3–7-dagars kurprogram med uppföljning, resultatmätning och meriterade terapeuter för att öka AOV och lojalitet.

Konkurrens

Affarsmodeller

Effektivisering

4 OBSERVATIONER · SENAST 29 JUNI 2026

**Spa wars - the race to be the best retreat in the world**[ft.com](https://www.ft.com)**Wellness Tourism Market Size, Share, Growth Insights 2025**[oganalysis.com](https://www.oganalysis.com)**The Wellness Tourism Industry – Wellness Tourism: An Introduction**[fhsu.pressbooks.pub](https://www.fhsu.pressbooks.pub)