



NISCHOMRÅDE · KURERAD TRENDANALYS

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.

UPPDATERAD 29 juni 2026

● Mikro ● Makro ● Mega

14 —
PUBLICERADE
TRENDER

KORT SVAR

Det viktigaste i analysen

Wellness-turismen i Europa rör sig från lyxkonsumtion mot **förebyggande hälsoinvesteringar**. Framgångsrika aktörer skiftar fokus från enstaka behandlingar till **långsiktiga program**, integrerar medicinsk kompetens och paketerar **autentiska naturupplevelser** som en central del av välbefinnandet.

01 Hur bör vi ställa om vårt erbjudande för att möta efterfrågan på mer än bara avkoppling?

Sluta sälja enstaka behandlingar och paketera istället 3–7 dagars program med mätbara resultat. Kunder söker idag **evidensbaserade upplevelser** snarare än passiv lyx, vilket kräver att ni integrerar **medicinsk expertis** och uppföljning i er tjänsteportfölj.

03 Hur kan vi använda teknik för att skapa mervärde i våra wellness-paket?

Integrera **wearables och tele-wellness** för att erbjuda gästerna mätbara resultat före, under och efter vistelsen. Detta skapar en differentierad produkt som möjliggör personliga behandlingsrekommendationer baserade på biometriska data.

02 Vilka risker innebär satsningar på medicinsk wellness för vår verksamhet?

Den största risken är bristande regelefterlevnad vid erbjudande av medicinska tjänster. Ni måste säkerställa att personalen har rätt legitimation och att verksamheten följer **tillsynskrav** från myndigheter, samt att medicinsk dokumentation hanteras korrekt.

04 Hur kan vi differentiera oss mot internationella konkurrenter med hjälp av vår lokala miljö?

Paketera **nordiska bad-ritualer** som guidade, autentiska upplevelser snarare än bara faciliteter. Kombinera detta med **funktionell nutrition** för att skapa en unik helhetsupplevelse som attraherar betalningsvilliga gäster.

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 behandlingar.

Halsa

Arbetskraft

Reglering

9 observationer · senast 29 juni 2026

Källor

01

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

02

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

03

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

Källor

01 **Wellness Trends 2026**
draxe.com

02 **Hotell- och spatrender för 2026 : Besöksliv**
besoksliv.se

03 **Trender Inom Halsa och Valbefinnande 2026 Sa Forandrar Nordiska Konsumenter Detaljhandel och Apotek**
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, guideade upplevelser med lokal storytelling och klara säkerhets-/hygienprotokoll för att attrahera betalningsvilliga segment.

Konsumentbeteende

Halsa

18 observationer · senast 29 juni 2026

Källor

01

Tourism Trends and Policies: OECD Tourism Trends and Policies 2024 | OECD
oecd.org

02

8 Wellness Travel Trends Shaping European Bookings in 2025-26 - Destination Management Company
europeincoming.com

03

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

Källor

01

Global Spa Trends: What Wellness Travelers are Seeking in 2024
wellnesscomrade.com

02

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

03

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

Källor

01	GWl reveals Global Wellness Economy now worth \$6.8 trillion europeanspamagazine.com
02	Longevity Hotel Market Size, Share and Growth Report 2026 thebusinessresearchcompany.com
03	Sweden launches initiative to become the world’s first “destination on prescription” 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

Affärsmodeller

2 observationer · senast 6 april 2026

Källor

01 **Sverige, världens första resmål på recept! | Visit Sweden**
corporate.visitsweden.com

02 **Sverige - första land i världen på recept | Visit Sweden**
corporate.visitsweden.com

03 **Wellness Tourism Initiative Trends - Global Wellness Institute**
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 högsäsonger.

Konsumentbeteende

5 observationer · senast 14 maj 2026

Källor

01 Digital Detox Gemenskap Insikter
ipsosisay.com

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

03 2025 travel & wellness trends according to the experts | Spa Executive
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 wellness-produkter.

Hallbarhet

Energi

Infrastruktur

5 observationer · senast 29 juni 2026

Källor

01

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

02

ThermEcoWat: strengthening the resilience of thermal water ecosystems | BRGM
brgm.fr

03

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 tappar mark till hållbara och evidensbaserade erbjudanden

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.

Hållbarhet

Cirkularitet

6 observationer · senast 29 juni 2026

Källor

01

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

02

2025 Global Wellness Economy Monitor - Global Wellness Institute
globalwellnessinstitute.org

03

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

Källor

01 **GSTC2024-kongressen i Sverige, 23-25 april 2024 | Visit Sweden**
corporate.visitsweden.com

02 **Resetrender 2025 och framåt | Kunskapsbank för turism och ...**
kunskapbesoksning.se

03 **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

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 behandlingsrekommendationer och fakturerbara uppföljningstjänster.

Digitalisering

Ai

Halsa

27 observationer · senast 6 april 2026

Källor

01

Wellness Tourism Market Size, Share & Growth Outlook 2026-2035
globalgrowthinsights.com

02

The Role of AI in Personalized Wellness Journeys | Wellness Tourism Magazine
wellnesstourism.com

03

Enhancing Sustainability in Health Tourism through an Ontology-Based Booking Application for Personalized Packages
mdpi.com

MAKROTREND

Klarhet i gränsöverskridande vård förändrar ersättning och marknadsstruktur för medicinsk wellness

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 nationella ersättningsregler och erbjuda tydliga fakturerings- och remisslösningar.

Reglering

Globalisering

Ekonomi

2 observationer · senast 26 februari 2026

Källor

01 **Parliament backs EU Directive clarifying rules for cross-border healthcare - EU News**
euroalert.net

02 **Longevity Hotel Market Size, Share and Growth Report 2026**
thebusinessresearchcompany.com

03 **GWl reveals Global Wellness Economy now worth \$6.8 trillion**
europeanspmagazine.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

Källor

01 **Wellness Trends 2026: The Year Wellness Becomes Personal, Intelligent and Deeply Human - Destination Deluxe**
destinationdeluxe.com

02 **Top 10 Wellness Trends for 2025 | Skin Inc.**
skininc.com

03 **The Future of Spa Marketing: Key Digital Trends for 2025**
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

Källor

01	Spa wars - the race to be the best retreat in the world ft.com
02	Wellness Tourism Market Size, Share, Growth Insights 2025 oganalysis.com
03	The Wellness Tourism Industry – Wellness Tourism: An Introduction fhsu.pressbooks.pub

OM ANALYSEN

Använd gärna analysen

Du får gärna skriva ut, dela och citera ur analysen. Använd insikterna i ert eget arbete, i presentationer och i samtal där de kan göra nytta.

DOKUMENTKÄLLA

<https://trendscope.se/wellness-turism-i-europa-tillvaxt-och-konsumentbet>

NÄR DU HÄNVISAR

Ange Trendscope som källa. I digitala sammanhang får du gärna länka tillbaka till dokumentkällan, så att läsaren kan hitta den senaste publicerade versionen och följa underlaget vidare.

KONTROLLERA VIKTIGA UPPGIFTER

Både människor och AI kan missa sammanhang, feltolka uppgifter eller återge en källa fel. Kontrollera därför originalkällan när en uppgift ska ligga till grund för beslut, publicering eller andra sammanhang där korrekthet är viktig.

AI-STÖD OCH MÄNSKLIG KURERING

Delar av källinsamlingen och bearbetningen har gjorts med AI-stöd. Urval, struktur och den publicerade analysen har granskats och kurerats redaktionellt av människor.

FÖRESLAGEN HÄNVISNING

Trendscope. “Wellness turism i Europa – tillväxt och konsumentbeteende”. Uppdaterad 29 juni 2026.