

## SOG'LOMLASHTIRISH TURIZMNING MOHIYATI VA UNI XALQARO TAJRIBA ASOSIDA O'ZBEKISTONDA RIVOJLANTIRISH IMKONIYATLARI

*Madiyarova Muattar Hayotovna*  
*Toshkent Kimyo Xalqaro Universiteti,*  
*Turizm fakulteti 3 kurs talabasi.*  
*E-mail:muattar2000madiyar@gmail.com*

**Annotatsiya.** Maqolada xorijiy olimlarning ilmiy ishlari o'rganishlar asosida sog'lomlashtirish turizmning boshqa turizm turlaridan farqlari, jahonda sog'lomlashtirish turizm maskanlari, sog'lomlashtirish turizmning tarkibiy qismlari o'rganilgan bo'lib, uning rivojlanishi va kelajakda turizm sohasida qanday o'zgarishlarga olib kelishi haqida ilmiy farazlar ko'rib chiqilgan.

Sog'lomlashtirish turizmi sayyohlarining ehtiyojlari o'rganilgan. Va Sog'lomlashtirish turizmining rivojlanishi O'zbekiston Respublikasi uchun qanday iqtisodiy- ijtimoiy manfaatlarga olib kelishi ko'rib chiqilgan.

**Kalit so'zlar:** Sog'lomlashtirish sanoati, wellness turizmi, sog'lomlashtirish turizmi, tibbiy turizm, rekreatsion turizm, davolash turizmi, SPA turizmi, Global wellness instituti.

### **KIRISH**

Pandemiya davridan keyin butun dunyo aholisi turizmga dam olish maqsadidan tashqari sog'ligini qayta tiklash maqsadida bir qancha turistik destinatsiyalarga borishni ma'qul ko'rishmoqda.

Sog'lomlashtirish turizmi butun dunyo bo'ylab sayyohlik sanoatining barcha boshqa shakllaridan ilgarilamoqda.

Sog'lomlashtirish turizmi rivojlangan va rivojlanayotgan mamlakatlardan yuqori darajadagi sayyohlarni jalb qiladi, nafaqat rivojlangan mamlakatlar, balki an'anaviy salomatlik va salomatlik usullariga boy bo'lgan kichik yoki kam ta'minlangan mintaqalar iqtisodiyotini oshiradi.

Sog'lomlashtirish turizmining asosiy mohiyati sog'likni yaxshilashdir, bu avtomatik ravishda hayot sifatini yaxshilashga olib keladi. Dunyodagi har qanday sog'lomlashtirish kurortida taqdim etiladigan bir nechta wellness dasturlari dam olish va stressni bartaraf etish usullarini qo'llash orqali jismoniy va nomoddiy "toksinlarni" yo'q qilishga qaratilgan. Shu bilan birga, wellness markazlari va sog'lom dam olish maskanlari, to'yimli va sifatli ovqatlanish va fitnes bilan bog'liq mashg'ulotlar orqali sog'lom turmush tarzini saqlashga yordam beradi. Ular, shuningdek, ma'naviy va ruhiy salomatlik, go'zallik muolajalari va sog'lom uyqu usullariga alohida e'tibor berishadi, bularning barchasi o'z salomatligini yaxshilash va sog'lom hayotga qaratilgandir.

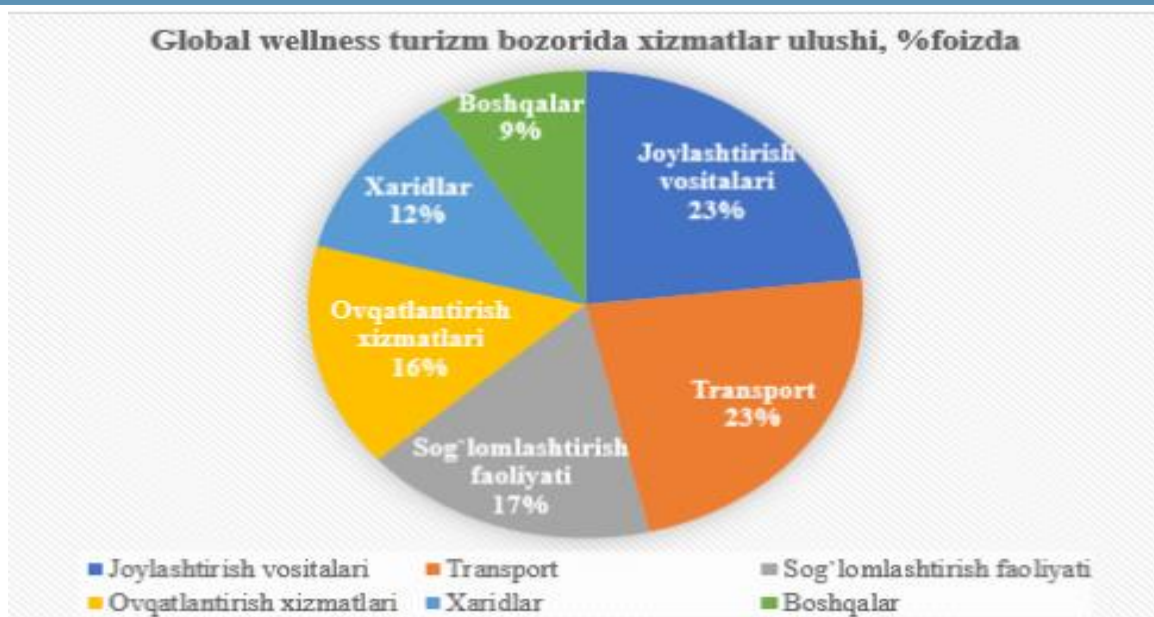
### **Salomatlik Turizm**

Sog'lomlashtirish turizmi keng qamrovli turizm turi bo'lib, o'z ichiga bir qancha turizm turlarini qamrab oladi, wellness va tibbiy turizm uning tarkibidagi turizm turidir. Bu borada angliyalik olimlar Siripan Deesilatham va Sameer Hosany o'z tadqiqotlarida tibbiy turizm turistning salomatligini qondiradi, wellness turizmi esa bu insonning salomatligi va farovonligini yaxshilash ehtiyojini qondiradi.

Sog'lomlashtirish turizmi o'ziga xosligi bilan ajralib turadi, individual salomatlik va farovonlikni boshqa sog'lomlashtirish turizm turlariga nisbatan samaraliroq yaxshilaydi va u butun dunyoda turli shakllarda taklif etiladi.

Rassiyalik olim T.A.Burmenko sog'lomlashtirish turizm klassifikatsiyasini tavsiflab bergan, unga ko'ra sog'lomlashtirish turizm, tibbiy turizm, spa turizm hamda rekreatsion turizm mutlaqo bir biridan iqtisodiy, ijtimoiy, jismoniy va psixologik nuqtai nazaridan farq qilinishi tahlil qilingan.

Global Salomatlik Instituti sog'lomlashtirish turizmini shaxsiy farovonlikni saqlash yoki yaxshilashga intilish bilan bog'liq sayohat sifatida belgilaydi. Bugungi sayohatda juda ko'p noxush holatlar mavjud bo'lib, sog'lomlashtirish turizmi ushbu salbiy fazilatlarga qarshi kurashish va sayohatni butun salomatligimizni saqlash va yaxshilash imkoniyatiga aylantirishni va'da qiladi.



<https://www.grandviewresearch.com/industry-analysis/wellness-tourism-market>

### **Jahon sog'lomlashtirish turizm bozori pragnozi:**

Yuqoridagi statistik ma'lumotlar shuni ko'rsatadiki, turizm sohasida asosiy xizmatlar ya'ni: joylashtirish va transport xizmatlari qatoriga wellness faoliyati xizmatlari ham asta-sekinlik bilan asosiylar qatoriga kirib bormoqda.

Bu statistik ma'lumotlarni to'liq anglash maqsadida wellness turizmining mohiyatini olimlarning fikri asosida tahlil qilamiz. Inson sog'lig'i bilan bog'liq bo'lgan turizm turlari.

Tibbiy turizm;

Sog'lomlashtirish turizmi;

Rekreasion turizm;

Spa turizm;

Davolash turizm;

Wellness turizmi kabilar kiradi.

Wellness turizmi boshqa inson sog'ligi bilan bog'liq bo'lgan turizm turlaridan: ko'rsatilayotgan xizmat sifati, mutaxassislari, maskanlari, sayohatning davomiyligi, sayyohlarning ehtiyoji, iqtisodiy, psixologik jihatlardan mutlaqo farq qiladi. Bularni isboti sifatida bir qancha olimlar tadqiqoti o'rganilib, uning asosiy qirralarini ushbu

maqolada ochib beriladi. Global wellness instituti tomonidan wellness hamda tibbiy turizm turi taqqoslanilgan.

Unga ko‘ra bu turizm turlarining mutlaqo bir – biridan farq qilinishi asoslanib berilgan. Tibbiy turizm – inson salomatligiga nisbatan ancha kasallikni o‘tgazib yuborgan hamda jiddiy kasalliklar (jigar serrozi, yurak va buyrak yetishmovchiligi, saraton, oqqon kabilar), jumladan jarrohlik amaliyoti talab qiladigan kasalliklarni bartaraf etuvchi turistik xizmatlarini ko‘rsatsa, wellness turizm – insonning ruhiyatini tiklash, go‘zalligini tiklash, bardam – tetiklashtirish, sog‘lom turmush tarzini, endigina rivojlangan va buni oldini oluvchi turistik sog‘lomlashtiruvchi xizmatlarini bilan farqlanadi.

### Wellness turizmining taklif tizimidagi tarkibiy qismlar

Asosiy tarkibiy qismlari	Destinatsiyalari/ Manzilgohlari	Ta'rif
<b>Issiq buloqlar</b>	Mineral va termal suvlar; issiq buloqlar muassasalar / mehmonxonalar; termal buloqlar / markaz / kompleks/ sog'lik saqlash vannasi	Bu taklif issiq buloqli muassasalar bilan issiqqa kirishni ta'minlash kabi wellness xizmatlarini taklif etadi.
<b>Spalar (mineral suvli buloqlar)</b>	Spa mehmonxonalar, spa markazlar, spa turizmi, spa destinatsiyalari	Bu taklif spa bilan bog'liq variantlarni taklif qiladigan markazlar g'amxo'rlik uchun va shaxsning jismoniy va ruhiy salomatligi yaxshilash, uning istagini qondirish uchun xizmat qiladi.
<b>Tana va aql parvarishi</b>	Sauna va go'zallik xizmati; fitnes; kosmetologiya; massajlar; ritmik harakat terapiyasi (RMT); sport zallari	Bu mustaqil mehmonxonalar yoki markazlar tomonidan taklif etiladigan estetikaga ixtisoslashgan muolajalar va massaj, yoki sport zallari taklif etilishi mumkin.

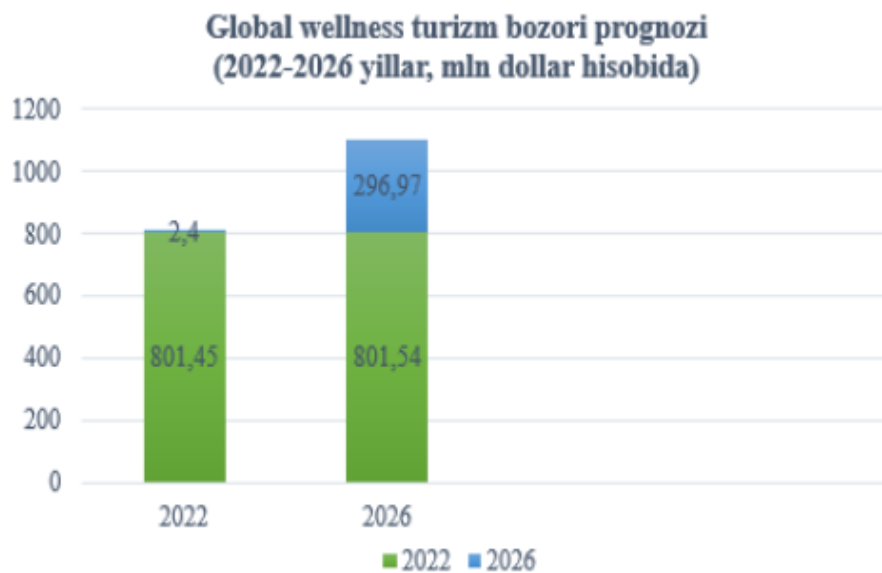
### TARMOQLAR VA SOHALAR

<b>Tibbiy turizm</b>	Tibbiy turizm; sog'lom; saraton kasalligiga va boshqa surunkali asalliklar chalingan sayyohlarga xizmat ko'rsatish; keksalarga hamshiralik xizmatini ko'rsatish; asal oyi destinatsiyalari; sog'liqni saqlash va sog'lomlashtirish turizmi	Ushbu taklif jamoatchilikka tegishliva xususiy sog'liqni saqlash to'g'ridan-to'g'ri xizmatlar insonning psixofizik holatiga ta'sir qiladi (tibbiy jarrohlik, terapevtik va salomatlik)
<b>Tabiiy atrof-muhit</b>	tabiat; atrof-muhit; qishloq; terapevtik landshaftlar; ijtimoiy qiymat; qirg'oq hududlari; ko'llar; sarguzasht turizmi/ ekoturizm; daraxtzorlar	Bu taklif, hududlar tomonidan taklif etilib atrof-muhit va tabiatning barcha qirralaridan inson sog'ligini tiklash uchun tavsiya etiladi.
<b>Ruhiyat</b>	ruhiyat; ruhiy inqilob; yoga; yangi asr	Ushbu taklif sayyohlar o'z izlanishlarida tasavvuf orqali ruhiyat va diniy tajribalar yoki boshqa meditatsiya yo'llari orqali yordam berishga qaratilgan.
<b>Madaniyat</b>	Xitoy wellness madaniyati; Xitoyda uzoq umr ko'rish madaniyati; mahalliy madaniyat; mahalliy hayot yo'li	Bu taklif ham madaniy ham badiiy meroslarga moddiy va nomoddiy shakllarini taklif etadi.
<b>Enogastronomiya</b>	Oziq-ovqat sifati va / yoki oziq-ovqat yangi va mahalliy xizmat ko'rsatish; vitaminli ovqatlar; sog'lom ovqat; mahalliy taomlar; parhez	Ushbu taklif korxonalar va hududlar tomonidan taklif qilinib, maxsus taomnoma bilan oziq-ovqat va ichimliklarni taklif etish

Turli xil adabiyotlarda wellness turizmning tarkibi turli xil ko'rsatilgan bo'lib, hozirda keng qo'llaniladigan taklif Italiyalik olimlar Mauro Dini va Tonino Pencarelli tomonidan wellness turizmning taklif tizimidagi tarkibiy qismlarini yoritib berilgan. Yuqoridagi olimlar fikrini umumlashtirib wellness tourismga shunday ta'rif berishimiz mumkin: Wellness tourism bu sayohat davomiyligi bo'yicha eng qisqa, kam harajat, kasalliklarni oldini olish, asablarni tinchlantirish, sog'lom turmush tarzini yo'lga qo'yish kabi xizmatlardan tibbiyot sohasi nomutaxassislar tomonidan bir xil sifatga ega bo'lgan xizmatlarning ko'rsatilishi, insonning salomatligi va farovonligini yaxshilash ehtiyojni qondiradigan turizm turidir.

**TAHLIL VA NATIJALAR** Global wellness turizmi bozori 2021-yildagi 718,50 mlrd. dollardan 2022- yilda 801,45 mlrd. dollargacha o'sdi va yillik o'sish sur'ati 11,5 foizni tashkil qiladi. Wellness turizmi bozori 2026-yilda yillik o'sish sur'ati 8,2% da 1098,42 mlrd. dollargacha o'sishi kutilmoqda . Shimoliy Amerika 2021-yilda wellness turizmi bozorida eng yirik mintaqa bo'ldi. Osiyo Tinch okeani eng tez rivojlanayotgan mintaqa hisoblanadi. Wellness turizmi rivojlangan mintaqalar ketma ketligi - Osiyo-Tinch okeani, G'arbiy Evropa, Sharqiy Evropa, Shimoliy Amerika, Janubiy Amerika, Yaqin Sharq va Afrika mintaqalari o'rin olgan.

### Jahon wellness turizm bozori prognozi



### Mashhur Wellness manzilgohlar xaritasi



Quyida dunyo bo‘ylab eng mashhur bo‘lgan wellness manzilgohlar xaritasi Global Wellness instituti tomonidan o‘rganib xaritaga o‘z aksini topgan. Bu xaritada shuni ko‘rishimiz mumkinki, O‘rta Osiyo davlatlari: Qozog‘iston, Qirg‘iziston, O‘zbekiston, Turkmaniston, Afg‘oniston kabi davlatlarning wellness maskanlari qayd etilmagan. Vaholanki, O‘rta Osiyo wellness turizm resurslariga boy mamlakatlar qatorida turadi, ammo uni rivojlanmay borayotganligi, kerakli kadrlar bilan ta‘minlanmayotganligi, turistik infratuzilmasining yaxshilanmay qolayotganligi, marketing faoliyatlari yo‘lga qo‘yilmaganligi yaqqol namoyon etilgan.

### **XULOSA VA TAKLIFLAR**

O‘rganilgan tadqiqot ishlari hamda xorijiy adabiyotlar tahlilida shunday xulosaga kelindiki, Wellness turizmi inglizcha atama sifatida boshqa tillarda ham o‘z ma‘nosini saqlab qoladi. Global wellness institutining tadqiqot natijalarida dunyoda mashhur wellness markaz davlatlar talqin qilib o‘tilgan, ammo bu xaritada Markaziy Osiyo davlatlari, xususan O‘zbekiston, Qozog‘iston, Tojikiston, Qirg‘iziston kabi davlatlar ko‘rsatilmagan. Vaholanki, Markaziy Osiyoda Wellness turizm uchun qulay sharoit hamda tabiiy resurslarga boy destinatsiya hisoblanadi. Ammo turistik infratuzilma yaxshi rivojlanmaganligi hamda marketing faoliyati samarali olib borilmayotganligi sababli dunyoda tanilmayotganligini bilishimiz mumkin.

Yuqoridagi ma‘lumotlarga asoslanib, quyidagi takliflarni keltirishimiz mumkin:

Wellness maskanlarini zamonaviy va kerakli jihozlar bilan, jahon standartlariga xos qilib jihozlash;

2. Wellness destinatsiyalariga borish transport infraturizlmasini takomillashtirish;
3. Kerakli kadr-mutaxassislar xodimlar bilan ta‘minlash;
4. Marketing faoliyatini samarali olib borish;

Mamlakatimizda turizmni rivojlantirish uchun aynan tabiiy resursga boy maskanlar mavjud va biz bundan samarali foydalana bilishimiz zarur hisoblanadi.

## FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 15-yanvar “Turizm, madaniyat, madaniy meros va sport sohalarini yanada rivojlantirish uchun qo‘shimcha sharoitlar yaratish to‘g‘risida” gi PF-52-son Farmoni.
2. Mauro Dini and Tonino Pencarelli, Department of Economics, Social and Political Studies, University of Urbino Carlo Bo, Urbino, Italy, Wellness tourism and the components of its offer system: a holistic perspective, *Tourism Review* 77(2), 394-412pp 2022, DOI 10.1108/TR-08-2020-0373
3. Siripan Deesilatham and Sameer Hosany, School of Management Royal Holloway, University of London, Wellness Tourism and Quality of life: Motivations, Constraints, Lifestyles and Satisfaction, *Travel and Tourism Research Association: Advancing Tourism Research Globally* (12), 2016
4. <https://globalwellnessinstitute.org/> Global wellness Instituti  
<https://www.researchandmarkets.com/reports/5669159/wellness-tourism-global-market-report-2022> Wellness Tourism research market report 2022