

"HEALING TOURISM" – THE EMERGENCE OF A NEW TRAVEL TREND AND ITS POTENTIAL FOR THE TOURISM INDUSTRY IN THANH HOA PROVINCE

Trinh Xuan Phuong

Thanh Hoa University of Culture, Sports and Tourism

Email: trinhxuanphuong@dvttdt.edu.vn

Received: 09/12/2024

Reviewed: 10/12/2024

Revised: 18/3/2025

Accepted: 21/4/2025

Released: 29/4/2025

Healing tourism is a trend in modern travel that combines physical and mental wellness therapies to help individuals restore balance in their lives. This travel trend is gradually gaining a significant position in the global tourism industry's development. As a result, Thanh Hoa is also exploring new directions, as the province is endowed with diverse natural resources, a rich system of cultural heritages spread across the region, and a vibrant, healthy culinary culture-all of which provide favorable conditions for the development of healing tourism. The paper analyzed the potential, values and development trends of healing tourism and also proposed ways for Thanh Hoa's tourism to promote tourism products for visitors in the coming time.

Keywords: Healing tourism; Demand; Development; Thanh Hoa

1. Giới thiệu

Trong nhịp sống hiện đại, áp lực từ công việc, học tập cũng như các mối quan hệ ngày càng gia tăng, khiến nhiều người cảm thấy mệt mỏi và cần tìm đến những giải pháp để cân bằng lại tinh thần và cải thiện chất lượng cuộc sống. Và nhu cầu đi du lịch ngày càng trở nên thiết yếu. Du lịch chữa lành (Wellness Tourism, trong một số văn cảnh khác còn ghi nhận là Healing Tourism), chính là sự kết hợp hài hòa giữa việc thỏa mãn sức khỏe về thể chất với hứng thú trong tâm hồn của cá thể trong quá trình du lịch của du khách. Nó đã trở thành một xu hướng, thu hút sự quan tâm của những người muốn thoát khỏi guồng quay cuộc sống để tìm lại sự cân bằng nội tại. Du lịch chữa lành không chỉ đơn thuần là những kỳ nghỉ dưỡng thông thường mà còn là hành trình tái tạo năng lượng, phục hồi sức khỏe toàn diện. Loại hình du lịch này kết hợp các phương pháp trị liệu truyền thống và hiện đại, bao gồm thiền định, yoga, spa, detox, cùng với việc trải nghiệm thiên nhiên và văn hóa bản địa. Khách du lịch tham gia các chương trình này không chỉ để nghỉ ngơi mà còn để học hỏi, thực hành các kỹ năng sống lành mạnh, góp phần thúc đẩy lối sống tích cực, ý thức sâu sắc hơn về sức khỏe cá nhân và môi trường xung quanh.

Thanh Hóa là vùng đất sở hữu nguồn tài nguyên thiên nhiên cùng hệ thống di sản văn hóa phong phú, đặc sắc là điểm đến lý tưởng cho loại hình du lịch chữa lành. Với cảnh quan đa dạng, từ những khu rừng nguyên sinh xanh mát, các bãi biển hoang sơ đến suối khoáng nóng giàu khoáng chất, Thanh Hóa mang đến cho du khách không gian hoàn hảo để thư giãn, tái tạo năng lượng và hòa mình vào thiên nhiên. Không chỉ có lợi thế về cảnh quan, Thanh Hóa còn sở hữu kho tàng di sản văn hóa lâu đời với các điểm đến nổi bật như: Thành Nhà Hồ, Lam Kinh, hay Pù Luông, Pù Hu – nơi lưu giữ nét đẹp văn hóa truyền thống của đồng bào dân tộc. Những làng nghề thủ công cùng phong tục tập quán bản địa không chỉ giúp du khách tìm hiểu sâu sắc về đời sống văn hóa, mà còn mang đến những trải nghiệm chữa lành từ tâm hồn thông qua sự kết nối với thiên nhiên và cộng đồng địa phương. Bên cạnh việc tận hưởng cảnh đẹp và khám phá văn hóa, du khách đến Thanh Hóa có thể trải nghiệm nhiều phương pháp chữa lành tự nhiên như: liệu pháp spa bằng thảo dược bản địa, tắm suối khoáng nóng, thiền định giữa núi rừng hay tham gia vào các hoạt động cộng đồng như nấu ăn lành mạnh và chăm sóc sức khỏe tại nhà. Những trải nghiệm này không chỉ giúp nâng cao thể chất, tinh thần mà còn định hình một lối sống bền vững cho cả du khách và cộng đồng địa phương.

Với những lợi thế sẵn có cùng định hướng phát triển bền vững, Thanh Hóa đang dần trở thành một trong những điểm sáng của bản đồ du lịch chữa lành tại Việt Nam. Đây không chỉ là nơi giúp du khách tìm lại sự cân bằng và thư thái, mà còn khơi dậy ý thức bảo vệ thiên nhiên, gìn giữ và phát huy những giá trị văn hóa truyền thống. Trong tương lai, với chiến lược phát triển hợp lý, Thanh Hóa hoàn toàn có thể trở thành một trung tâm du lịch chữa lành hàng đầu của khu vực, thu hút du khách trong và ngoài nước đến trải nghiệm và tận hưởng một lối sống khỏe mạnh, an nhiên.

2. Tổng quan nghiên cứu vấn đề

Du lịch chữa lành đã thu hút sự quan tâm, nghiên cứu ngày càng nhiều ở các quốc gia, đặc biệt là sau đại dịch COVID-19. Những nghiên cứu về du lịch chữa lành đầu tiên phải kể đến Hansruedi Mueller and Eveline Lanz Kaufmann (2001) *Wellness tourism: Market analysis of a special health tourism segment and implications for the hotel industry*. Bài nghiên cứu tập trung vào phân tích thị trường du lịch chữa lành và những tác động của nó đối với ngành công nghiệp khách sạn [4]. Peris-Ortiz, Marta và Aslvarez-Garcia, José (2015), *Health and Wellness Tourism (Sức khỏe và Du lịch chăm sóc sức khỏe)*, nghiên cứu phân tích sự xuất hiện và phát triển của du lịch chăm sóc sức khỏe như một phân khúc thị trường mới, cùng với các yếu tố ảnh hưởng đến nhu cầu của du khách [5]. Bài viết của nhóm tác giả Anju K.P and Bindu V.T. (2023) thảo luận về vai trò của du lịch chữa lành trong việc phục hồi ngành du lịch sau đại dịch COVID-19. *Wellness Tourism Experiences in Post Pandemic Travel: A Netnographic study* [1].

Tại Việt Nam, dù du lịch chữa lành còn là một khái niệm mới mẻ, nhưng đã có một số nghiên cứu bước đầu đánh giá tiềm năng và thách thức trong việc phát triển loại hình này. Theo Trần Ngọc Long (2017) trong bài viết “*Tiềm năng và định hướng phát triển du lịch sinh thái tại Việt Nam*” đã nhấn mạnh: Việt Nam, với tài nguyên thiên nhiên đa dạng như rừng núi, suối khoáng nóng, biển đảo và văn hóa bản địa phong phú, có nhiều tiềm năng phát triển du lịch chữa lành [7]. Bùi Thúy Hằng, Hoàng Thị Thùy Linh (2024), trong bài viết “*Đề xuất mô hình du lịch chữa lành tại xã Việt Hải (Cát Bà)*” đã tập trung vào việc hệ thống hóa cơ sở lý luận về

du lịch chữa lành và phân tích các tiềm năng, điều kiện để xây dựng mô hình này tại xã Việt Hải, Cát Bà [2]. Đề tài nghiên cứu của nhóm sinh viên Phạm Minh Tri, Hồ Châu Kiệt (2024), *Phát triển du lịch chữa lành tại Thành phố Nha Trang, tỉnh Khánh Hòa* đã phân tích tiềm năng và thực trạng phát triển du lịch chữa lành tại Nha Trang, đề xuất các giải pháp nhằm khai thác hiệu quả loại hình du lịch này [6]. Tác giả Hữu Phúc (2023) trong bài viết “*Chuẩn hóa sản phẩm du lịch chữa lành*” đã thảo luận về việc chuẩn hóa các sản phẩm du lịch chữa lành để đáp ứng nhu cầu ngày càng tăng của du khách, đồng thời nâng cao chất lượng dịch vụ [3]. Tác giả Tường Bách (2024) trong “*Vì sao xu hướng nghỉ dưỡng chữa lành lại "hot"*” đã phân tích lý do xu hướng nghỉ dưỡng chữa lành trở nên phổ biến, nhấn mạnh nhu cầu của du khách trong việc tìm kiếm sự cân bằng và phục hồi sau những căng thẳng của cuộc sống hiện đại.

Những bài viết và hướng nghiên cứu của các tác giả đã cung cấp góc nhìn đa chiều về tiềm năng, xu hướng và lợi ích của du lịch chữa lành, góp phần định hướng cho sự phát triển bền vững của loại hình du lịch này trong tương lai. Tuy nhiên, chưa có công trình, bài viết nào nghiên cứu chi tiết và cụ thể về từng địa phương, đặc biệt là Thanh Hóa. Đây chính là khoảng trống cần được nghiên cứu.

3. Cách tiếp cận và phương pháp nghiên cứu

Nghiên cứu này sử dụng cách tiếp cận kết hợp phân tích tổng hợp tài liệu và phân tích định tính. (1) *Phân tích tổng hợp tài liệu*: Nghiên cứu tổng hợp các tài liệu khoa học (bài báo, sách, báo cáo) liên quan đến du lịch chữa lành. Các tài liệu này cung cấp cơ sở lý luận và dữ liệu thứ cấp cho nghiên cứu. (2) *Phân tích định tính*: Sử dụng phân tích định tính để đánh giá tiềm năng phát triển loại hình du lịch chữa lành tại Thanh Hóa dựa trên các báo cáo và các trường hợp điển hình đã được công bố. Các phân tích này giúp làm rõ những cơ hội, thách thức và đưa ra một số định hướng phù hợp để phát triển loại hình du lịch chữa lành tại Thanh Hóa.

4. Kết quả nghiên cứu

4.1. Khái niệm, thuật ngữ

Du lịch chữa lành (Wellness Tourism) là một xu hướng mới của khách du lịch hiện đại, cũng là một đòi hỏi nhằm cải thiện hay đáp ứng nhiều nhu cầu đồng thời về thể chất, tinh thần, sức khỏe cho du khách thông qua việc thiết kế các chương trình du lịch hoặc các trải nghiệm tham quan. Theo Viện Sức khỏe toàn cầu (Global Wellness Institute - GWI), du lịch chữa lành được định nghĩa là loại hình du lịch dành cho những du khách có nhu cầu duy trì, cải thiện và tăng cường sức khỏe cá nhân thông qua các hoạt động và dịch vụ chuyên biệt. Du lịch chữa lành là một nhánh của du lịch sức khỏe (Health Tourism) nhưng có sự khác biệt rõ ràng với du lịch chữa bệnh (Medical Tourism). Trong khi du lịch chữa bệnh tập trung vào điều trị các vấn đề sức khỏe hiện có, bao gồm các liệu pháp y tế và phẫu thuật, thì du lịch chữa lành mang tính chất chủ động, tập trung vào phòng ngừa bệnh tật, nâng cao sức khỏe tổng thể và cải thiện chất lượng cuộc sống của du khách. Hình thức du lịch này kết hợp giữa các yếu tố về thể chất (healthy) và tinh thần (spiritual) thông qua các hoạt động rèn luyện thể lực, chăm sóc sức khỏe, thiền định, trải nghiệm thiên nhiên và văn hóa địa phương.

Lịch sử của du lịch chữa lành đã xuất hiện từ thời cổ đại, khi con người sử dụng các nguồn tài nguyên thiên nhiên như suối nước nóng, bùn khoáng và thảo dược để phục hồi và duy trì sức khỏe. Các nền văn minh phương Đông và phương Tây đều có những phương pháp chữa lành độc đáo, chẳng hạn như: Ayurveda, yoga, thiền Ấn Độ, hoặc các phương pháp xoa

bóp, bấm huyết của Trung Quốc. Trong thời hiện đại, du lịch chữa lành đã phát triển mạnh mẽ, trở thành một ngành công nghiệp có tốc độ tăng trưởng cao. Theo số liệu của GWI, trong năm 2017, ngành này đạt giá trị 639,4 tỷ USD và tăng trưởng 6,5% mỗi năm trong giai đoạn 2015 - 2017, nhanh gấp đôi tốc độ tăng trưởng của toàn ngành du lịch. Năm 2017, toàn thế giới ghi nhận khoảng 830 triệu lượt khách du lịch tham gia vào các hoạt động du lịch chăm sóc sức khỏe, cao hơn 139 triệu lượt so với năm 2015. Năm 2018, tiếp nối đà tăng mạnh từ năm 2017 (đạt 639,4 tỷ USD), tăng 8% so với năm 2017, đạt 900 triệu lượt khách. Đến năm 2019 loại hình du lịch này tăng nhẹ trước Covid với 720 tỷ USD (tăng 2,9% với 950 triệu lượt khách. Đến năm 2020 diễn ra đại dịch khiến thị trường sụt giảm nghiêm trọng tới hơn 50%. Nhưng đến giai đoạn 2021- 2023, giai đoạn này loại hình du lịch này phục hồi rất nhanh, đặc biệt là năm 2022 với mức tăng trưởng gần 50%. Đến năm 2023 lượt khách du lịch chăm sóc sức khỏe toàn cầu vượt 1 tỷ lượt, chiếm 17% tổng lượng khách du lịch toàn cầu.

** Tiêu chí phát triển loại hình du lịch chữa lành:*

Một điểm đến du lịch muốn phát triển loại hình du lịch chữa lành cần đáp ứng một số tiêu chí quan trọng sau:

- Tài nguyên thiên nhiên: Các địa điểm có nguồn tài nguyên tự nhiên, có lợi cho sức khỏe như suối nước nóng, bùn khoáng, khí hậu trong lành, rừng nguyên sinh.

- Môi trường phù hợp: Không gian yên tĩnh, tránh xa ô nhiễm, tạo điều kiện lý tưởng cho việc nghỉ dưỡng, phục hồi sức khỏe.

- Cơ sở hạ tầng và dịch vụ hỗ trợ: Các khu nghỉ dưỡng, trung tâm chăm sóc sức khỏe, spa, và các chương trình tập luyện hoặc thiền định.

** Các dịch vụ chính trong du lịch chữa lành:*

Để phát triển mô hình này, các khu du lịch cần có ít nhất hai trong số các dịch vụ sau:

- Tắm suối nước nóng và tắm bùn: Tận dụng các nguồn nước khoáng thiên nhiên để hỗ trợ trị liệu và thư giãn.

- Xông hơi: Giúp đào thải độc tố, cải thiện lưu thông máu và tăng cường sức khỏe tổng thể.

- Spa: Cung cấp các dịch vụ mát xa, bấm huyết, trị liệu bằng thảo dược giúp thư giãn cơ thể.

- Dạy nấu ăn và hướng dẫn chế độ ăn lành mạnh: Hỗ trợ du khách thay đổi thói quen ăn uống để có sức khỏe tốt hơn.

- Cung cấp chế độ ăn uống lành mạnh: Tập trung vào thực phẩm hữu cơ, thực dưỡng và các chế độ ăn khoa học.

- Hướng dẫn tập yoga, thiền định: Giúp du khách cải thiện sức khỏe tinh thần, giảm căng thẳng và tăng cường sự tập trung.

- Hướng dẫn chăm sóc sức khỏe: Tư vấn các phương pháp phòng ngừa bệnh tật, nâng cao thể chất và tinh thần.

- Khóa tu tịnh lạc - thiền: Cung cấp không gian yên tĩnh, biệt lập để du khách trải nghiệm sự tĩnh tâm và phục hồi năng lượng.

- Tham quan các điểm đến tâm linh: Kết hợp du lịch văn hóa và tâm linh để tăng cường sự kết nối giữa con người và thiên nhiên.

Theo Viện Sức khỏe toàn cầu, trên thế giới hiện đang có hai hình thức du lịch chữa lành chính:

Thứ nhất, du lịch chữa lành chuyên đề: Đây là hình thức du lịch mà mục đích chính của khách là chăm sóc sức khỏe thể chất và tinh thần, xuyên suốt toàn bộ chuyến đi. Những du khách tham gia vào loại hình này thường là những cá nhân có ý thức cao về việc duy trì lối sống lành mạnh, chủ động trong việc chăm sóc sức khỏe và tìm kiếm sự cân bằng toàn diện giữa thể chất, tinh thần và các yếu tố xã hội, môi trường.

Thứ hai, du lịch chữa lành kết hợp: Hình thức này ám chỉ việc duy trì và cải thiện sức khỏe trong suốt chuyến du lịch hoặc việc tham gia các dịch vụ chăm sóc sức khỏe trong quá trình tham gia vào bất kỳ loại hình du lịch nào. Du khách có thể dễ dàng trải nghiệm các dịch vụ chăm sóc sức khỏe như xông hơi, spa, bấm huyệt, hoặc tham gia các lớp học yoga theo giờ tại các khách sạn, khu nghỉ dưỡng, hoặc điểm đến du lịch

4.2. Tiềm năng phát triển tại Thanh Hóa

Thanh Hóa có nguồn tài nguyên thiên nhiên phong phú và văn hóa bản địa đặc sắc, cùng với đó là cơ sở hạ tầng và cơ sở vật chất kỹ thuật rất phù hợp cho phát triển loại hình du lịch chữa lành.

Về tài nguyên thiên nhiên: Thanh Hóa sở hữu nhiều cảnh quan thiên nhiên đẹp và môi trường trong lành, phù hợp cho các hoạt động nghỉ dưỡng và thư giãn: Thanh Hóa có biển và suối khoáng nóng: Các bãi biển nổi tiếng như Sầm Sơn, Hải Tiến, Hải Hòa có độ thoải dốc của bờ, độ khoáng mặn lý tưởng của nước, cấp độ sóng vừa phải, không có đa ngầm, an toàn khi bơi xa, những yếu tố này rất phù hợp cho các liệu pháp trị liệu bằng nước biển (thalassotherapy). Ngoài ra, suối khoáng nóng Quảng Yên giàu khoáng chất, có thể phát triển các dịch vụ spa, tắm khoáng giúp thư giãn và chữa bệnh. Có rừng nguyên sinh và khu bảo tồn thiên nhiên: Khu bảo tồn Pù Luông, Pù Hu, Vườn quốc gia Bến En có hệ sinh thái phong phú, khí hậu mát mẻ, là nơi lý tưởng để tổ chức các hoạt động thiền, yoga, trekking, giúp tái tạo năng lượng và cân bằng tâm lý. Hệ thống các thác nước ẩn mình trong những cánh rừng hùng vĩ là một không gian lý tưởng cho những phút giây thư giãn để hoàn mình với tự nhiên, tái tạo năng lượng sau thời gian căng thẳng của bận rộn công việc...

Về tài nguyên văn hóa: Thanh Hóa có hệ thống di tích lịch sử, đền chùa linh thiêng, phù hợp để kết hợp du lịch tâm linh và chữa lành tinh thần như: Thành Nhà Hồ - di sản văn hóa thế giới, mang giá trị lịch sử và năng lượng đặc biệt, có thể trở thành điểm thiền định và tìm hiểu lịch sử. Khu di tích Lam Kinh, đền Bà Triệu, đền Sòng Sơn, Núi Nưa Am Tiên... những địa danh linh thiêng thu hút du khách đến cầu an, tìm sự cân bằng trong cuộc sống. Các lễ hội truyền thống như lễ hội đền Bà Triệu, lễ hội Lam Kinh, lễ hội Cầu Phúc... không chỉ mang ý nghĩa văn hóa mà còn giúp du khách tìm hiểu lịch sử, kết nối với giá trị tinh thần. Các làng nghề thủ công truyền thống mang đậm giá trị văn hóa của cộng đồng các dân tộc nơi đây với những nét độc đáo riêng của mỗi tộc người sẽ là những trải nghiệm thú vị cho du khách.

Với 7 cộng đồng dân tộc anh em cùng sinh sống, vùng đất xứ Thanh còn chứa đựng những giá trị văn hóa ẩm thực đặc sắc cũng những phương thức khai thác và sử dụng bài thuốc từ tự nhiên rất tốt cho sức khỏe. Bữa ăn thực dưỡng hay các liệu pháp trị liệu gắn với các bài thuốc tự nhiên là những trải nghiệm tốt nhất cho du khách "chữa lành" để giải thoát khỏi những căng thẳng và bế tắc của cuộc sống bận rộn.

Về hạ tầng du lịch và cơ hội phát triển: Trong những năm gần đây, Thanh Hóa đã đầu tư mạnh vào hạ tầng du lịch với nhiều khu nghỉ dưỡng cao cấp như: FLC Sầm Sơn, Paracel

Resort Hải Tiến; Flamingo Ibiza Hải Tiến Resort; Pu Luong Bocbandi Retreat; Pù Luông Natura Bungalow; Pù Luông Retreat.... Sự phát triển của các cơ sở này mở ra cơ hội lớn để tích hợp các dịch vụ chăm sóc sức khỏe như spa, yoga, thiền, detox, thực dưỡng. Ngoài ra, tỉnh còn có lợi thế về giao thông với sân bay Thọ Xuân, đường cao tốc Bắc - Nam, giúp du khách dễ dàng tiếp cận. Những tiềm năng và thế mạnh này tạo điều kiện thuận lợi để Thanh Hóa phát triển du lịch chữa lành kết hợp với các loại hình du lịch sinh thái, nghỉ dưỡng và trải nghiệm văn hóa.

5. Thảo luận

Thanh Hóa có tiềm năng lớn để phát triển du lịch chữa lành nhờ sự kết hợp độc đáo giữa tài nguyên thiên nhiên, di sản văn hóa và văn hóa cộng đồng. Tuy nhiên, để hiện thực hóa tiềm năng này, cần giải quyết các thách thức hiện còn tồn tại hiện nay như cơ sở hạ tầng hạn chế, sự thiếu đa dạng sản phẩm, và nhận thức về hoạt động du lịch của cộng đồng. Việc đầu tư vào cơ sở vật chất như: khu nghỉ dưỡng sinh thái và trung tâm trị liệu chuyên biệt là ưu tiên hàng đầu. Việc tổ chức các tour kết hợp thiền, yoga và khám phá văn hóa sẽ làm phong phú sản phẩm du lịch. Ngoài ra, chiến lược truyền thông số và hợp tác với chuyên gia quốc tế sẽ nâng cao nhận diện thương hiệu. Bên cạnh đó, cộng đồng địa phương cần được đào tạo để tham gia vào chuỗi cung ứng dịch vụ, từ hướng dẫn viên đến các dịch vụ trị liệu. Đây sẽ là cơ sở để Thanh Hóa xây dựng chiến lược phát triển bền vững, đưa tỉnh thành điểm đến chữa lành hàng đầu Việt Nam.

Để phát triển loại hình du lịch chữa lành trở thành điểm đến hấp dẫn ở Thanh Hóa cần thực hiện các giải pháp sau:

** Đa dạng hóa và xây dựng các gói sản phẩm du lịch*

Để phát triển du lịch chữa lành, cần đầu tư vào cơ sở vật chất kỹ thuật phục vụ các dịch vụ chuyên biệt như khu du lịch chữa lành chuyên đề, khu nghỉ dưỡng, trung tâm spa, phòng tập yoga và các địa điểm tham quan tâm linh. Những địa điểm này sẽ tạo ra không gian lý tưởng để du khách trải nghiệm và thư giãn, đồng thời khôi phục sức khỏe thể chất và tinh thần.

Bên cạnh đó, việc đa dạng hóa các sản phẩm du lịch chữa lành sẽ làm phong phú thêm trải nghiệm của du khách. Các hoạt động bổ trợ như hướng dẫn chăm sóc sức khỏe, chế độ ăn uống lành mạnh và sử dụng thực phẩm hữu cơ sẽ giúp du khách cải thiện sức khỏe toàn diện. Các dịch vụ này có thể kết hợp với các loại hình du lịch khác như du lịch tâm linh, trị liệu tự nhiên, yoga, thiền, và các phương pháp giảm cân lành mạnh để cung cấp một trải nghiệm toàn diện.

Ngoài ra, việc phát triển các sản phẩm du lịch chữa lành cần phải đáp ứng nhu cầu đa dạng của khách hàng và hướng đến sự bền vững trong tương lai. Các sản phẩm du lịch này sẽ phục vụ cho nhiều đối tượng khách hàng khác nhau, từ những người tìm kiếm sự thư giãn, đến những người muốn cải thiện sức khỏe qua chế độ ăn uống và lối sống lành mạnh. Đồng thời, các dịch vụ cần thân thiện với môi trường, sử dụng nguyên liệu hữu cơ, tự nhiên và có nguồn gốc địa phương để tạo ra giá trị bền vững cho cả du khách và cộng đồng.

Cuối cùng, du lịch chữa lành cần được phát triển thành một mô hình du lịch trọng điểm, liên kết các dịch vụ chữa lành thành các tour chuyên đề. Việc xây dựng các tour chữa lành đa dạng sẽ giúp du khách dễ dàng lựa chọn và trải nghiệm những dịch vụ phù hợp với nhu cầu cá nhân, từ đó tạo ra một ngành du lịch chữa lành bền vững và phát triển mạnh mẽ trong tương lai.

- Chương trình chăm sóc sức khỏe toàn diện: Các tour du lịch kết hợp giữa thiền, yoga, massage trị liệu, và các liệu pháp phục hồi sức khỏe tại các khu nghỉ dưỡng cao cấp sẽ giúp du khách thư giãn, giải tỏa căng thẳng, và cải thiện sức khỏe. Các khu nghỉ dưỡng có thể cung cấp dịch vụ thiền định vào buổi sáng, yoga vào buổi chiều và các liệu pháp massage trị liệu để giúp du khách tái tạo năng lượng.

- Tour khám phá thiên nhiên: Thanh Hóa có nhiều khu bảo tồn thiên nhiên như Pù Luông, Vườn quốc gia Bến En, đây là những điểm lý tưởng cho hành trình trekking khám phá thiên nhiên. Du khách có thể tham gia các chuyến đi bộ giữa những cánh rừng nguyên sinh, hòa mình vào không gian tĩnh lặng của thiên nhiên, và kết hợp với tắm suối nước khoáng nóng tại các địa điểm như Quảng Yên để thư giãn và phục hồi sức khỏe.

- Du lịch tâm linh kết hợp chữa lành: Thanh Hóa là nơi có nhiều chùa và đền thờ với không gian yên tĩnh, linh thiêng, như Núi Nưa Am Tiên, Lam Kinh, Đền Cửa Đất, Đền Độc Cước, Chùa Bụt, Chùa Hồi Long.... nên du khách có thể tham gia khóa tu ngắn ngày tại các ngôi chùa này để vừa tĩnh tâm, vừa kết hợp các hoạt động chữa lành như thiền định, yoga, hay trị liệu bằng âm nhạc hoặc các phương pháp truyền thống khác.

** Nâng cấp cơ sở hạ tầng và dịch vụ*

- Đầu tư xây dựng các khu nghỉ dưỡng sinh thái cao cấp: Thanh Hóa cần phát triển các khu nghỉ dưỡng đạt tiêu chuẩn quốc tế, đặc biệt là các khu sinh thái tích hợp không gian thiền và yoga. Các khu nghỉ dưỡng này cần có không gian rộng rãi, yên tĩnh, gần gũi với thiên nhiên để du khách có thể tham gia các lớp thiền, yoga và thư giãn trong môi trường trong lành. Đặc biệt, các cơ sở này có thể cung cấp các phòng nghỉ dưỡng với các tiện ích chăm sóc sức khỏe như: bể sục, hồ bơi khoáng nóng, phòng xông hơi...

- Tăng cường các dịch vụ spa và trị liệu: Các dịch vụ chăm sóc sức khỏe sẽ là điểm nhấn quan trọng trong việc phát triển du lịch chữa lành tại Thanh Hóa. Các khu nghỉ dưỡng cần cung cấp dịch vụ spa với các liệu pháp chăm sóc sắc đẹp và phục hồi sức khỏe bằng thảo dược địa phương, như sử dụng các loại cây thuốc quý từ rừng Pù Luông. Các liệu pháp trị liệu bằng xông hơi, massage sẽ giúp du khách thư giãn, giảm căng thẳng và phục hồi sức khỏe sau một chuyến trekking hoặc các hoạt động ngoài trời.

** Tăng cường quảng bá và hợp tác*

- Về chiến lược truyền thông: Thanh Hóa cần triển khai các chiến dịch quảng bá qua mạng xã hội và các nền tảng trực tuyến, xây dựng các video quảng bá về du lịch chữa lành, kết hợp với blogger và KOLs du lịch nổi tiếng để thu hút sự chú ý của du khách trong và ngoài nước. Các sự kiện, hội thảo giới thiệu sản phẩm du lịch tại các thị trường tiềm năng như Nhật Bản, Hàn Quốc, hay châu Âu cũng cần được tổ chức để nâng cao sự nhận thức về tiềm năng du lịch chữa lành của Thanh Hóa.

- Về hợp tác quốc tế: Thanh Hóa có thể kết nối với các tổ chức y tế, trung tâm yoga và thiền quốc tế để thu hút khách hàng từ các thị trường quốc tế. Việc hợp tác với các chuyên gia về sức khỏe, các nhà nghiên cứu về liệu pháp chữa lành tự nhiên, cũng như các tổ chức du lịch uy tín sẽ giúp Thanh Hóa xây dựng được thương hiệu du lịch chữa lành mạnh mẽ và bền vững.

Tổ chức khóa tập huấn nâng cao năng lực chuyên môn về marketing và xúc tiến quảng bá du lịch nhằm trang bị cho đội ngũ cán bộ làm công tác quảng bá du lịch những kiến thức

và kỹ năng cần thiết trong việc tuyên truyền, đào tạo và phối hợp hiệu quả với các doanh nghiệp, lao động du lịch, cũng như cộng đồng địa phương. Khóa tập huấn sẽ tập trung vào các nội dung quan trọng như:

- + Định hướng chiến lược xúc tiến quảng bá du lịch: Cung cấp các phương pháp, công cụ marketing hiện đại để xây dựng và thực hiện các chiến lược quảng bá hiệu quả, nhằm tăng cường sự nhận diện và thu hút khách du lịch.

- + Kỹ năng làm việc với doanh nghiệp và cộng đồng địa phương: Cung cấp kỹ năng hợp tác, trao đổi thông tin và cùng phát triển các chiến lược marketing, từ đó tạo ra một hệ sinh thái du lịch phát triển mạnh mẽ và bền vững.

- + Tăng cường năng lực cho lao động du lịch: Hướng dẫn và phát triển kỹ năng cho đội ngũ lao động trong ngành du lịch để họ có thể tham gia vào quá trình xúc tiến quảng bá du lịch một cách hiệu quả.

Khóa tập huấn này sẽ là cơ hội để các cán bộ, doanh nghiệp, và cộng đồng địa phương hiểu rõ hơn về các xu hướng marketing du lịch mới nhất, đồng thời nâng cao kỹ năng chuyên môn để đóng góp vào sự phát triển mạnh mẽ của ngành du lịch.

** Đào tạo nguồn nhân lực loại hình du lịch*

- Mở các khóa đào tạo hướng dẫn viên yoga, thiền và các chuyên viên trị liệu sức khỏe: Thanh Hóa cần phát triển các khóa học, chương trình đào tạo để cung cấp cho thị trường nguồn nhân lực có trình độ chuyên môn cao trong các lĩnh vực như hướng dẫn viên yoga, thiền, spa trị liệu và chăm sóc sức khỏe. Các khóa học này cần được tổ chức tại các trung tâm đào tạo chuyên nghiệp và có sự kết hợp với các chuyên gia trong ngành.

- Tạo điều kiện để cộng đồng địa phương tham gia cung cấp dịch vụ du lịch chữa lành: Một trong những yếu tố quan trọng để phát triển du lịch chữa lành bền vững là sự tham gia của cộng đồng địa phương. Thanh Hóa cần hỗ trợ và tạo điều kiện để người dân tham gia cung cấp các dịch vụ du lịch chữa lành, như trở thành hướng dẫn viên, phục vụ khách du lịch trong các hoạt động văn hóa, thăm làng nghề, hoặc tham gia vào các dịch vụ chăm sóc sức khỏe như trị liệu thảo dược, massage, hay nấu ăn theo phong cách ẩm thực lành mạnh.

- Nâng cao nhận thức về đào tạo nhân lực hoạt động trong lĩnh vực du lịch chữa lành đáp ứng yêu cầu cao và đa dạng của các đối tượng khách vốn được xem là những người có trình độ và mức thu nhập cao.

- Thường xuyên mở các khóa tập huấn nhằm nâng cao tay nghề chuyên môn trong lĩnh vực spa và nghiệp vụ du lịch của các nhân viên tại các cơ sở cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe như các nhân viên spa, các nhân viên massage.

- Liên kết đào tạo nguồn nhân lực cho du lịch chữa lành với các quốc gia có kinh nghiệm trong việc phát triển du lịch chữa lành.

6. Kết luận

Du lịch chữa lành đang trở thành xu hướng toàn cầu, mang lại giá trị sâu sắc không chỉ về mặt nghỉ dưỡng mà còn góp phần cải thiện sức khỏe toàn diện cả về thể chất và tinh thần. Với tài nguyên thiên nhiên phong phú như Pù Luông, suối khoáng nóng Quảng Yên và các di sản văn hóa như Thành Nhà Hồ, đền Bà Triệu, Khu di tích Lam Kinh... Thanh Hóa có tiềm năng lớn để phát triển loại hình du lịch chữa lành. Tuy nhiên, để hiện thực hóa mục tiêu, biến Thanh Hóa thành điểm đến chữa lành hàng đầu, cần có chiến lược phát triển đồng bộ và lâu

dài. Việc đầu tư cơ sở hạ tầng là yếu tố then chốt, xây dựng sản phẩm du lịch đặc thù cũng là một bước cần thiết, Thanh Hóa cần thiết kế các chương trình du lịch chữa lành đa dạng. Việc truyền thông và quảng bá hiệu quả là công cụ không thể thiếu, Thanh Hóa cần tăng cường các chiến dịch quảng bá trên các kênh truyền thông quốc tế, tổ chức các sự kiện du lịch và hội chợ để giới thiệu sản phẩm du lịch chữa lành. Sự tham gia của cộng đồng địa phương đóng vai trò quan trọng trong việc phát triển bền vững du lịch chữa lành, đào tạo và hỗ trợ người dân tham gia vào các dịch vụ. Ngoài ra, việc giữ gìn và phát huy các giá trị văn hóa truyền thống sẽ giúp du lịch chữa lành tại Thanh Hóa có bản sắc riêng biệt.

Những bài học từ Nhật Bản và Thái Lan là bài học quý cho Thanh Hóa. Nhật Bản thành công nhờ khai thác onsen kết hợp với văn hóa truyền thống, trong khi Thái Lan nổi tiếng với các trung tâm spa quốc tế kết hợp liệu pháp truyền thống. Thanh Hóa có thể học hỏi cách kết hợp tài nguyên thiên nhiên, văn hóa bản địa, và công nghệ hiện đại để tạo ra sản phẩm du lịch chữa lành hấp dẫn. Thanh Hóa có đủ điều kiện và lợi thế để phát triển du lịch chữa lành trở thành mũi nhọn, góp phần nâng cao vị thế của tỉnh trên bản đồ du lịch Việt Nam và quốc tế. Sự nỗ lực đồng bộ từ chính quyền, doanh nghiệp, và cộng đồng địa phương sẽ là chìa khóa để khai thác hiệu quả tiềm năng sẵn có, xây dựng thương hiệu "điểm đến của sự thư thái và cân bằng" trong lòng du khách.

Tài liệu tham khảo

- [1]. Anju K.P & Bindu V.T. (2023), *Wellness Tourism Experiences in Post Pandemic Travel: A Netnographic Study*. Tạp chí: *Research Journal of Management Sciences*.
- [2]. Bùi Thúy Hằng & Hoàng Thị Thùy Linh (2024), *Đề xuất mô hình du lịch chữa lành tại xã Việt Hải (Cát Bà)*, Tạp chí *Khoa học và Công nghệ Du lịch*.
- [3]. Hữu Phúc (2023), *Chuẩn hóa sản phẩm du lịch chữa lành*, Tạp chí *Du lịch Việt Nam*.
- [4]. Mueller, H., & Kaufmann, E. L. (2001), *Wellness tourism: Market analysis of a special health tourism segment and implications for the hotel industry*. Tạp chí: *Journal of Vacation Marketing*.
- [5]. Peris-Ortiz, M., & Álvarez-García, J. (2015), *Health and Wellness Tourism*, Nxb Springer International Publishing.
- [6]. Phạm Minh Tri & Hồ Châu Kiệt (2024), *Phát triển du lịch chữa lành tại Thành phố Nha Trang, tỉnh Khánh Hòa*, Tạp chí *Kinh tế và Dự báo*.
- [7]. Trần Ngọc Long (2017), *Tiềm năng và định hướng phát triển du lịch sinh thái tại Việt Nam*, Tạp chí *Khoa học Xã hội*.
- [8]. Tường Bách (2024), *Vì sao xu hướng nghỉ dưỡng chữa lành lại “hot”*, Tạp chí *Đầu tư - Báo Đầu tư*.
- [9]. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/135676670100700101>.
- [10]. <https://www.isca.me/IJMS/Archive/v12/i3/1.ISCA-RJMS-2023-006.pdf>.

“DU LỊCH CHỮA LÀNH” - SỰ XUẤT HIỆN CỦA MỘT XU HƯỚNG DU LỊCH MỚI VÀ TIỀM NĂNG ĐỐI VỚI NGÀNH DU LỊCH THANH HÓA

Trịnh Xuân Phương

Trường Đại học Văn hóa, Thể thao và Du lịch Thanh Hóa

Email: trinhxuanphuong@dvttdt.edu.vn

Ngày nhận bài: 09/12/2024

Ngày phản biện: 10/12/2024

Ngày tác giả sửa: 18/3/2025

Ngày duyệt đăng: 21/4/2025

Ngày phát hành: 29/4/2025

Du lịch chữa lành là một xu hướng trong du lịch hiện đại, nơi kết hợp các liệu pháp chăm sóc sức khỏe thể chất và tinh thần giúp con người cân bằng trạng thái trong cuộc sống. Xu hướng du lịch này đang dần chiếm vị trí quan trọng trong phát triển của ngành du lịch toàn cầu. Đúng trước xu hướng này, Thanh Hóa cũng đang tìm hướng đi bởi Thanh Hóa sở hữu nguồn tài nguyên thiên nhiên đa dạng, hệ thống di sản văn hóa đặc sắc, phân bố rộng khắp toàn tỉnh cùng nền văn hóa ẩm thực phong phú, lành mạnh là điều kiện để phát triển du lịch chữa lành. Bài viết tập trung phân tích tiềm năng, giá trị và xu thế phát triển của hình thức du lịch mới mẻ này, đồng thời gợi mở cách thức để ngành du lịch Thanh Hóa đón đầu, tập trung khai thác có hiệu quả, đa dạng sản phẩm du lịch phục vụ du khách trên hành trình du lịch về với địa phương.

Từ khóa: Du lịch chữa lành; Nhu cầu; Khai thác; Thanh Hóa.