



**Efterspørgselsorienteret analyse  
af markedet for  
private fysioterapeutiske ydelser**

For Danske Fysioterapeuter



Lighthouse Cph A/S 2011  
for Danske Fysioterapeuter



# Indhold

<b>Introduktion</b> .....	3
<b>Udgangspunkt</b> .....	3
<b>Formål</b> .....	3
<b>Metode</b> .....	3
<b>Rapportens opbygning</b> .....	4
<b>Om Lighthouse Cph A/S</b> .....	5
<b>DEL 1: Sundhedsmarkedet</b> .....	6
<b>Forståelsesrammen</b> .....	7
<b>Det historiske sundhedsmarked</b> .....	7
<b>Det nutidige sundhedsmarked</b> .....	7
<b>På vej mod det fremtidige sundhedsmarked</b> .....	8
Hvad er sundhed? .....	8
Rask eller syg – det private eller det offentlige? ..	9
Sundheden er både samfundets og ens eget ansvar .....	9
Det offentliges sundhedsinteresse .....	9
Sundhedsprofessionerne har ikke længere monopol på sundhed .....	10
Virksomhedernes sundhedsinteresse .....	10
Sundhed er ikke længere et privat anliggende .....	10
Et bredere sundhedsbegreb .....	11
<b>Definition af det private sundhedsmarked</b> .....	12
<b>Opsummering Sundhedsmarkedet</b> .....	12
<b>Udbydere på sundhedsmarkedet</b> .....	13
Struktur og spillere på det private sundhedsmarked .....	13
Udbydermodellen .....	13
<b>Udbyderanalyse</b> .....	14
Sundhedsydelse med udgangspunkt i bevægeapparatet .....	15
Strategiske alliancer og distribution .....	17
Grupper af udbydere på sundhedsmarkedet ...	22
<b>Konklusion udbyderanalyse</b> .....	42
<b>DEL 2: Efterspørgslen og nye behov</b> .....	46
<b>Et holistisk syn på sundhed</b> .....	47
<b>Fra reaktivitet til proaktivitet</b> .....	49
<b>Livsstiletsfokus skaber gennemgribende ønske   om kontrol</b> .....	49
<b>Mental kontrol</b> .....	50
<b>Kontrolleret kontroltab</b> .....	50
<b>Megatrends</b>	
<b>– mønstre i adfærdsændringer</b> .....	52
<b>Teknologi - Digitalisering</b> .....	52
<b>Din sundhed er dit eget ansvar!</b> .....	52
<b>Forbrugerne har deres eget kredsløb</b> .....	53
<b>Specialisering</b> .....	54
<b>Ekstrem sport på flere niveauer</b> .....	55
<b>ROTI (Return on time     investment) - Quick-fix</b> .....	56
<b>Nye patienter</b> .....	56
<b>Behov for tryk og håb – Mental sundhed</b> .....	57
<b>Kost fokus</b> .....	58
<b>Sundhedsfanatisme</b>	
<b>- sundhed som religion</b> .....	59
<b>Sundhed på arbejdspladsen</b> .....	60
<b>Konklusion</b> .....	62
<b>Behovsdrivne segmenter indenfor private sundhedsydelse</b> .....	63
<b>Forbedringssegmentet</b> .....	64
<b>Forebyggelsessegmentet</b> .....	65
<b>Behandlingssegmentet</b> .....	66
<b>Genopbygningssegmentet</b> .....	67
<b>DEL 3: Strategiske muligheder på fremtidens marked for private sundhedsydelse</b> .....	69
<b>Fysioterapeuterne   på det private sundhedsmarked</b> .....	71
<b>Strategiske muligheder og retninger</b> .....	72
<b>FORBEDRING AF HELBRED     – strategiske muligheder og retning</b> .....	73
<b>FOREBYGGELSE AF SYGDOM     – strategiske muligheder og retning</b> .....	74
<b>BEHANDLING AF SYGDOM     – strategiske muligheder og retning</b> .....	75
<b>GENOPBYGNING AF HELBRED     – strategiske muligheder og retning</b> .....	76
<b>Afsluttende bemærkninger</b> .....	77

# Introduktion

## Udgangspunkt

Danske Fysioterapeuter ønsker at udarbejde en erhvervs-politik, som bl.a. skal indeholde en holdning til, hvilke muligheder, der eksisterer for fysioterapeuter og fysio-terapeutiske ydelser i den private sektor og mulighed-erne for de erhvervsservicetilbud, som foreningen i for-længelse heraf skal udvikle for sine medlemmer.

I et ønske om at kvalificere denne indsats og sikre, at Danske Fysioterapeuter får mest muligt ud af det mar-kedspotentiale, der måtte vise sig at være for private fysioterapeutiske ydelser, har Danske Fysioterapeuter initieret en efterspørgselsorienteret markedsanalyse af det private marked for fysioterapeutiske ydelser.

## Formål

Formålet med markedsanalysen er at give Danske Fysio-terapeuter optimale betingelser for at støtte op om medlemsvirksomhederne og allokere fokus og ressourcer i en gunstig retning, når det gælder fysioterapeutiske ydelser på det private marked.

I sidste ende er formålet at udstyre Danske Fysioterapeu-ter med den nødvendige viden, inspiration og retning i forhold til at skabe fremtidige jobs, forretningskoncepter og services til fysioterapeuter i den private sektor.

Derfor søger analysen at give en præcis beskrivelse af den fremadrettede efterspørgsel blandt forbrugerne/ borgerne/patienterne og hvordan markedet og udbud- det udvikler sig for at kunne vurdere det private sund- hedsmarkeds økonomiske værdi og pege på de strat- egiske retninger og muligheder, der eksisterer for fysio-terapeuterne.

Analysens fornemste opgave er at skabe en forståelse for, hvad er det for et marked derude, når vi taler marke- det for private fysioterapeutiske og sundhedsfaglige ydelser og inspirere Danske Fysioterapeuter og alle med- lemmerne til i højere grad at agere på dette marked.

## Metode

Analysen tager udgangspunkt i Lighthouse Cph's Pattern Based Forecasting metode<sup>1</sup>, som er en metode til at ind- samle og bearbejde adfærdsændringer i forbrugernes/ borgernes liv, finde mønstre i adfærdsændringerne med henblik på at identificere fremadrettet kommerciel efter- spørgsel og fremadrettede behov. I anvendelsen af Pat- tern Based Forecasting består researchfasen i at finde, indsamle og bearbejde så mange adfærdsændringer

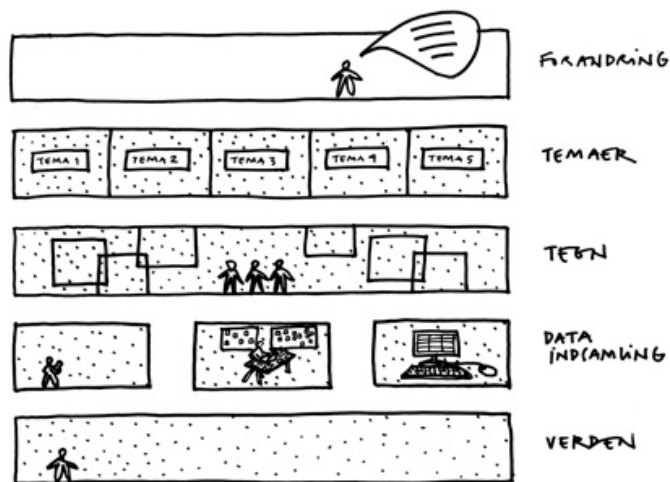
som overhovedet muligt indenfor det pågældende om- råde og analysere disse for at identificere mønstre i disse adfærdsændringer.



Adfærdsændringer<sup>2</sup> er således metodens data. Der er som udgangspunkt to krav til data; at det er en adfærd- sændring, og at den bryder med det, der er dominerende adfærd nu og her. Adfærdsændringen betyder, at den enkelte observation kan kontrolleres for sin validitet og at man i øvrigt undgår en af de største analytiske fælder i form af kløften mellem intention og adfærd, mellem holdning og handling. At det er adfærdsændringer, der bryder med dominerende adfærd betyder, at mønstrene i adfærdsændringerne tegner et yderst præcist billede af den nære fremtid. Det gør det bl.a., fordi mængden af observationer sikrer, at her er tale om noget der påvirker bredt, og fordi den nye adfærd allerede er i gang, den er bare spredt over det hele og svær at få øje på, hvis man ikke anvender korrekte metoder.

Pattern Based Forecasting er udover at være yderst stringent og dokumenteret særligt velegnet og effektiv, når det gælder om at identificere fremadrettet kommer- ciel efterspørgsel dvs. Markedsmuligheder.

Udover Lighthouse Cph's Pattern Based Forecasting er der blevet anvendt andre metoder i udarbejdelsen af analysen. Især har vi suppleret med statistiske og økono- miske metoder, samt omfattende desk-research.



<sup>1</sup> Pattern Based Forecasting er en metode til operationel og fakta-baseret forståelse af fremtidige behov og efterspørg- sel. Metoden baserer sig på systematisk indsamling af adfærdsændringer generelt eller indenfor et specifikt område, identificering af mønstre i adfærdsændringer og en sociologisk analyse af disse adfærdsændringer og deres påvirkning på fremtidig efterspørgsel. Metoden er doku- menteret, præcis og yderst operationel idet den baserer sig på konkrete adfærdsændringer.

<sup>2</sup> Adfærdsændringer kan også være adfærdsændringer blandt kommercielle udbydere og aktører. Dvs. at adfærd- sændringer også kan være nye/andre/anderledes ting der bringes på markedet eller bringes på markedet på en ny/ anderledes måde.

## Rapportens opbygning

Rapporten er bygget op af følgende dele:

### DEL 1:

#### SUNDHEDSMARKEDET

##### I. Det private sundhedsmarked.

En analyse af det private sundhedsmarked både overordnet, men også specifikt i forhold til, hvilke udbydere der agerer på markedet, hvilke nye udbydere og ydelser markedet består af, samt en analyse af de mest relevante udbydere på markedet. Denne del af rapporten beskriver dimensionerne:

- Hvad kendetegner det private sundhedsmarked?
- Hvilke relevante udbydere er på markedet?
- Hvad kendetegner udbyderne på markedet?

##### II. Det private sundhedsmarkeds værdi.

Er det muligt at værdestimere det private sundhedsmarked, som det er defineret i analysen? Hvad er det private sundhedsmarkeds værdi og er det muligt at se nogen udvikling i denne værdi enten opad- eller nedadgående?

### DEL 2:

#### EFTERSPØRGSEL OG NYE BEHOV

##### III. Efterspørgslen.

En analyse af bevægelser i forbrugernes adfærd og orientering, når det gælder sundhed. Denne del af rapporten beskriver dimensionerne:

- Hvor er efterspørgslen nu og fremover?
- Hvad benytter forbrugerne sig i stigende grad af, når det gælder private sundhedsydelser?
- Hvad er der af gennemgående tendenser blandt forbrugerne, som påvirker efterspørgslen?

##### IV. Behovsdrevne segmenter

###### indenfor private sundhedsydelser.

Med udgangspunkt i den etablerede forståelsesramme af det private sundhedsmarked beskrives nogle af de vigtigste kundesegmenter på det private sundhedsmarked. Segmenterne beskrives med udgangspunkt i deres behov når det gælder sundhedsmarkedet, og deres betalingsvillighed søges vurderet.

### DEL 3:

#### STRATEGISKE MULIGHEDER PÅ FREMTIDENS SUNDHEDSMARKEDET

##### I. Fysioterapeuterne på det private sundhedsmarked.

En opsamlende og konkluderende del, der peger på strategiske muligheder for fysioterapeuter på det private sundhedsmarked. Eksempler på disse strategiske muligheder udarbejdes som faglige og metodiske funderede hypoteser, som kan fungere som pejlemærker for, hvad der kan være fysioterapeuternes fremtidige potentiale og rolle på et sundhedsmarked i forandring.

## Om Lighthouse Cph A/S

Lighthouse Cph har specialiseret sig i at identificere og forstå nutidig adfærd og fremtidig efterspørgsel. Vi arbejder med udgangspunkt i en sociologisk funderet og metodisk stringent metode, hvor vi indsamler og analyserer adfærdsændringer i forbrugernes/kundernes/borgernes hverdagsliv for at identificere nye mønstre i adfærd og behov og hvilke muligheder disse fører med sig.

Lighthouse Cph's Battern Based Forecasting er mest kendt som en metode til at forstå adfærdsændringer og ændringer i behov og efterspørgsel blandt slutbrugere/forbrugere. Men Lighthouse Cph har omfattende erfaring med at anvende samme metode til at foretage branche- og konkurrentanalyser. Fordelen ved at anvende Battern Based Forecasting når man iagttager et specifikt marked og udbyderes specifikke handlinger er, at man udover at forstå, hvad der foregår på mikro-niveau også får et klart billede af udbyderes og en branches fremadrettede strategiske retning. Det gør man, fordi metoden muliggør, at man kan se mønstre i mikro-adfærden.

Efterspørgselsorienteret markedsanalyse er et begreb skabt af Lighthouse Cph, fordi det ved hjælp af Battern Based Forecasting viste sig muligt at tage traditionelle markedsanalyser et helt nyt sted hen. Efterspørgselsorienteret markedsanalyse er kendetegnet ved at bevæge sig mere i den nære fremtid end i fortiden og nutiden dvs. presse markedsforståelse fremad via den anvendte metode. Derudover muliggør analysens konkretiseringsniveau, at der kan afstikkes strategiske retninger og muligheder, lige som det har vist sig muligt at værdestimere markedspotentialet.

Lighthouse Cph har omfattende erfaring med at arbejde med efterspørgselsorienteret markedsanalyse blandt andet indenfor den finansielle sektor, hvor Lighthouse Cph har leveret markeds- og efterspørgselsanalyser til nordens største finansielle spillere på kvartalsbasis i en årrække. Derudover har Lighthouse Cph gennemført flere efterspørgselsorienterede markedsanalyser både for aktører indenfor den offentlige og den private sektor. Således står Lighthouse Cph bl.a. bag en omfattende markedsundersøgelse af den fremtidige region Fehmarnbelts fremtidige turismepotentiale, lige som det også er tilfældet med analyser af fremtidige rejsebehov. Yderligere har Lighthouse Cph arbejdet med sundhedsmarkedet i forbindelse med opgaver for forsikringselskaber og sundhedsudbydere.

Lighthouse Cph har kontorer der dækker Østeuropa og Sydeuropa samt et netværk af samarbejdspartnere og researchere i diverse lande for at kunne levere internationale opgaver.



# **DEL 1: Sundhedsmarkedet**

## Forståelsesrammen

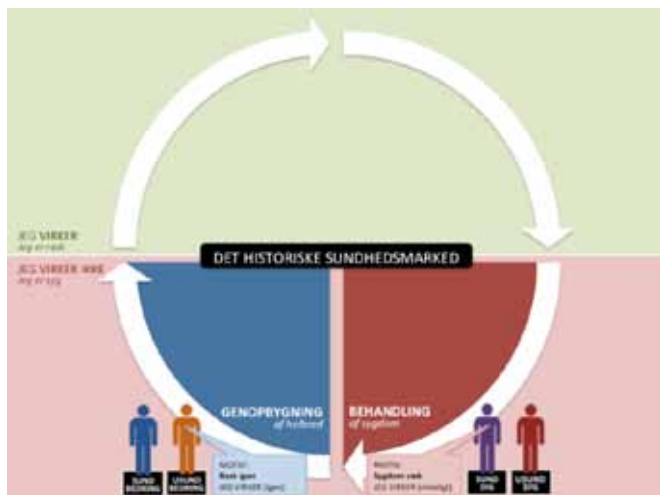
I arbejdet med analysen har Lighthouse Cph udviklet en forståelsesramme, eller model om man vil, som giver mulighed for at illustrere de forskellige dimensioner af sundhedsmarkedet og de tendenser og nye behov, som påvirker det private sundhedsmarked. Som analysen skrider frem vil denne model udvikle sig i takt med den forståelse, der kommer fra analysens dele.

Forståelsesrammen opererer i krydsfeltet mellem rask og syg, men fordi nutidens og fremtidens sundhedsmarked handler om meget andet end at undgå sygdom, er disse begreber nuanceret i forståelsesrammen.

Inspireret af forbrugernes stigende forventning til, at alt hvad der har med deres kroppe og sind at gøre kan fikses, fysioterapeuternes virkefelt i form af bevægeapparatet og analogien mellem kroppen og maskinen har vi valgt at arbejde indenfor begreberne:

VIRKER (jeg er rask) – VIRKER IKKE (Jeg er syg). I modsætning til "syg og rask" kan disse begreber gradbøjes og nuanceres, som de afspejler virkeligheden og i særdeleshed fremtidens praksis indenfor sundhedsområdet: JEG VIRKER BEDRE eller JEG VIRKER IGEN.

## Det historiske sundhedsmarked



Ser man på det historiske sundhedsmarked ud fra denne forståelsesramme, så opererede det udelukkende i nedre halvdel af modellen – dér hvor det handlede om, at hvis man ikke virkede så fik man BEHANDLING (blev repareret) og fik evt. tilbudt GENOPBYGNING i form af genoptræning, så man kunne komme til at virke igen. Hvis man derimod virkede, så var alt godt og man havde ingen kontakt med sundhedsmarkedet, for sundhed spillede ingen rolle i tilværelsen, fordi man ikke havde noget motiv for at have noget med sundhedsmarkedet at gøre.

Selvom det ikke er mere end et par årtier siden, at dette var virkeligheden indenfor sundhedsopfattelsen og sundhedsmarkedet, så er der sker meget siden da. Faktisk er sundhed nok det område i Danmark (sammen med teknologi), som har undergået de mest voldsomme forandringer og hvor forbrugerne har ændret mest markant adfærd i nyere tid.

## Det nutidige sundhedsmarked

Det aktuelle sundhedsmarked, som vi kender det og forstår det, er udover at være præget af teknologisk udvikling, som muliggør nye behandlinger og behandlingsmetoder, der konstant forbedres og udvikler sig, kendetegnet ved, at FOREBYGGELSE for alvor er blevet en dimension, som er afgørende for forståelsen af sundhedsmarkedet.

Det er ikke fordi det traditionelle sundhedssystem ikke har forsøgt at få forebyggelse på agendaen længe før, men FOREBYGGELSE blev først virkelighed den dag forbrugerne/patienter og borgere begyndte at beskæftige sig med at undgå sygdom og sikre, sig, at de fortsat VIRKER. Denne ændrede adfærd kom ikke fra den ene dag til den anden. Den ændrede adfærd kom i takt med, at såkaldte "livsstilssygdomme" udgjorde en større og større andel af sundhedsudgifterne, Danmark blev ramt af fedme-bølgen, stress blev en "folkesygdom", der blev flere kronisk syge<sup>3</sup>, som øgede behovet for forebyggelse og demografien talte sit ydelige sprog i form af en aldrende befolkning.

Dette afstedkom et voksende fokus på forebyggelse fra sundhedssystemets side, og det var også her, at det gik op for forbrugerne/patienterne og borgerne, at det, de allermost risikerede at blive syge af eller dø af ikke længere var udefrakommende sygdomme eller påvirkninger, men deres egen livsførsel. Ups, det var straks værre og når vi tilmed lever længere, så var det jo i stigende grad forbrugerens eget ansvar og potentielt også egen skyld, hvis de ikke holdt sig sunde og raske så længe som overhovedet muligt. Dette skabte det store adfærdsskred hen imod stigende fokus på forebyggelse.

Sundhedsopfattelsen ændrede sig ved indgangen af det nye årtusinde. Sundhedsproblemer, som hidtil var blevet oplevet som luksusproblemer (bare man mekanisk virker) blev nu opfattet som reelle sundhedsproblemer, der skulle tages hånd om, fordi sundhedsopfattelsen flyttede sig fra at handle om at virke rent mekanisk/fysisk til at virke hele vejen rundt (dvs. bl.a. også mentalt og socialt) og virke i en sådan grad, at risikoen for ikke at være (blive syg) blev minimeret. Det var en mere holistisk sundhedsopfattelse.

Dette resulterede i, eller skete parallelt med, at accepten af skavanker blandt forbrugerne faldt til nærmest nul-tolerance. Det gjorde den, fordi det blev oplevet som helt centralt og fordi det var muligt (både behandlingsmæssigt og økonomisk) at blive repareret. Det gjaldt den fysiske sundhed, den mentale og sågar den æstetiske, at der udviklede sig en holdning om, at det der ikke virkede eller man ikke var tilfreds med, kunne fikses.

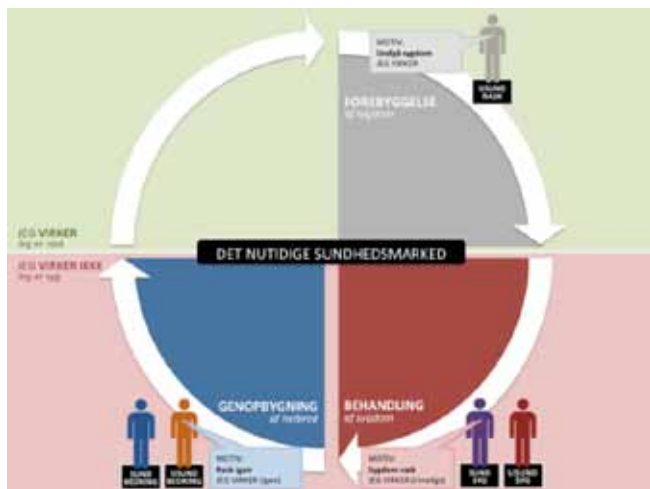
Det var nok ikke tilfældigt, at det var nøjagtig samtidig, at private sundhedsforsikringer blev en mulighed for de danske arbejdspladser og deres medarbejdere og for

3 Pga. befolkningens alderssammensætning, flere livsstilssygdomme, større bevidsthed om psykiske diagnoser mm.



alvor begyndte at spille en rolle for danskernes sundhedsmuligheder og for sundhedssystemet generelt.

## På vej mod det fremtidige sundhedsmarked



Vi står på tærsklen til 2012 og ved godt, at der fortsat sker store udviklinger og bevægelser på sundhedsmarkedet. Allermest centralt er det, at sundhedens rolle i tilværelsen, i forbrugernes og borgerne liv, ændrer sig markant. Fra at være noget, der primært hørte privatlivet og fritiden til og noget, som primært optog forbrugernes, når der var noget galt med helbredet, har sundhed indtaget en yderst central rolle i forbrugernes liv, på arbejdspladserne og i samfundet.

### Hvad er sundhed?

Sundhedsmarkedet er et marked i markant vækst, og der synes ikke at være noget tegn på at det vil ændre sig foreløbig. Vi vil se lidt nærmere på hvad sundhedsmarkedet egentlig dækker over for at blive i stand til at definere det private sundhedsmarked.

Ifølge WHO er sundhed en tilstand af fuldkommen fysisk, mentalt og socialt velvære – ikke kun fravær af sygdom. Sundhed er således mere end blot det, at man ikke er syg. Og man kan sågar tale om grader af sundhed<sup>4</sup>. Med dette udsagn har man forsøgt at give sundhedsbegrebet et selvstændigt, positivt indhold ved at knytte det til velvære på alle planer i menneskelivet, og med definitionen fremhæves ønsket om at fremme et offensivt helhedssyn på medicinens og sundhedstjenestens opgaver<sup>5</sup>. Erklæringen blev i sin tid udformet som

4 The bibliographic citation for this definition is: Preamble to the Constitution of the World Health Organization as adopted by the International Health Conference, New York, 19 June - 22 July 1946; signed on 22 July 1946 by the representatives of 61 States (Official Records of the World Health Organization, no. 2, p. 100) and entered into force on 7 April 1948. The definition has not been amended since 1948 (<http://www.who.int/suggestions/faq/en/index.html>)

5 WHO's definition er kritiseret for at være verdensfjern, fordi det er de færreste, som kan opnå at være sunde ud fra denne definition. Derudover peges der på, at det snarere er en definition af lykke end sundhed ([http://www.denstore-danske.dk/Samfund,\\_jura\\_og\\_politik/Filosofi/Menneskets\\_grundvilk%C3%A5r/sundhed](http://www.denstore-danske.dk/Samfund,_jura_og_politik/Filosofi/Menneskets_grundvilk%C3%A5r/sundhed)).

spydspids mod den dominerende tendens indenfor moderne medicin, som den teknologisk orienterede, reparerende virksomhed<sup>6</sup>. Tidligere var lægevidenskabens rolle således ikke at transformere menneskelige egenskaber og evner, men at genskabe tabt normalitet. Kroppen havde sine naturlige normer, sygdom var tab af disse normer, og lægelige interventioner søgte at kurere patologier og forbedre afvigelser fra generelt accepterede funktioner blandt andet ved at genskabe normerne eller imitere dem. Formålet med indgreb var, at man derved kunne helbrede eller behandle individet, således at det ville være i stand til at udleve sit naturlige liv på en måde, der nærmede sig det normale<sup>7</sup>. Med WHO's definition af sundhed tages der afstand til denne "fysiske reduktionisme", hvor sygdom var reduceret til kropslige dysfunktioner, og hvor de sociale, psykologiske og adfærdsmæssige dimensioner af sygdom ikke var inkluderet<sup>8</sup>.

På græsk hedder sundhed *hygieia* (hygiejne), og i den græske mytologi er navnet på sundhedens gudinde *Hygieia*. Hun er datter af *Asklepios*, lægekunstens gud. Det har altid været naturligt at se sundhed i nær forbindelse med lægedom og sygdom. Sundhed står således i modsætning til sygdom og sund synes traditionelt set at være ensbetydende med rask<sup>9</sup>.

Men når man taler om at være "sund og rask", er det ikke en tautologi, dvs. et overflødig dobbeltudtryk, for man kan godt være rask uden at være sund, og man kan være sund uden at være rask. Den influenzaramte er syg uden nødvendigvis at være usund. Forbigående sygdom er ikke i sig selv udtryk for dårlig sundhed. Heller ikke vedvarende sygdom behøver at være ensbetydende med usundhed.

F.eks. kan en patient, der sidder i kørestol, en patient, der har allergi, og en patient, der får hormontilskud for nedsat stofskifte, være sunde. Omvendt opfattes den overvægtige ryger, der let bliver forpustet, som usund uden at være syg.

Selvom sundhedsbegrebet i dag er meget bredt, så giver det stadig mening at forstå sundhed også som fravær af sygdom. Det er der flere gode grunde til. Sygdom er en umiddelbar manifestation af manglende sundhed. Sygdom kræver konkret handling i form af behandling, pleje og omsorg. Manglende sundhed, der ikke har givet sig udslag i sygdom, er en mere abstrakt tilstand, hvor handling i form af sundhedsfremme ikke nødvendigvis giver samme synlige resultater som sygdomsbehandling.

En anden væsentlig grund til den traditionelle fokusering på sygdom er, at det også er svært at måle sundhed. Det

6 <http://www.leksikon.org/art.php?n=1089>.

7 Nikolas Rose: "Livets politik - biomedicin, magt og subjektivitet i det 21. århundrede", 2009.

8 Peter E. S. Freund, Linda S. Podhurst, Meredith B. McGuire: "Health, Illness and the Social Body: A Critical Sociology", 2002.

9 Den store danske encyklopædi [http://www.denstore-danske.dk/Samfund,\\_jura\\_og\\_politik/Filosofi/Menneskets\\_grundvilk%C3%A5r/sundhed](http://www.denstore-danske.dk/Samfund,_jura_og_politik/Filosofi/Menneskets_grundvilk%C3%A5r/sundhed).

er betydelig enklere at måle tilstedeværelsen af forholdsvist veldefinerede sygdomme som lungekræft og sukkersyge eller funktionstab, som medfører førtidspension eller sygefravær.

## Rask eller syg – det private eller det offentlige?

Det danske sundhedsvæsen er en meget integreret del af den danske velfærdsmodel, hvilket betyder at det som udgangspunkt i det danske samfund skal være alle for rundt at blive behandlet når der er syge. Udgangspunktet er således at det er gratis at blive behandlet for sygdom, dvs. det er gratis at gå til lægen og det er gratis at komme på hospitalet. Når det er sagt er der dog en masse områder hvor patienterne selv skal betale, som f.eks. for psykologhjælp, tandlægebehandling mm. Har man i Danmark en kronisk sygdom eller er man kommet ud for et ulykke er rehabiliteringen også typisk noget der bliver betalt af det offentlige.

Som udgangspunkt har det været sådan, at er du syg betaler det offentlige, og er du egentlig rask, ja så skal du selv betale. Det betyder, at jo mere vi bevæger os over mod det mere forebyggende og livsstilsorienterede sundhedsforbrug, i jo højere grad skal patienterne/forbrugerne selv betale.

Der sker en række opbrud i disse strukturer:

- \* Med det stigende fokus på at øge befolkningens generelle sundhedstilstand og forebyggelse er der en øget tendens til at det offentlige tilbyder gratis ydelser indenfor en lang række af disse områder. Først og fremmest indenfor KRAM områderne (Kost – Rygning - Alkohol - Motion).
- \* Parallelt med dette er der en tendens, der går i hvad der kunne synes at være den modsatte retning, nemlig en tendens til at der opstår private tilbud indenfor stort set alle områder. Fra egentlig lægelig behandling via privathospitaler og klinikker til forskellige forebyggende eller supplerende behandlinger.

## Sundheden er både samfundets og ens eget ansvar

Den tankegang, at de fleste tilfælde af sygdom skyldes et usundt miljø og usunde levevaner og derfor kan undgås, har vundet frem i den vestlige verden, ikke mindst i sidste halvdel af 1900-tallet. Sygdom ses dermed ikke som et udtryk for uheld eller vanskæbne, og sundhed bliver både samfundets og i endnu højere grad den enkeltes ansvar.

Gennem sundhedsfremme søger individet og samfundet at øge den enkeltes evne til at undgå at blive syg, f.eks. gennem motion, sund kost, rygeophør eller tryghed i ansættelse.

Samfundet forpligtes og berettiges derved til at sætte ind med sundhedsbevarende foranstaltninger inden for

f.eks. arbejds- og boligmiljø og sygdomsforebyggelse. Den enkelte får medansvar for sin egen sundhed. Forfølges tankegangen, kan det blive den ansvarlige borgers pligt at holde sig sund, og sygdom anskues som resultatet af forkert adfærd. Ord som livsstilssygdomme opstår. Den enkelte bliver skyld i sin sygdom, og den syge betragtes som skyldig eller endog syndig.

Selvom officielle anbefalinger udformes mere moderat, spores der en nypuritanisme eller nymoralisme, hvor f.eks. den overvægtige, den tobaksafhængige, den stofmisbrugende, alkoholisten og patienten med aids fordømmes og stemples som uansvarlig (stigmatiseres). Der ses tillige en tendens til, at behandling af patienter, som er usunde eller har en usund og risikobetonet livsstil, f.eks. misbruger alkohol eller tobak, prioriteres lavere, og der er et stigende antal eksempler på, at sygdomsbehandling endog nægtes disse patienter. Det bliver også i stigende grad både normalt og accepteret, at forsikrings-selskaber og arbejdspladser kan indhente viden om det enkelte individs sundhedstilstand.

## Det offentliges sundhedsinteresse

I 1985 fremhævede WHO's rådgivende komité for sundhedsforskning: "Sygdom er ikke en uundgåelig del af den menneskelige tilværelse. Undtagen når den er opstået ved graviditet, skyldes sygdom principielt usunde levevaner og kan derfor undgås, såfremt man kan ændre disse vaner". Dette afspejler en udbredt tiltro til, at mange eller de fleste sygdomme kan forhindres i at opstå, og at udgifterne til sundhedsvæsenet kan reduceres, hvis man kan få folk til at spise det rigtige, motionere, lade være at ryge osv.

I en undersøgelse fra Sundhedsstyrelsen har man fundet at 30 % af den danske befolkning over 18 år har en af 5 udbredte kroniske sygdomme<sup>10</sup>. Tal fra 2010 viser at 47 % af den voksne danske befolkning er overvægtige (BMI>25) og ca. 13 % er svært overvægtige (BMI >30)<sup>11</sup>.

Så der er behov for en stor indsats på sundhedsområdet og ikke mindst på hele det forebyggende område. Og der er dermed også et langsigtet økonomisk incitament fra det offentliges side til at gå aktivt ind i forebyggelse.

Statens Institut for Folkesundhed har gennemført en række projekter til belysning af sundhedsforhold i Danmark, bl.a. ved store spørgeskemaundersøgelser. Instituttets undersøgelser og publikationer har haft stor betydning for den danske debat om sygdomsforebyggelse og sundhedsvæsen. Konkret har det haft stor betydning for det offentliges forebyggende arbejde og sundhedsfremme, herunder de statslige forebyggelsesprogrammer.

Der bliver således fra offentlig side i dag brugt en del ressourcer på sundhedsfremme og forebyggelse. Først og fremmest ved konkrete tilbud og rådgivning.

<sup>10</sup> Diabetes, hjerte-kar sygdomme, kronisk lungesygdomme, psykisk sygdom og knogleskørhed/leddegigt.

<sup>11</sup> Berlingske Tidende den 3.12.2011, Fri.

Behovet for at styre udgifterne til sundhedssektoren har givet forskellige former for sundhedsoplysning, idet man håber at kunne forebygge en række sygdomme. Men trods store sundhedskampagner<sup>12</sup> og andre sundhedsfremmende initiativer findes der stadig omfattende folkesundhedsproblemer i den danske befolkning.

## Sundhedsprofessionerne har ikke længere monopol på sundhed

Den øgede fokusering på sundhed påvirker forholdet mellem befolkningen og sundhedsvæsenet. Mens patienter for blot få årtier siden var objekt for behandlingen, og den primære opgave var at følge den foreskrevne behandling, tager patienter nu i stigende grad ansvaret for behandling og sundhed, bl.a. ved at søge oplysninger om sygdom, behandlingsmuligheder og sundhedsfremme på Internettet og ved hjælp af second opinion muligheder.

I takt hermed ændres sundhedsprofessionernes rolle til at blive mere og mere konsultativ i forhold til patienterne. Dette stiller stigende krav til sundhedsformidling på alle niveauer og inden for alle områder af sundhedsvæsenet og blandt alle aktører på hele sundhedsområdet.

Sundhedsprofessionernes monopol på indsigt og kompetence, lader sig stadig vanskeligere opretholde og det er givet, at patienterne hyppigere sætter spørgsmålstegn ved den behandling og rådgivning, de tilbydes. Det hastigt stigende antal formelle patientklager over sundhedsvæsenets indsats er et af udtrykkene for denne udvikling lige som forbrugernes og patienternes tilbøjelighed til at søge andre behandlingsformer også udenfor landets grænser er det.

Et andet udtryk er den stigende brug af alternativ behandling, der afspejler en kløft mellem sundhedsvæsenets dominerende biomedicinske sygdomsbegreb og befolkningens forestillinger om sundhed og sygdom, hvor et helhedssyn på krop og sjæl og en tro på, at man selv spiller en vigtig rolle for helbredelse, er centrale elementer.

Stadig større dele af befolkningen lever med kroniske sygdomme, funktionshæmninger og aldersproblemer. Det hænger dels sammen med, at der bliver flere ældre, dels med forbedrede behandlingsresultater af f.eks. kræft, hjerte-kar-sygdomme og sukkersyge, som gør, at flere overlever med disse sygdomme.

12 Aktiviteterne har som regel bestået i en bredspektret indsats med elementer som oplysningskampagner, tilbud om helbredsundersøgelse, sundhedsfremmetiltag på arbejdspladser, i skoler og institutioner, samarbejde med fødevarereproducenter, restauranter og detailhandelnde om mere fedtfattige produkter, medieomtale mv. Sundhedsoplysning synes dog at prelle af på store befolkningsgrupper, der på trods af den givne information fortsat vælger en risikobetonet livsstil, f.eks. rygning. Det har uden tvivl også betydning, at tilliden til sundhedsoplysningen svækkes, fordi der i tidens løb har været overdreven eller direkte modstridende oplysninger om, hvad der gavner eller skader sundheden, især hvad angår ernæring og kosttilskud.

## Virksomhedernes sundhedsinteresse

Der er i dag en udbredt opfattelse af at det kan betale sig for virksomhederne at fokusere på sunde medarbejdere.

For blot få år siden var den enkeltes sundhed overvejende en privat sag. I dag er det under opbrud. Flere og flere virksomheder har sat fokus på deres medarbejders sundhed og har erfaret, at der er en frugtbar vekselvirkning mellem sundhed, trivsel, arbejdsmiljø og produktivitet<sup>13</sup>.

Der er forskellige forklaringer på denne trend. For det første er der kommet en bredere erkendelse af betydningen af gode kostvaner, tobak og alkohol for sundhedstilstanden, lige som mange virksomheder har erfaret, at forskellige sundhedsfremmende tilbud til medarbejderne bidrager til en øget medarbejdertilfredshed og dermed direkte og indirekte kan fremme motivation og produktivitet på virksomheden. Yderligere er der muligheden for at nedbringe sygefraværet ved at forbedre medarbejdernes sundhed og trivsel. Sunde medarbejdere har derudover ofte en positiv indflydelse på virksomhedernes image udadtil.

Der har specielt i de senere år været en masse initiativer fra virksomhedernes side for at øge medarbejdernes sundhed. Ved f.eks. sunde mad/kantineordninger, gratis frisk frugt, vand fremfor sodavand, mulighed for motion og sundhedstjek, at støtte motion økonomisk, diverser foredrag og arrangementer omkring sundhed, rygestoptiltag osv. I dag har stort set alle virksomheder, offentlige og private, en eller anden form for sundhedsordning for medarbejderne. Det kan være alt fra frugt og motionsrum til massage, sundhedstjek og sundhedsforsikringer.”

Derudover har der været en kraftig vækst i virksomhedsbetalte sundhedsforsikringer som et direkte udtryk for, at man her har med et område at gøre, som flere og flere virksomheder prioriterer højt.

Virksomhedernes politik og tilbud på sundhedsområdet bliver i høj grad fremhævet, når der skal rekrutteres medarbejdere – og opleves ofte af medarbejderne som et medarbejdergode.

## Sundhed er ikke længere et privat anliggende

Virksomhedernes interesserer sig i dag meget bredt for medarbejdernes livsstil. Det er ikke nyt, at virksomheder interesserer sig for medarbejdernes helbred. Men interessen har tidligere primært handlet om arbejdets og arbejdsmiljøets påvirkning af medarbejderne. Ligesom området har været og er reguleret af Arbejdsmiljøloven.

Det er til gengæld relativt nyt, at virksomhederne interesserer sig for medarbejdernes livsstil og dermed for

13 En sammenhæng som senest også er videnskabeligt dokumenteret.

mere end det, der foregår på arbejdspladsen. Traditionelt har forebyggelse og sundhedsfremme været en sag for privatlivet og det offentlige sundhedsvæsen, som har sin egen lovgivning.

På arbejdspladserne har arbejdsmiljøet traditionelt haft sin egen organisation, mens aktiviteter til fremme af en sund livsstil har hørt under HR eller personaleafdelingen på linje med sociale aktiviteter.

Der er en generelt stigende erkendelse af at arbejdsliv og privatliv hænger sammen. Ligesom der er en stigende erkendelse af, at det psykiske arbejdsmiljø spiller en mindst lige så stor rolle som det fysiske, og at ledelsen er den, der påvirker det psykiske arbejdsklima mest både i den ene og den anden retning<sup>14</sup>.

For den enkelte hænger arbejdsliv og privatliv sammen, og livsstil og arbejdsmiljø påvirker uundgåeligt hinanden. Når vi går på arbejde, medbringer vi, hvad vi har af fysisk og psykisk styrke og svaghed, sundhedsadfærd, overbevisninger, erfaringer, værdier, normer, forventninger. Der er en meget mere udbredt opfattelse at se virksomhederne som en slags arena for forebyggelse og den sundhedsfremmende indsats.

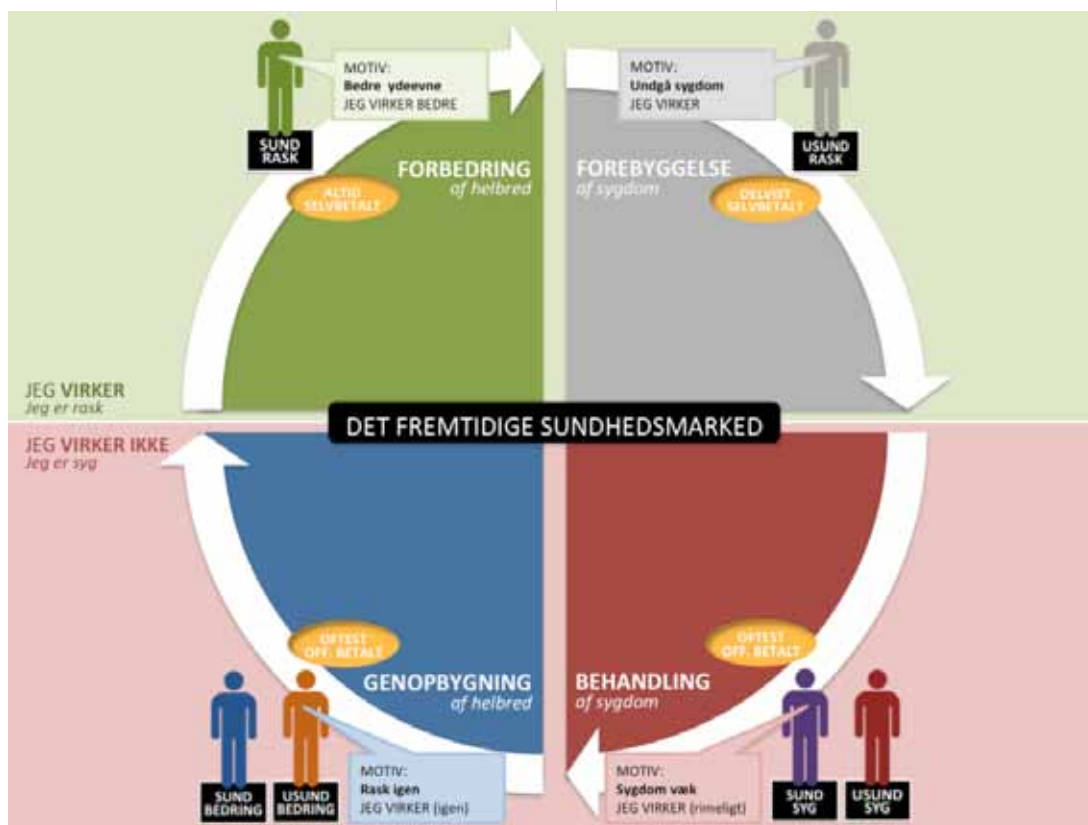
## Et bredere sundhedsbegreb

Udtrykket; "en sund sjæl i et sundt legeme" syntes at give mere mening end nogensinde og vil komme til at præge sundhedsmarkedet nu og fremover i form af fag-/brancheglidninger og samarbejder på tværs af traditionelle skel og opdelinger.

De helt afgørende forandringer, der er i gang på sundhedsmarkedet er, at fokus er ved at flytte sig fra forebyggelse til decideret forbedring og optimering af helbredet uagtet man ikke er syg. Der er væsentlig mere fokus på at styrke, forbedre og optimere de ressourcer man har. Enten med fokus på de fysiske eller psykiske kompetencer, eller ideelt begge samtidig. Altså optimere den individuelle ydeevne og præstationsmuligheder i tilværelsen. Hvordan kan man øge sin kapacitet og performance på jobbet, i sportens verden, i familien som far?. Hvordan man kan styrke og forbedre sin personlighed? Alt sammen i erkendelse af, at jo mere toptunet man er, jo større præstationer, jo mere energi og jo større oplevelser er man i stand til at få som individ, og jo mere får man potentielt set ud af livet. Det vil altså sige sundhed, der intet har med sygdom at gøre.

Sundhedsbegrebet dækker i dag hele spekteret fra AT VIRKE bl.a. i form af forebyggelse til at man IKKE VIRKER og skal behandles, til at man VIRKER IGEN evt. efter genoptræning, til at man VIRKER BEDRE fordi man arbejder målrettet på at forbedre sit helbred uden overhovedet at være syg.

Sundhedsmarkedet er ved at løsrive sig fra sin tilknytning til sygdom.



<sup>14</sup> Lighthouse Cph for Falck Healthcare 2011.

## Definition af det private sundhedsmarked

Denne analyses ærinde er at forstå det private sundhedsmarked, forbrugernes behov når det gælder sundhed for herigennem at kunne identificere fremtidige udviklingsmuligheder for de danske fysioterapeuter.

Derfor anlægger vi et markedsorienteret perspektiv i den måde vi definerer og afgrænser det "private sundhedsmarked" på.

Det danske sundhedsmarked er dog skruet sådan sammen, at der naturligvis er nogle ydelser, som er 100% betalte af det offentlige og andre, der er 100% selvbetalte. Ind imellem disse rene finansieringer er der en meget stor grad af interaktion, samarbejde og udligning mellem det offentlige og de private udbydere. En selvstændig privat praktiserende fysioterapeut udfører f.eks. vederlagsfri fysioterapi overfor nogle klienter – en ydelse som dermed er betalt 100% af det offentlige. Han/hun udfører også henviste fysioterapibehandlinger under overenskomst med en vis andel egen betaling og endelig udfører fysioterapeuten 100% selvbetalte behandlinger. For at sikre, at analysen ikke fortaber sig i udligningsordninger og egenbetalingsandele, men hele tiden anlægger et efterspørgselsorienteret perspektiv, har vi valgt at definere det private sundhedsmarked som det marked, hvor patienten/kunden/virksomheden betaler sin/medarbejderens behandling selv. Dvs. dér hvor patienterne/kunderne/virksomhederne selv skal gribe til lommerne og betale hele eller dele af beløbet for en behandling eller anden ydelse.

**DEFINITION:**  
**PRIVAT SUNDHEDSMARKED**  
=  
**Selvbetal af privatperson eller virksomhed, både med og uden tilskud fra det offentlige**

Analysen anlægger dette perspektiv ud fra den betragtning, at det Danske Fysioterapeuter skal kæmpe om er forbrugernes/husholdningernes/virksomhedernes rådighedsbeløb og budgetter, uanset om der er tale om tilskud eller ej. Det er penge der skal op af lommen, som ellers ville kunne bruges til noget andet eller blive i lommen. Derudover er det også en definition, der afspejler virkeligheden på det danske marked for private sundhedsydelser.

I yderste instans og på længere sigt, hvis Danske Fysioterapeuter fortsætter deres fremmarch på det private sundhedsmarked, indeholder den ideelle definition ikke tilskudsberettigede behandlinger, men er derimod: Køb af sundhedsydelser, der er 100% selvbetalt af privatperson

eller dennes virksomhed, uden tilskud fra det offentlige<sup>15</sup>. Ydelser, som bliver betalt via enten private sundhedsforsikringer eller virksomhedsordninger er en central del af det private sundhedsmarked. For selvom det måske ikke er kunden/patienten, der betaler, så er der ikke tale om en "free lunch" som er offentligt finansieret, men om, at ydelsen er betalt og distribueret gennem en sundhedsordning.

At benytte sig af en privatkøbt sundhedsydelse betyder på ingen måde, at kunderne/patienterne ikke benytter sig af offentlige sundhedsydelser. Den selv-købte ydelse kan enten være et supplement til den offentlige ydelse, det kan være en behandling man vælger "at toppe" den offentlige behandling op med eller det kan være en ydelse, som man ikke kan eller ønsker at få fra det offentlige.

## Opsummering Sundhedsmarkedet

Sundhedsbegrebet et i dag meget bredt og dækker snart sagt det meste der er positivt, rart, gør noget godt, forebygger eller behandler fysisk eller mentalt eller i forening.

Sundhedsmarkedet er et marked i markant vækst – en vækst der i høj grad er drevet af en professionalisering og af de mange private udbydere og aktører. Men det er først og fremmest drevet af øgede og ændrede behov og krav fra patienternes og forbrugernes side.

På både det offentlige og det private sundhedsmarked er der en langt større fokusering på livsstil og forebyggende adfærd og behandlinger. Dette afspejler sig i en eksplosiv vækst af tilbud, muligheder, aktiviteter mm. Herunder også en aktiv indsats og fokusering fra det offentlige side. Det er bl.a. drevet af en øget viden og erkendelse af at forebyggelse forhindrer mange sygdomme, giver øget aktivitet, livskvalitet og velbefindende. Alt sammen ting der kan give besparelser i det offentlige sundhedssystem. Både offentlige og private virksomheder er aktive medspillere på at øge fokuseringen på sund livsstil og forebyggelse.

Fokus på forebyggelse og livsstil er i høj grad også drevet af et oplevet øget behov og efterspørgsel fra forbrugere selv. Forbrugere vil gerne have mere sundhed, bedre sundhed og ikke mindst sundhed der passer til netop dem og deres specifikke behov.

Netop fordi både det offentlige sundhedssystem, de private virksomheder og ikke mindst forbrugere selv for alvor har erkendt vigtigheden af at fokusere på sundhed og forebyggelse, og dermed efterspørger det – oplever vi den markante vækst i udbud og i aktører.

Det private sundhedsmarked er meget heterogent, svært gennemsigtigt og regulerbart og de samme ydelser tilbydes på mange forskellige måder og i mange forskellige forklædninger.

<sup>15</sup> Dette vil blot kræve nogle særkørsler hos Dansk Statistik når det gælder værdiansættelse af sundhedsmarkedet.

Der er generelt en stigende professionalisering på sundhedsområdet, og der stilles større krav. Forbrugere er blevet mere krævende og kritiske, og angriber deres egen sundhed mere professionelt. Teknologien giver netop forbrugere en efterspurgt mulighed for en langt større gennemsigtighed på såvel udbydere som tilbud på markedet. Det markante fokus på sundhed i mediebilledet samt de mange aktive patient- og interesseforeninger er i høj grad med til at understøtte dette.

Der er en generel tendens på sundhedsmarkedet til, at udbuddet individualiseres. Og det er en tendens som man ser både indenfor de mere behandlingsfokuserende kliniske og lægelige områder, og inden for forebyggelse og livsstilsorienterede tilbud. Der er tilbud der kan løse ethvert problem, til en helt specifik målgruppe på lige den måde som man helst vil have.

## Udbydere på sundhedsmarkedet

### Struktur og spillere på det private sundhedsmarked

Når man dykker ned i det private sundhedsmarked og ser nærmere på de forskellige udbydere viser det sig hurtigt, at man har stukket hovedet ind i en hvepsere. I et marked, som man som patient/forbruger/kunde formoder er kendetegnet ved ordnede forhold, systematik og dokumentation, hersker totalt anarki og lovløse tilstande.

De forskellige spillere interagerer på kryds og tværs og har indbyrdes relationer. Lægerne henviser til fysioterapeuten, der er læger ansat i de private sundhedscentre, der er sygeplejersker ansat hos forsikringsselskaberne, der er kostvejledere og fysioterapeuter hos fitnesscentre.

Derudover kan det være svært at skelne ydelser fra hinanden. Set fra forbrugernes/patienternes synspunkt, kan man få det samme, eller næsten det samme mange forskellige steder. Du kan f.eks. få et sundhedstjek hos din akupunktør, din læge, hos Falck Healthcare, en Bodyage test hos Chris MacDonald, et helsetjek udført af sygeplejersker hos NurseCare, hos Hjerteforeningen, hos fysioterapeuten, gennem sundhedsforsikringen eller i et privat sundhedscenter. Det er et marked, der mere end nogensinde er præget af et virvar af meget forskellige udbydere og strukturer der er under opløsning og forandrer sig markant i disse år.

Et marked med forskellige grader af professionalisme, organisering og kommerciel tilgang. Et marked med spillere og aktører der har interaktion og særinteresser på kryds og tværs. Et marked, hvor alle udbydere under en eller anden form sælger "sundhed", men sælger det på mange forskellige måder, med forskelligt fokus, kvalitet og indhold. Et marked hvor rigtig mange sælger det samme, kun med forskelle i oplevelse, iscenesættelse, attitude eller tilgange.

Der er mange måder at vurdere og kategorisere udbydere indenfor det private sundhedsmarked på. I boksen ses dimensioner, som alle er relevante i vurderingen af de forskellige udbydendes rolle og positioner på markedet.

Rask	→	Syg
Forebygge	→	Kurere
Lindre	→	Behandle
Fysisk	→	Mentalt
Åndelig	→	Funktionel
Ydre skønhed	→	Indre velvære
Certificerede behandlinger	→	Alternative behandlinger
Dokumentation	→	Ikke dokumentation
Rettet mod private	→	Rettet mod virksomheder
Egen betaling	→	Forsikringsbetalt
En behandling	→	En ydelse
Engangs behandling	→	ebehandlingsforløb
Noget man går til	→	Andre former for tilbud
Behandling	→	Selvbehandling
100 % egen betaling	→	Delvis egen betaling
One off ydelse	→	Abonnement
Offentlig (betalings)	→	Privat

Ihukommende analysens ærinde er der i udbyderanalysen valgt en tilgang, som handler om udbydernes nærhed til fysioterapien, da det er fysioterapeutiske ydelser og fremtidige muligheder for fysioterapien, der er analysens fokus.

Derudover har vi også foretaget nogle fravalg af udbydere, som vi ikke mener har afgørende betydning eller relevans for analysens konklusioner ligesom vi har samlet udbydere i grupper og klynger for at udbyderanalysen indeholder et håndtærligt antal udbydere.

### Udbydermodellen

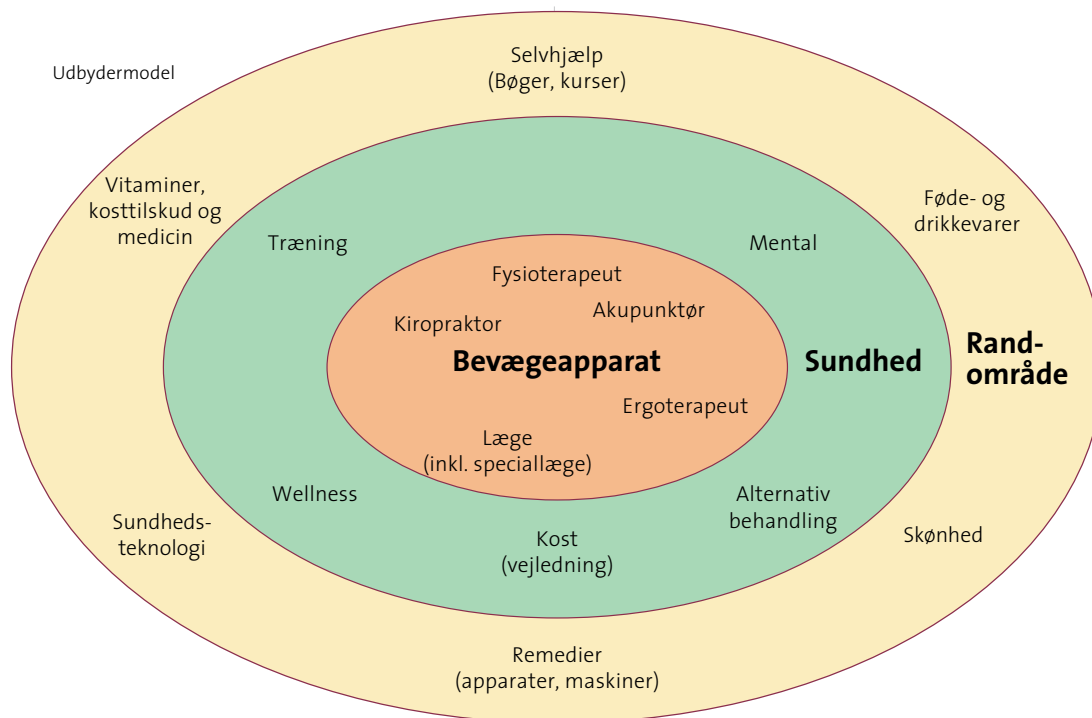
Som det kan ses af nedenstående udbydermodel arbejder vi med tre lag af udbydere. I det inderste lag, i modellens kerne har vi med udbydere at gøre, som alle tilbyder behandlinger og ydelser, der har med bevægeparatet at gøre.

I dette inderste lag har vi:

- \* Fysioterapeuter
- \* Kiropraktorer
- \* Ergoterapeuter
- \* Akupunktører
- \* Læger (inkl. Speciallæger m.v.)

I andet lag indgår ikke enkeltudbydere, men grupper af udbydere af sundhedsydelser i form af:

- \* Udbydere indenfor mental sundhed (psykologier, psykiatere, meditation, mindfulness)
- \* Udbydere indenfor alternativ behandling (diverse alternative behandlere)
- \* Udbydere indenfor kost (diætister og andre kostvejledere)
- \* Udbydere indenfor træning (fitnesscentre)
- \* Udbydere indenfor wellness (wellness og spa udbydere)



I tredje lag er det hverken enkeltudbydere eller grupper af udbydere, men derimod det vi vælger at kalde klynger af udbydere som alle befinder sig i randområdet af sundhedsmarkedet. Disse er medtaget, fordi de udgør en del af det private sundhedsmarked som skal forstås og tages alvorligt. De er også medtaget, fordi det ofte er netop fra randområderne, at de store forandringer og nytænkning kommer af den simple årsag, at etablerede udbydere ofte tænker netop som etablerede udbydere. Bobler i randområdet af sundhedsmarkedet:

- \* Fødevarer og drikkevarer med sundhedseffekt
- \* Skønhed (den del af markedet for skønhed, som hænger naturligt sammen med sundhed, wellness og træning)
- \* Remedier (i form af motionsapparater, farmaceutiske apparater m.m.)
- \* Teknologi (apps, målere, hjemme-analyser)
- \* Selvhjælp (bøger, film, kurser)

## Udbyderanalyse

Med udgangspunkt i udbydermodellen foretages på de efterfølgende sider en beskrivelse af de forskellige udbydere. Hensigten med beskrivelsen er at få en forståelse for dimensioner som:

- \* Hvilke spillere der er på markedet og hvor på markedet de befinder sig
- \* Hvad der kendetegner disse spillere (med udgangspunkt i offentlig tilgængelig information og altså det forbrugerne/kunderne orienterer sig efter)
- \* Hvilke ydelser de er på markedet med
- \* Priser<sup>6</sup> eller prisstruktur
- \* Tendenser. Hvad sker der af bevægelser indenfor udbyderen/gruppen?

- \* Strategiske alliancer og distributionskanaler
- \* Kommercielle tips, tricks og ideer

Derudover markeres ved hver enkelt udbyder, i hvor høj grad udbyderen bevæger sig indenfor de fire strategiske områder på sundhedsmarkedet:

- \* FOREBYGGELSE
- \* BEHANDLING
- \* GENOPBYGNING
- \* FORBEDRING

Vurderingen af aktivitet indenfor ovenstående fire områder er en vurdering baseret på tilgængelig information og generel viden om sundhedsmarkedet. Der er tilbøjelighed til, at samtlige udbydere hævder, at de kan redde verdenssituationen indenfor stort set alle områder. Derfor tillader vi os at sortere lidt i, hvad der hævdes og, hvad sund fornuft og almindelig erfaring fortæller. De enkelte udbydere vurderes ud fra, i hvor høj grad de er kendetegnet ved høj, mellem eller lav aktivitet indenfor det pågældende område.

Formålet med udbyderanalysen er for det første at bidrage til en samlet forståelse for det private sundhedsmarked, men derudover at indhente oplysninger om potentielle samarbejdspartnere, alliancer og inspiration i forhold til, hvad der findes af strategiske muligheder for fysioterapeuterne. Selvom fysioterapeuterne fagligt er og altid vil være milevidt fra de mere utraditionelle udbydere, så kan man jo sagtens lære af deres evne til at italesætte udbyttet af deres ydelse, af deres evne til at skabe nye ydelser ved hjælp af tværfaglighed eller en nytænkende abonnementsstruktur. Fysioterapeuterne indgår kortfattet i beskrivelsen, idet Lighthouse Cph ikke er ligeså meget eksperter i fysioterapeuter, som Danske Fysioterapeuter formodes at være. Grunden til, at fysioterapeuter er medtaget er ganske enkelt, at give læseren mulighed for at benchmarke fysioterapeuterne i forhold til andre udbydere.

16 Afhængig af tilgængelig information.



## Sundhedsydelse med udgangspunkt i bevægeapparatet

---



## Fysioterapeuter

### Beskrivelse og profil

Omdrejningspunktet for fysioterapeuter er den funktionelle bevægelsesevne.

Fysioterapi er en etableret og lovreguleret profession. Fysioterapeuter arbejder med at udvikle, styrke, opretholde og genskabe optimal bevægelses- og funktionsevne hos såvel syge som raske mennesker<sup>17</sup>.

### Ydelser og produkter

Fysioterapeuter arbejder både med forebyggelse og behandling. Fysioterapi handler om at identificere og optimere livskvalitet og bevægelsespotentiale indenfor områderne sundhedsfremme, forebyggelse, behandling/intervention, habilitering og rehabilitering<sup>18</sup>.

For fysioterapien er udgangspunktet, at kroppen skal fungere bedst muligt hele livet. Ved hjælp af behandlingsmetoder og aktiviteter påvirker fysioterapeuten kroppen, så muskler og led får de bedste betingelser at arbejde under. Fysioterapeuter betragter kroppen som en del af det hele menneske, hvor krop og psyke hænger tæt sammen<sup>19</sup>.

Fysioterapeuter behandler typisk følgende diagnoser: Rygener, nakkegener, skuldergener, overbelastningsskader, lidelser i bevægeapparatet, idrætsskader, arbejds-skader, holdningsrelaterede skader, neurologiske skader. Fysioterapeuterne tilbyder også mere generel livsstilsvejledning. Fysioterapeuterne har stor faglig viden om smertelindring, smertehåndtering og medicinsk lindring. Nogle fysioterapeuter tilbyder også kostrådgivning, sportsernæring eller slankeforløb. Mange fysioterapeuter er også uddannede akupunktører og tilbyder akupunktur som en del af behandlingerne<sup>20</sup>. Fysioterapeuter tilbyder typisk også fysiologisk massage. Mange fysioterapeuter tilbyder fysisk træning under forskellige former, det kan f.eks. være pilates, ryghold, træning i vand<sup>21</sup> individuel træning eller holdtræning.

### Priser

Man kan få tilskud til behandling hos fysioterapeut, hvis man henvises af en læge. Tilskuddet udgør 39,3 pct. af behandlingsudgiften og fratrækkes prisen, når man betaler for behandlingen.

Man kan få vederlagsfri (gratis) behandling hos fysioterapeut, hvis man a) har et svært fysisk handicap, eller b) har funktionsnedsættelse som følge af progressiv sygdom. Vederlagsfri fysioterapi kræver en lægehenvi-  
sing<sup>22</sup>. De private sundhedsforsikringer dækker typisk fysioterapeutiske behandlinger. Enten indeholdt i grundforsikrin-

gen eller som tillægssforsikringer<sup>23</sup>.

Falck Healthcare tilbyder fysiologiske behandlinger via bl.a. deres sundhedscentre<sup>24</sup>.

### Tendenser

Fra behandling af bevægeapparatet til programmer til aktiv selvbehandling.

Flere kronikere, der lever længere.

Flere ældre, der lever længere og er mere krævende/forvante med, hvad de fysisk skal kunne udrette langt op i alderen.

Normalitetsbegrebet ændrer sig, større krav til god funktionalitet – bbehov for at behandle og hjælpe tidligere.

Ingen accept af skavanker og forventning om, at alle skavanker kan ordnes/fikses.

Vækst i genoptræning.

Flere private fysioterapeuter.

### Strategiske alliancer og distribution.

Omkring to tredjedele af fysioterapeuterne arbejder inden for det offentlige, på sygehuse, plejehjem, kommuner m.v., mens en tredjedel ejer eller er beskæftiget i private fysioterapeutiske klinikker<sup>25</sup>.

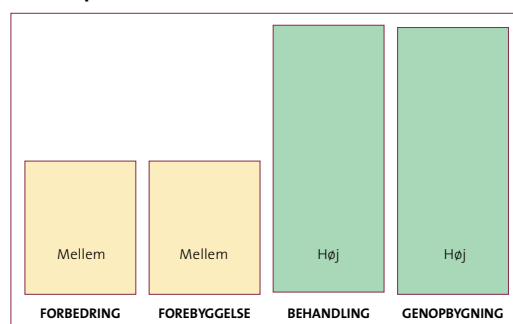
Fysioterapeuter udøver fysioterapi uafhængigt af andre behandlere og sundhedsprofessionelle og også indenfor tværfaglige behandlingsforløb.

Der er fysioterapeuter tilknyttet de private sundhedsforsikringer. Nogle virksomheder har også fysioterapeuter tilknyttet. Mange fysioterapeuter vælger at specialisere sig - som f.eks. i sport og sportsskader<sup>26</sup>. Andre har fokus på træning<sup>27</sup> eller akupunktur<sup>28</sup>.

Mange fysioterapeuter indgår i klinikker eller sundhedscentre, sammen med andre behandlere. Typisk massører, zoneterapeuter og kiropraktorer - og i nogle tilfælde også sammen med mere mentale behandlere som psykologer, psykoterapeuter<sup>29</sup>. Og i andre tilfælde også sammen med mere alternative behandlere.

Mange fysioterapeuter er ansat eller indgår i tæt samarbejde med trænings- og fitnesscentre<sup>30</sup>.

### Ydelsesprofil



17 <http://ucsj.dk/fysio/>

18 WCPT's definition af fysioterapi. <http://www.klinuvfys.dk/Fagligt/Nyheder/Hvad-er-fysioterapi/>

19 <http://www.viauc.dk/fysioterapeut/uddannelsen/Sider/hvaderfysioterapi.aspx>

20 <http://www.dffas.dk/Uddannelsen/Patient-info-om-akupunktur/>

21 [http://www.fysioterapien.dk/varmtvandsbassin\\_.html](http://www.fysioterapien.dk/varmtvandsbassin_.html)

22 [www.sundhed.dk](http://www.sundhed.dk)

23 [http://www.tryg.dk/forsikringer/sundhedsforsikring.html?GACID=gaw\\_\\_Health%20insurance\\_Health%20insurance%20-%20generic\\_sundhedsforsikringer\\_bad%20no2](http://www.tryg.dk/forsikringer/sundhedsforsikring.html?GACID=gaw__Health%20insurance_Health%20insurance%20-%20generic_sundhedsforsikringer_bad%20no2)

24 <http://www.falck.dk/healthcare/ydelser/fysikken/sundhedscentre>

25 [www.sundhed.dk](http://www.sundhed.dk)

26 <http://www.elitefys.dk/>

27 [http://www.centerfys.dk/page\\_control.asp?menu\\_nbr=2&redirected=true](http://www.centerfys.dk/page_control.asp?menu_nbr=2&redirected=true)

28 [http://www.fysioaku.dk/viewpage.php?page\\_id=9](http://www.fysioaku.dk/viewpage.php?page_id=9)

29 <http://www.sundhedscentervanlose.dk/>

30 <http://www.fredensborgsundhedscenter.dk/>

## Kiropraktorer

### Beskrivelse og profil<sup>31</sup>

Undersøgelse, diagnose, forebyggelse og behandling af lidelser i bevægeapparatet. Træning. Rehabilitering. Specialister i muskler, led og knogler.

Kiropraktorer er autoriserede af Sundhedsstyrelsen på baggrund af en 5-årig kandidateksamen og får autorisation. Smerter i rygsøjlen (især nakke og lænd) evt. med udstrålende smerter til ben eller arme er den hyppigste grund til at gå til kiropraktor. Hovedpine som konsekvens af smerter i ryg, muskler og led. Lokale smerter i arme og ben er også en almindelig grund til at søge kiropraktor. Over 350.000 personer i Danmark henvender sig årligt til en kiropraktor. Der bliver ydet omkring 2 mio. behandlinger om året i kiropraktorklinikkerne<sup>32</sup>. Kiropraktorbehandling kræver ikke henvisning Kiropraktoren er uddannet – og forpligtet – til selvstændigt at undersøge og diagnosticere.

Kiropraktorer er den faggruppe, der behandler flest rygpatienter i det danske sundhedssystem.

Der er ca. 550 praktiserende kiropraktorer på ca. 250 kiropraktorklinikker og ca. 300 ansatte i sygehusvæsenet<sup>33</sup>.

### Ydelser og produkter

Et forløb omfatter typisk undersøgelse, røntgenundersøgelse og diagnose og selve den manuelle behandling. Behandlingen kan bestå af en manuel behandling, bløddelsbehandling, øvelser og genoptræning og forebyggelse (primært træning).

Tværfaglighed.

Kiropraktik er i dag en fuldt anerkendt behandlingsform<sup>34</sup>.

### Priser

Patientandelen varierer fra ca. 250-500 kr. pr. behandling. Der er forskellige priser på de forskellige ydelser, og der er forskelle på tilskuddet til hhv. ikke-kronikere og kronikere<sup>35</sup>. Priserne er generelt ikke særlig gennemsigtige.

Den offentlige sygesikring yder tilskud til kiropraktorbehandling. Det gennemsnitlige antal behandlinger pr. patient pr. år er godt 6 behandlinger. Kiropraktik er det behandlingstilbud, der har størst egenbetaling for patienterne, nemlig ca. 82% egenbetaling<sup>36</sup>.

### Tendenser

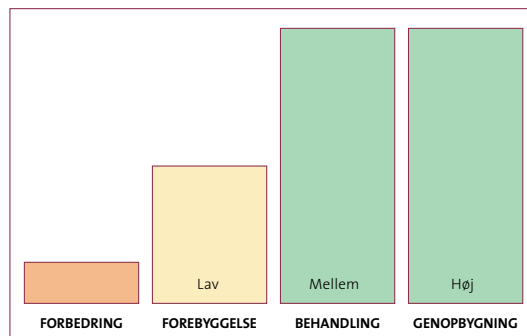
Kiropraktik går for at være hurtig og effektiv behandling. Det var en kiropraktor, der udviklede konceptet "Tværfaglig behandling på Arbejdspladsen"<sup>37</sup> som var startskuddet til tværfaglige behandlinger bl.a. i sundhedsordninger.

### Strategiske alliancer og distribution

Kiropraktorer praktiserer i privatklinikker og i rygcentre. Ofte i private centre hvor de med andre aktører tilbyder en bred vifte af tilbud. Hvor man med afsæt i bevægelighed kombinerer ydelser indenfor: Kiropraktik, fysioterapi, ergoterapi, fysiurgisk massage, zoneterapi, akupunktur og kost- og ernæringsterapi<sup>38,39</sup>.

Eksempler: Aurehøj klinikken der er en klinik for kiropraktik og specialtræning i et tæt samarbejde med fysioterapeuter<sup>40</sup>. Rygcenter Hillerød der tilbyder: Kiropraktik, fysioterapi, akupunktur, massage og træningsfaciliteter under samme tag<sup>41</sup>.

### Ydelsesprofil



31 Bl.a. gennem kommunikation.

32 Dansk Kiropraktor Forening (DKF).

33 <http://danskkiropraktorforening.dk/Global/Foldere/KIRO-PRAKTIK%20I%20DANMARK%202011.pdf>

34 Formanden for dansk kiropraktikforening: "Det er et niveau, hvor vi er mere med. Hvor kiropraktoren er en mere naturlig del af det tilbud, som sundhedsvæsenet stiller til rådighed for patienter med bevægeapparatsygdomme... Med offentligt tilskud, autorisation, en unik uddannelse integreret med medicin og et stærkt forskningsmiljø har vi allerede en flot status herhjemme, men vi er midt i proces, som tager os et skridt videre mod mere anerkendelse og indflydelse." <http://kiropraktorforeningen.dk/Global/GF/Formandens%20%C3%A5bne%20mundtlige%20beretning%20GF%202011.pdf>

35 <http://danskkiropraktorforening.dk/For-Patienter/Tilskud/>

36 <http://danskkiropraktorforening.dk/Global/Foldere/KIRO-PRAKTIK%20I%20DANMARK%202011.pdf>

37 Ved at kombinere fysioterapi og kiropraktik, kan patienten sikres et hurtigere behandlingsforløb ved smerter i muskler.

38 <http://www.naestved-kiropraktor.dk/kostvejledning/>

39 <http://kiropraktikcentrum.dk/>

40 <http://www.aurehoejklinden.dk/fysiurgisk-massage.html>

41 <http://www.rygcenterhillerod.dk/>

## Akupunktører

### Beskrivelse og profil<sup>42</sup>

Akupunktur er en ældgammel lægekunst, der går ud på at helbrede eller lindre sygelige tilstande ved hjælp af tynde nåle stukket ind i bestemte punkter på kroppen. Det er tilladt alle at benytte nåleakupunktur i behandlingsmæssigt øjemed<sup>43</sup>. Mange akupunktører vælger derfor at blive godkendt som alternativ behandler (RAB = Registreret Alternativ Behandler).

Der skelnes således mellem lægeligt uddannede akupunktører og alternative akupunktører.

Der er 200 akupunktører der er medlem af Danske akupunktører<sup>44</sup> og 375 der er medlem af Praktiserende akupunktører<sup>45</sup>. De lægeuddannede akupunktører er først og fremmest organiseret i Dansk Medicinsk Selskab for Akupunktur og har ca. 800 danske læger som medlemmer<sup>46</sup>. Der er mange fysioterapeuter der også har en uddannelse som akupunktører og praktiserer som akupunktører<sup>47</sup>. Der er meget stor forskel på den oplevede grad af professionalisme og på de forskellige aktørers signaler. Nogle af udbydere gør en del ud af at det er kinesisk akupunktur, enten visuelt<sup>48</sup> eller i ord<sup>49</sup>. Andre fokuserer meget på velvære, det holistiske og sammenhæng medlem krop og sjæl<sup>50</sup> og andre igen på det kliniske.

### Ydelser og produkter

Alle former for smerter, gigtsygdomme i led og muskler, hovedpine/migræne, frossen skulder, tennisalbue, rygsmerter, menstruationsproblemer, mavelidelser, hormonelle problemer, bihulebetændelse, højt blodtryk, hudproblemer (eksem/psoriasis), kredsløbsproblemer, sportsskader, lidelser i sanseorganer, lavt immunforsvar m.v.<sup>51</sup>

## Priser

Der er store forskelle på priserne for behandlingerne Både mellem udbydere og mellem de konkrete behandlinger. Akupunktur ligger umiddelbart i et prisspænd mellem 300 – 800 kr. pr behandling. Akupunkturbehandling er gratis for patienten, hvis den udføres af en praktiserende læge, anæstesiologer og reumatologer. Akupunktur udført af alternative behandlere giver intet tilskud<sup>52</sup>. Flere forsikringselskaber dækker, i deres sundhedsforsikringer, akupunkturbehandlinger udført af en Registreret Alternativ Akupunktør (RAB)<sup>53</sup>.

## Tendenser

Stigende accept af akupunktur behandling. Akupunktur som seriøs behandlingsform styrkes af at så mange læger interesserer sig og uddanner sig indenfor området. Akupunktur udbydes ofte i en tværfaglig kontekst.

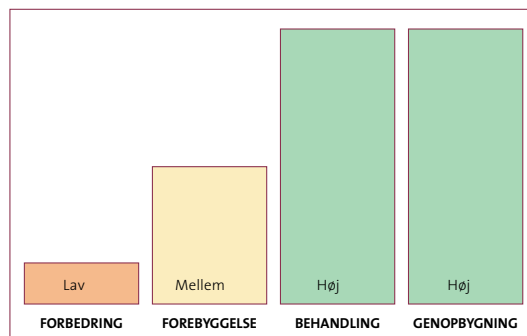
## Strategiske alliancer og distribution

Nogle behandlinger gennemføres af praktiserende læger eller speciellæger som er akupunktører<sup>54</sup>. Næsten hver tredje sygehus tilbyder akupunktur<sup>55</sup> ligesom det tilbydes på privathospitals<sup>56</sup>. Akupunktur udført af alternative behandlere udføres i akupunktur-praksisser<sup>57</sup> og i samarbejde med andre sundhedsmæssige aktører eller i sundhedscentre<sup>58</sup>.

## Eksempel:

Et eksempel på et privat sundhedscenter er Sundhedscenter Vanløse der har, fysioterapeuter, psykologer massører, fitnessstrænere og -faciliteter, center for test, træning og motivation, zoneterapeuter, parterapeuter, akupunktører og en jordemoder under samme tag.

## Ydelsesprofil



42 Bl.a. gennem kommunikation.

43 <http://www.sst.dk/Tilsyn%20og%20patientsikkerhed/Alternativ%20behandling/Registreringsordning/Akupunktur.aspx>

44 <http://www.rab.dk/>

45 [www.aku-net.dk](http://www.aku-net.dk)

46 <http://www.dmsfa.dk/node/14>

47 [www.dffs.dk](http://www.dffs.dk)

48 <http://www.kinesiskbehandlingscenter.dk/>

49 [http://hao.dk/?gclid=ClnFv\\_K68qwCFdAumAodFVYw8w](http://hao.dk/?gclid=ClnFv_K68qwCFdAumAodFVYw8w)

50 <http://kropibalance.dk/default.asp?pid=34>

51 <http://www.sundhedsguiden.dk/da/Find-Behandler/fagbeskrivelser/akupunktur/>

52 <http://www.sundhedsguiden.dk/da/temaer/alle-temaer/mine-rettigheder/tilskud-klage-erstatning/akupunktur/>

53 <http://www.rab.dk/Forpatienter/Sundhedsforsikring/>

54 <http://www.akupunktur-laegehuset.dk/>

55 <http://www.dr.dk/sundhed/Behandling/alternativbehandling/2011/0216160218.htm>

56 <http://www.phdanmark.dk/>

57 <http://www.back2harmony.dk/akupunktur/>

58 <http://www.sundhedscentervanlose.dk/>

## Ergoterapeuter

### Beskrivelse

Ergoterapi har til formål at fremme den enkeltes sundhed og livskvalitet gennem meningsfuld aktivitet. Ergoterapi er et tilbud til mennesker, som af forskellige grunde har problemer med at udføre deres daglige aktiviteter eller som risikerer at få det i fremtiden<sup>59</sup>.

Aktivitet er alt det, mennesker foretager sig for at være aktive, inklusiv at klare sig selv (egen-omsorg), nyde livet (fritid) og bidrage til den sociale og økonomiske struktur i deres samfund (arbejde). At fremme menneskelig aktivitet indebærer at samarbejde med mennesker om at vælge, organisere og udføre aktiviteter, som de pågældende finder nyttige eller meningsfulde i relation til deres omgivelser<sup>60</sup>.

Gennem samarbejde med den enkelte sætter ergoterapeuter mennesker i stand til at opnå tilfredsstillende præstationer i aktiviteter efter eget valg. Ergoterapeut er en beskyttet titel. I Danmark må man derfor kun kalde sig ergoterapeut, hvis man har en autorisation fra Sundhedsstyrelsen<sup>61</sup>. Mange ergoterapeuter er organiseret i professionsforeningen Ergoterapeutforeningen ([www.etf.dk](http://www.etf.dk)). Ergoterapeuter i Arbejdsliv er et fagligt netværk i Ergoterapeutforeningen og er for ergoterapeuter, der arbejder med arbejdsmiljø, ergonomi, og sundhedsfremme<sup>62</sup>. Der er typisk et meget tæt samarbejde mellem fysioterapeuter og ergoterapeuter<sup>63</sup>.

### Ydelser og produkter

Al ergoterapi starter med at undersøge det enkelte menneskes ønsker til livet. Det sker med udgangspunkt i den enkeltes aktivitetsvaner og fysiske og psykiske forudsætninger.

Ergoterapeuten bruger hverdagslivets aktiviteter direkte i behandling og træning, og ergoterapeuten vurderer også hvordan omgivelserne hæmmer eller fremmer aktivitet - i hjemmet, på arbejdspladsen, uddannelsesstedet, daginstitutionen, boligområdet og nærmiljøet. Træningen relaterer sig både til de fysiske, psykiske og sociale færdigheder.

Ergoterapeuter arbejder også indenfor områderne almen sundhed, børns sundhed, ældres sundhed, psykisk sundhed, fysisk sundhed, sundhed på arbejdspladsen. De arbejder således også med personer der ikke nødvendigvis er syge.

### Pris

Meget få ergoterapeuter er privatpraktiserende, og i modsætning til fysioterapeuter praktiserer de ikke med tilskud fra den offentlige sygesikring.

En stor del af ergoterapeuternes ydelser betales således fuldt ud af det offentlige i forbindelse med akut syge, handicappede, kronikere, ældrepleje mm. Det er således en ret lille del af markedet der i dag er på det egentlige private marked, der betales af brugerne/patienterne. Priserne blandt de private udbydere syntes at ligge på 400-600 kr. pr behandling.

### Tendenser

Ergoterapi har en historisk baggrund i offentlig ansættelse. Der er kun få erfaringer med private udbud og ansættelser, privatpraksis og salg af afgrænsede ergoterapi-ydelser på konsulentbasis<sup>64</sup>.

Man vil sikkert se en øget grad af privatisering på området som en del af den generelle privatiseringstendens på sundhedsområdet, men også understøttet af at EFT selv ønsker at have mere fokus på markedsorientering og privatisering i de kommende år<sup>65</sup>. Det vil være oplagt at en øget privatisering vil ske i samarbejde med andre aktører, på sundhedscentre mm.

Der vil være et stigende behov for det som ergoterapeuterne kan tilbyde. Det skyldes bl.a. en større ældre befolkning og flere kronikere, men også en større bevidsthed om f.eks. arbejdsmiljø.

### Strategiske alliancer og distribution

Ergoterapeuter arbejder som behandlere på sygehuse, psykiatriske sygehuse, genoptræningscentre, plejehjem, diverse institutioner for sindslidende, socialpsykiatrien, dagcentre, børneinstitutioner, skoler, hos kommunen i forbindelse med hjælpemidler og boligindretning, arbejdstilsynet, bedriftssundhedstjenesten, private firmaer og i klientens eget hjem<sup>66</sup>. Til forskel fra for eksempel praktiserende læger, tandlæger og fysioterapeuter har ergoterapeuter ikke opnået væsentlige markedsandele uden for den offentlige ansættelse<sup>67</sup>.

Ergoterapeuter indgår ofte i et behandlerteam sammen med andre faggrupper som f.eks. læger, fysioterapeuter mv.<sup>68</sup>

59 <http://www.sundhedsguiden.dk/da/Find-Behandler/fagbeskrivelser/ergoterapi/>

60 <http://www.sundhedsguiden.dk/da/Find-Behandler/fagbeskrivelser/ergoterapi/>

61 <http://www.etf.dk/autorisation/>

62 <http://www.ergonomi.dk/om-os/eia>

63 <http://www.ergonomi.dk/om-os/eia>

64 <http://www.etf.dk/3526/>

65 <http://www.etf.dk/3526/>

66 <http://www.sundhedsguiden.dk/da/Find-Behandler/fagbeskrivelser/ergoterapi/>

67 <http://www.etf.dk/3526/>

68 <http://www.sundhedsguiden.dk/da/Find-Behandler/fagbeskrivelser/ergoterapi/>

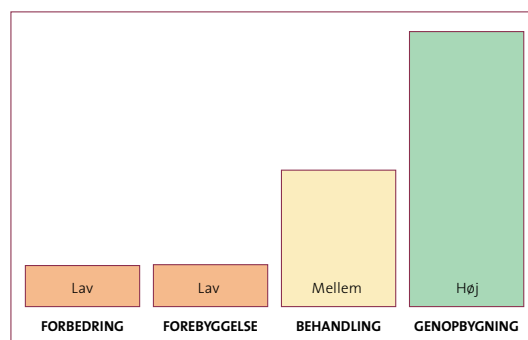
Nogle giver ergoterapeutisk rådgivning til virksomheder enten som selvstændig ydelse<sup>69</sup> eller i samspil med andre sundhedsydelse<sup>70</sup>.

Ergoterapeuter tilbydes kun i begrænset omfang af privathospitaler<sup>71</sup>.

Nogle ergoterapeuter er tilknyttet patientforeninger som f.eks. gigtforeningen.

Nogle private ergoterapeuter kan også være specialiseret til specielle kompetenceområder eller målgrupper som forældre med børn eller private virksomheder<sup>72 73</sup>.

## Ydelsesprofil



69 <http://www.coachingcreative.dk/da/41057-Virksomheder/>

70 [http://www.apsund.dk/page.aspx?id=1657&parent\\_id=1655](http://www.apsund.dk/page.aspx?id=1657&parent_id=1655)

71 <http://www.cityprivathospital.dk/behandlinge/genoptraening/ergoterapeut>

72 <http://www.sol-vej.dk/index.asp?ArtId=10907&ActiveMenu=12316>

73 [http://www.lifeframing.dk/viewpage.php?page\\_id=1](http://www.lifeframing.dk/viewpage.php?page_id=1)

## Læger

### Beskrivelse og profil<sup>74</sup>

En læge er en person, der har bestået afsluttende eksamen i medicin. En læge undersøger og behandler mennesker for sygdomme. Det hører også til lægens opgave at fortælle om, hvordan man kan forebygge eller holde helbredsproblemer nede. Som læge vurderer du i hvert enkelt tilfælde, hvilke fordele og ulemper, der kan være ved en behandling i forhold til den ønskede virkning. På det private lægemarked er lægerne typisk praktiserende læger, speciellæger eller ansat på privathospitaler eller private klinikker. Af speciellæger er det specielt ortopædkirurger, idrætslæger, reumatologer der har direkte med bevægeapparatet at gøre. Profilmæssigt er det det seriøse, det faglige og erfaringen der skaber troværdighed.

### Ydelser og produkter

Læger giver en meget bred palet af ydelser da de generelt set dækker stor set hele det traditionelle lægelige og sundhedsmæssige område. De arbejder med hele spektret fra liv til død. Fra forebyggelse og almen sundhedsfremme, diagnose, henvisninger til speciallæger, udskrivning af recepter til egentlig behandling af akutte og kroniske sygdomme osv. Det er dog meget forskellige roller lægerne har, alt afhængig af deres virke, hvor de er ansat, om de er speciallæger etc.

### Priser

I Danmark er det som udgangspunkt gratis at gå til lægen bortset fra privathospitaler, private klinikker, private sundhedscentre mm. (med mindre man er henvist til privathospital via det frie sygehusvalg) De privat praktiserende læger tilbyder i dag enkelte ydelser som man skal betale for som forbruger/patient., vacciner, sygemelding, kørekortstest mm. Langt de fleste speciallæger hører under sygesikringsoverenskomsten hvilket betyder at det er gratis for patienten. Behandling af læge på privathospital foregår efter prisliste, hvor en behandling kan koste fra 400 kroner til 200.000 kroner afhængig af, hvad det er<sup>75</sup>.

### Tendenser

En stigende privatisering af sundhedsydelserne og dermed også lægegerningen, understøttet af væksten hos privathospitalerne og udbredelsen af private sundhedsforsikringer. Udover de klassiske sammenhænge, hvor det er gratis at benytte læger, ser vi flere læger indgå i private sammenhænge. Mere fokus på tværfaglig behandling og samarbejde med andre udbydere på sundhedsområdet. Større enheder i f.eks. lægehuse, sundhedscentre mm. Dette syntes understøttet af lægemangel og øget krav om effektivisering, både økonomisk og driftsmæssigt.

74 Bl.a. gennem kommunikation.

75 <http://oevervige.alerisph.dk/prisliste.asp>

Og ikke mindst et ønske om bedre service fra borgernes side.

### Strategiske alliancer og distribution

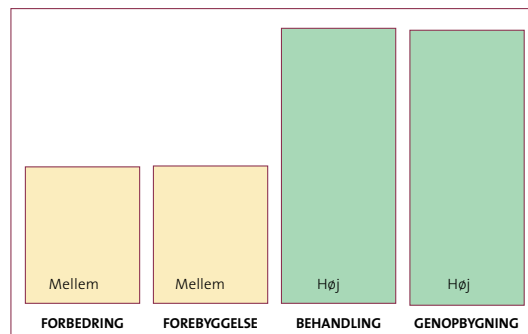
77,8 % af samtlige danskere har været til egen læge indenfor det sidsete år<sup>76</sup>.

Det er i høj grad den privatpraktiserende læge der har kontakten med borgerne/patienterne. Mange af de praktiserende læger er organiseret i kommunale lægehuse eller sundhedscentre hvilket også vil give mulighed for at bredere udbud af sundhedsydelser og et tættere samarbejde med andre aktører<sup>77</sup>. Meget tyder på, at der fremover vil være vækst i lægehuse og større enheder, hvilket samtidig vil give mulighed for at tilbyde en bredere vifte af ydelser, og herunder også ydelser der skal betales for. Der bliver flere læger ansat på privathospitaler og på private klinikker.

Men den private sygehussektor udgør stadig kun 2,5 % af det samlede danske sygehusvæsen<sup>78</sup>. Andre læger indgår i privat regi i sundhedscentre af forskellige slags enten som udøvende læger<sup>79</sup> eller som lægelige konsulenter<sup>80</sup>.

Eksempler: Ishøjs læge og sundhedscenter tilbyder f.eks.: Kostvejledning, hjælp til vægttab, har sundhedskonsulenter ansat, rygestopkursus, kursus i at lære at leve med kronisk sygdom, tilbud til borgere med type 2 diabetes eller KOL, hjælp til at forebygge og komme ud af et misbrug, Forældrecaféen etc.

### Ydelsesprofil



76 <http://www.sundhedsprofil2010.dk/Pages/Home.aspx>

77 <http://www.ishoj.dk/Default.aspx?ID=5577>

78 Rapporten lavet af BPK. <http://privatehospitaler.dk/wp-content/uploads/PBK-WEB-05-12-1011.pdf> Den private sygehussektor i tal 2010

79 [http://www.sundhedsdokter.dk/lgelige-helbredsundersogelser\\_82.html](http://www.sundhedsdokter.dk/lgelige-helbredsundersogelser_82.html)

80 <http://www.sundhedscenter.dk/Sundhed.aspx>

## Grupper af udbydere på sundheds-markedet

### Alternative behandlere

#### Beskrivelse og profil

Alternative behandlingsmetoder strækker sig fra de mere velkendte som zoneterapi og massage til de mere kulørte som clairvoyance, håndlæsere, aurfoto, tarmskylning og tankefeltterapi. Fælles for hele området er, at de tager udgangspunkt i, at krop, sind og psyke hænger meget snævert sammen, og det giver derfor ingen mening at skelne hårdt mht. behandlingsformer eller diagnoser. Alternativ behandling er behandlingsformer udført af behandlere, der ikke er autoriserede sundhedspersoner<sup>81</sup>, som ikke er anerkendt af det offentlige sundhedssystem, og som der ikke ydes tilskud til<sup>82</sup>."

Mange af de alternative behandlere lover et bedre, lykkeligere og sundere liv. De lover at hjælpe med at komme videre i livet<sup>83</sup>, forstå sammenhængen mellem psyke og krop osv. Dimensioner, der er stor efterspørgsel på i dag.<sup>84 85</sup>

De alternative behandlere fokuserer på, at deres løsninger er hurtige.

I udtrykket distancerer de alternative behandlere sig fra den traditionelle sundhedsverden ved at være meget sanselige, feminine, åndelige, naturlige og emotionelle i deres stil.

Der er flere mennesker med langvarige, kroniske sygdomme, der benytter alternativ behandling. Det er også sådan, at jo dårligere mennesker vurderer eget helbred, jo flere af dem har brugt alternativ behandling<sup>86</sup>.

Zoneterapi er den alternative behandling, der bruges mest i Danmark. Derefter følger massage/manipulation, naturmedicin, for eksempel homøopati.

### Ydelser og produkter

De alternative behandlingsformer kan kategoriseres på følgende måde<sup>87</sup>:

- Omfattende medicinske traditioner
- (fx traditionel kinesisk medicin og Ayurveda, som er et traditionelt indisk behandlingssystem)
- Behandlinger hvor sammenhæng mellem krop og psyke er i fokus (fx visualisering, meditation, bøn og kunst- og musikterapi)
- Behandlinger hvor biologiske processer er i fokus
- (fx ernæringsterapi, biopati, phytoterapi og ortemolekylær medicin)
- Behandlinger hvor manuel manipulation og berøring er i fokus
- (fx zoneterapi, kranio-sakral terapi og forskellige massageformer)
- Behandlinger hvor energier og vibrationer er i fokus
- (fx klassisk homøopati, Bachs blomstermedicin og healing)

Udover de mere konkrete behandlingsmetoder udbyder hele den alternative verden en lang række ekstra ydelser og produkter som kurser/workshops, helse- og sundhedsmesser<sup>88</sup>, magasiner<sup>89</sup>, bøger, selvhjælpsteknikker, naturmedicin, rejser osv.

### Priser

Der ydes ikke tilskud til alternative behandlinger. Priserne er meget uigennemsigtige og forskelligartede.

### Tendenser

Grænsen mellem alternativ og konventionel behandling flytter sig over tid. For eksempel har kiropraktik tidligere været opfattet som en alternativ behandlingsform men har idag status som autoriserede sundhedspersoner. Forbrugere/patienter tager alternativ behandling til sig længe før de konventionelle systemer gør det.

Der har gennem de sidste mange år været en stor vækst i brug af alternativ behandling. I følge Videns- og forskningscenteret for Alternativ Behandling er andelen, der nogensinde har brugt alternativ behandling steget fra 23 % i 1987 til 45 % i 2005. Alt i forbrugerbevægelser og samfundsudviklingen indikerer, at udviklingen blot er steget voldsomt siden<sup>90</sup>.

81 Dvs. udført af andre end læger, sygeplejersker, jordemødre, fysioterapeuter, kliniske diætister, kiropraktorer. <http://www.vifab.dk/alternativ+behandling/artikler/hvad+er+alternativ+behandling>

82 Videns- og Forskningscenter for Alternativ Behandling (ViFAB).

83 <http://www.isis-online.dk/dk/velkommen.htm>

84 <http://nytaspekt.dk/>

85 Magasinet Nyt aspekt for Sind, ånd og krop lover f.eks.: "at du får inspiration til at føle harmoni og livsglæde - til at have kontakt med din spirituelle kerne - til at erkende den åndelige virkelighed. Vi tilbyder en masse muligheder - og du vælger, hvad du kan bruge."

86 <http://www.sundhedsguiden.dk/da/Find-Behandler/fagbeskrivelser/Hvad-skal-overvejes-naar-man-vaelget-alternativ-behandling/>

87 <http://dagenssundhed.dk/alternativ-behandling/om-alternativ-behandling/hvad-er-alternativ-behandling>

88 <http://www.helsemesse.dk/?gclid=CJHukb6I86wCFWRYmAodd38NMQR>

89 <http://nytaspekt.dk/g/spiritualitet>.

90 [http://www.fysioterapien.dk/varmtvandsbassin\\_.html](http://www.fysioterapien.dk/varmtvandsbassin_.html)

Alternativ behandling har traditionelt set hørt til på det private sundhedsmarked, men i takt med at behandlingsformer anerkendes, integreres de også i offentlig udbudte sundhedsydelser.

Kravet om og behovet for dokumentation<sup>91</sup> er stigende både fra forbrugerside<sup>92</sup>, men også fra det offentliges og de professionelle side<sup>93</sup>. De professionelle bliver fra patientside mødt med ønsker om at behandlingerne skal integreres med de traditionelle behandlingsformer<sup>94</sup>. De alternative behandlere har selv meget fokus på at opnå større anerkendelse, hvilket øget dokumentation kan være en vej til.

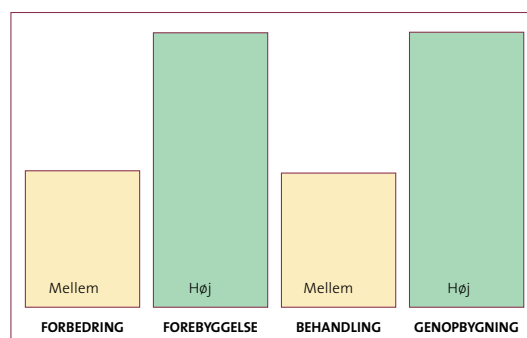
### Strategiske alliancer og distribution

Markedet for alternativ behandling er 100 % privat og er derfor først og fremmest præget af private praksisser<sup>95</sup>. Der er en tendens til, at der etableres flere klinikker/centre for alternativ behandling.

Udover akupunktur bliver alternativ behandling ikke udført i det offentlige sundhedssystem. Det er et begrænset omfang af alternative behandlinger, der udbydes via privathospitalerne.

Eksempel: AliusVita clinic for mind and body der f.eks. tilbyder kropsterapi, kraniosakral- og fysioterapi, psykoterapi, akupunktur, yoga og meditation, coaching, træning og kurser under samme tag<sup>96</sup>.

### Ydelsesprofil



91 <http://www.pharmadanmark.dk/aktuelt/pressekort/2011-02-03-Ph.d>

92 <http://www.b.dk/kroniker/stil-krav-til-alternativ-behandling>

93 <http://www.oestrogen.dk/Sind-og-velvaere/Sund-og-Slank/Laege-til-kvaksalverne-Saadna-faar-l-vores-respekt.aspx>

94 [http://www.livogsjael.com/home/alternativ\\_behandling](http://www.livogsjael.com/home/alternativ_behandling)

95 <http://www.krop-terapi.dk/>

96 <http://www.aliusvita.com/?page=behandlere>



## Zoneterapeuter<sup>97</sup>.

### Beskrivelse og profil

Zoneterapi er en behandlingsform der virker fremmende på helbredsprocessen, idet behandlingen skulle styrke menneskets selvhelbredende kræfter. Hver del af kroppen har en zone på fødderne som kaldes en reflekszone. Hvis der er ømhed i en reflekszone hænger det sammen med, at en del af kroppen ikke fungerer optimalt. Ved at behandle de ømme reflekszoner med specielle trykkombinationer, kan zoneterapeuten påvirke organerne til at bedre kroppens funktion, og dermed genoprette kroppens balance<sup>98</sup>.

Zoneterapi er en alternativ behandling. De fleste zoneterapeuter er registreret som alternative behandlere, der kræver at man lever op til nogle standarder<sup>99</sup>.

Zoneterapi er en af de hyppigst anvendte alternative behandlingsformer (ca. hver 5. dansker har på et tidspunkt prøvet det)

Zoneterapeuterne fokuserer på at fremstå seriøse, effektive og som havende en reel effekt på konkrete diagnoser.

### Ydelser og produkter

Zoneterapi behandling foregår ved trykmassage på føddernes under- og overside.

Langt de fleste brugere af zoneterapeuter henvender sig med smerter i muskler og led (44 %). Andre helbredsproblemer, udgør bl.a. mavesmerter/fordøjelse (22 %), hovedpine/migræne (19 %), træthed (16 %), astma/bronkitis/allergi (15 %) og hormonelle problemer (13 %)<sup>100</sup>. Segmenterede/specialiserede behandlinger målrettet f. eks.: Mænd, kvinder, barnløse, børn, rygere, sportsudøvere etc.

Meget fokus på det tværfaglige og samarbejde med andre behandlere.

### Priser

Et udbredt niveau syntes at være fra 350-500 kr. pr behandling.

Mange private sundhedsforsikringer yder i dag tilskud til zoneterapeutisk behandling.

### Tendenser

Tendens til at zoneterapi i dag er en mere accepteret og anerkendt behandlingsform, som opleves som en integreret del af sundhedsplejen.

Dette understøttes bl.a. af Sygesikring Danmarks tilskudsregler. Accepten af zoneterapi understøttes også af den generelle tendens mod større forståelse af sammenhæng mellem krop og sjæl.

97 I mange forbrugeres optik figurerer zoneterapeuter ibland gruppen af sundhedsprofessionelle i den inderste cirkel i udbydermodellen. I og med, at dette rent definitionsmæssigt ikke er tilfældet, har zoneterapeuterne fået deres eget særåfsnit under alternative behandlere, som er dér de officielt hører til.

98 <http://www.fdz.dk/wss/default.asp?page=2577>

99 <http://www.fdz.dk/wss/default.asp?page=2583&klikker=0>

100 <http://www.fdz.dk/wss/default.asp?page=2586>

## Strategiske alliancer og distribution

Zoneterapi fungerer typisk i private enheder, i egen praksis eller sammen med andre.

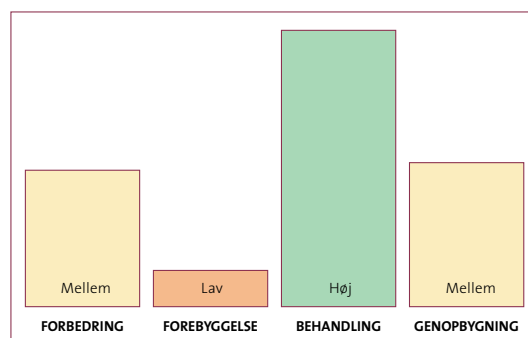
Zoneterapi indgår ofte i sammenhænge, hvor flere behandlingsformer integreres som f.eks. Massage, fysioterapi, akupunktur, kostråd, alternative behandlingsformer, kranio-sakral terapi etc.<sup>101 102</sup>.

Der er også sammenhænge i det kommunale regi, hvor zoneterapi er en integreret del af udbuddet på f.eks. sundhedscentre<sup>103</sup> sammen med sport, svømning, fitness, healing, fysioterapi og akupunktur.

Falck Healthcare tilbyder zoneterapi via deres kliniknetværk.

Zoneterapi er indeholdt i nogle af de eksisterende sundhedsforsikringer.

## Ydelsesprofil



101 <http://www.zonekilden.com/prier.html>

102 <http://www.godthjaelp.dk/?gclid=CLzKpKug8qwCFdAumAodFVYw8w>

103 <http://www.sundhedscenter-syd.dk/andre+akt%C3%B8rer/zenit+zoneterapi>

## Træning

### Beskrivelse og profil

Dette afsnit fokuserer på træning i et sundhedsperspektiv og fokuserer på fitness-/træningscentre ud fra antagelsen af, at den primære årsag til at træne i et fitnesscenter/træningscenter er sundhed<sup>104</sup>. Derudover har fitness overhalet foreningsporten<sup>105</sup>.

Næsten to tredjedele af danskerne dyrker regelmæssigt motion og næsten hver tredje dansker dyrker moderat til hård fysisk træning. Løbeskoene snøres og køen ved maskinerne i fitnesscentre vokser. For motion er blevet en større del af danskernes hverdag.

Næsten hver tredje voksne over 16 år dyrker rigtig meget motion mindst fire timer om ugen. Det er seks procent flere end i 2000 og 12 procent flere end i 1987<sup>106</sup>.

Træningens rolle i sundhedsøjemed understreges yderligere af den netop udkomne "Fysisk aktivitet – håndbog i forebyggelse og behandling"<sup>107</sup>, som beskriver fysisk træning som behandling for 32 sygdomme og blandt andet dokumenterer effekten af fysisk træning i behandling af angst, stress, skizofreni og demens. Dette flytter træningen fra forebyggende, forbedrende og genoptrænende rolle til også at være en decideret behandling.

### Ydelser og produkter

Træning indeholder mange former for fysisk aktivitet og mange ydelser og produkter. Det er typisk noget man går til, enten individuelt eller på hold eller noget man gør selv. Udbuddet af træningsformer og hold er stærkt voksende<sup>108</sup>. Fitness World, Fitness.dk, Fresh fitness og S.A.T.S er centre der typisk tilbyder mange forskellige former for holdtræning og individuel træning. Fitness World tilbyder f.eks. ca. 50 forskellige former for holdtræning<sup>109</sup>. Individuel og målrettet træning får man ved at få sig en personlig træner.

Der tilbydes ofte forskellige former for rådgivning indenfor kost, slankeråd og sund livsstil<sup>110</sup>. Flere fitnesscentre har fysioterapeuter tilknyttede el. Fysioterapeutisk klinik på stedet. Flere af de store centre har store wellnessafdelinger.

Der er også en række ikke kædeorganiserede fitnesscentre<sup>111</sup> og centre med et bestemt fokus som f.eks. Concept 10 10 der fokuserer på hurtig og effektiv træning<sup>112</sup>.

Derudover er der centre, som f.eks. slår sig kraftigt op på relationen til fysioterapien som f.eks. Fysisk Form<sup>113</sup>.

### Priser

Generelt er prisen for medlemskab på 300-1500 kroner om mdr. Afhængig af, hvilket center og hvilken type medlemskab. Prisstrukturer, bindinger og hvad medlemskabet indeholder varierer kraftigt og priserne er præget af en vis uigennemsigthed.

Typisk køber man et medlemskort hvor man betaler løbende pr. måned, for et år eller pr. gang f.eks. med klippekort.

### Tendenser

*Flere ældre:* Den ældre generation har også fået øjnene op for motion og er hyppige gæster i fitnesscentre<sup>114-115</sup>.

*Flere individuelle tilbud.* Udbydes og efterspørges. Individualisering efter målgruppe, fokus, specielle behov, hvad man har lyst til lige nu etc. Dette er også medvirkende til at skabe det kolossalt store udbud idet forbrugerne i stigende grad selv sammensætter, hvad der er den optimale træningspalet for dem.

*Vækst i interessen for ekstremsport:* Ekstremsportsgrene som maratonløb, triatlon, Ironman, militæragtige bootcamps, koncepter som cross fit er i voldsom vækst<sup>116</sup> og Super sundt tilbyder Elitesportspakken<sup>117</sup>.

#### Eksempler på QUICK hold:

- QUICK Puls
- QUICK Mave/Ryg
- QUICK Cirkeltræning
- QUICK Stram-op
- QUICK Bold
- QUICK Cykling

*Sociale forskelle:* Sociale forskelle skinner tydeligt igennem i befolkningens idrætsdeltagelse. Der er fortsat grupper, som ikke dyrker nogen form for træning<sup>118</sup>.

104 Årsagerne til at dyrke foreningsport er derimod flere. Sundhed spiller naturligvis en rolle, men derudover betyder sociale relationer, samvær, lokalt tilhørsforhold, vaner, tradition, leg m.m. lige så meget for valget af foreningsaktivitet.

105 For 50 år siden var danskernes foretrukne sportsgrene gymnastik, fodbold og badminton. I dag er vandreture, jogging og styrketræning de mest udbredte sportsgrene. Individuel sportsudøvelse har dermed for længst overhalet den organiserede holdsport i foreningerne. <http://nyhederne.tv2.dk/article.php?id-44354839:fitness-har-overhalet-foreninger.html>

106 Tal fra Statens Institut for Folkesundhed

107 <http://www.sst.dk/publ/Publ2011/BOFO/FysiskAktivitet/Haandbog2011.pdf>.

108 Se eksempel på holdudbud en tilfældig dag i December i et lille lokalt fitnesscenter på næste side.

109 F.eks.: Bike Fit-mor/baby, No stress, Astanga Yoga, Senior Zumba, Quick mave, baller lår, junior Dance osv. Andre steder kan man få yoga til mænd eller hulahop fitness.

110 <http://www.fitnessdk.dk/videnogdebat/chris/Pages/Chris.aspx>

111 f.eks. Charlottøghaven<sup>111</sup> eller Ny form, velvære i Skødsstrup<sup>111</sup>, Impulsmotion osv.

112 <http://concept1010naples.com/denmark-concept1010/index.html>

113 <http://www.fysiskform.dk/>

114 <http://go-dyn.tv2.dk/artikler/id-39779459:mormorg%C3%A5r-til-fitness.html>

115 Ifølge DGI's statistikker dyrkede 89.777 over 60 år idræt i 2000, hvilket svarer til en andel på 6,7 procent af det samlede medlemstal. Ti år senere er antallet steget til 176.217, som svarer til 11,6 procent.

116 <http://www.tryktenyheder.dk/da/6/2/699/Katja.htm>

117 "Elitesportspakken er et tilbud til sportsklubber, som ønsker at optimere den enkelte udøvers præstation. Med foredrag om blandt andet restitution, hypertrofi, væggtab, væskebalance og kost, vil sportsklubber, både trænere, ledere og atleter, blive rustet til at kunne yde optimalt i de respektive sportsgrene, foredragene tilpasses så det passer til jeres ønsker og behov." <http://www.supersundt.dk/elitesportspakken/>

118 "Mens markante forandringer over tid kan spores i køns-, alders- og aktivitetsprofilen, eksisterer der omvendt nogle meget træge strukturer mellem forskellige uddannelsesgrupper og indkomstgrupper i samfundet og deres forhold til sport og motion". <http://www.idan.dk/Nyheder/782idraetsvanebog.aspx>

*Centralisering* og organisering i større enheder.

*Kommercialisering.* Både i tilbud til medlemmerne, drift osv.

*Guruer:* Fokus på sundhedsguruer. Forbrugerne orienterer sig i stigende grad efter guruer og kendte mennesker. Tiltrækkes af brændende, kompetence og karismatiske mennesker, som har løsningen. Chris McDonald<sup>119</sup> har f.eks. opnået heltestatus ligesom der inden for træningsverden er en række trænere og behandlere med gurustatus<sup>120</sup>.

*Tidsoptimering:* Stigende fokus på effekt af investeret tid i træningen både i form af generel forkortelse af træningspas, men også specifikt i form af quick-timer, speed-spinning osv. der forsøger at nå de samme resultater på den halve tid.

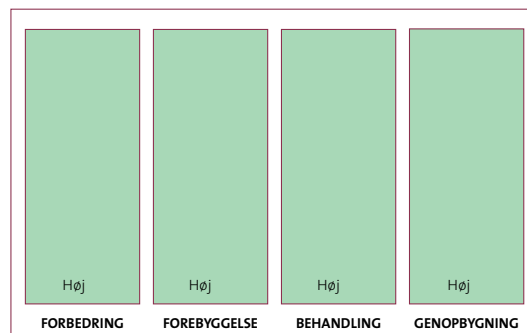
*Nye målgrupper:* Den stigende andel af voksne idrætsudøvere<sup>121</sup> betyder nye målgrupper, som kræver nyt fokus. Dette har skabt grobund for målgruppe-rettede hold som senior-hold, fitness for piger osv.

*Specialisering:* Forbrugernes yderst sofistikerede tilgang til sundhed betyder, at selvom den enkelte måske har en præference for en bestemt type træning, så sammensætter forbrugerne i stigende grad en trænings-palet bestående af træningsformer, der tilgodeser kondition, styrke, evt. fedtforbrænding, smidighed, koncentration, mental balance og sågar glæde og latter.

## Strategiske alliancer og distribution

Der er været en vækst i antallet af fitnesscentre og især i antallet af medlemmer. Kommercielle centre er steget fra 334 i 2006 til 453 i 2009 og antallet af kunder er steget fra 360.000 til 550.000 i samme periode<sup>122</sup>. De fleste fitnesscentre er organiseret i kæder som f.eks. Fitness World, Fitness.dk, Fresh fitness og S.A.T.S.

## Ydelsesprofil



119 <http://www.chrismcdonald.dk/>

120 To eksempler på kvinder i den danske træningsverden, som har fået gurustatus: <http://krisztinamaria.com/>, <http://arndalspa.dk>

121 Voksne over 40 år udgør en væsentlig andel af den idrætsaktive befolkning, og samtidig fylder kvinderne mere end nogensinde i det samlede billede. I takt med denne udvikling bliver teenagere og yngre voksne dog for første gang registreret som mindre idrætsaktive, end de tidligere har været. Seneste analyse udført af Idrættens analyseinstitut i 2007. <http://www.idan.dk/Nyheder/782idraetsvanebog.aspx>

122 Idrættens analyseinstitut <http://www.idan.dk/Kommentaren/056fitnessaaret.aspx>

## HOLDBESKRIVELSE

### Step 1

En time for dig som vil et trin videre fra Step Begynder/1. Lidt sværere stepkombinationer samt længere konditionsdel. Effektiv forbrænding og konditionsforbedrende træning. Afsluttes med mave/ryg træning samt skøn stræk. Niveau: For hhv. let øvede og øvede.

### Step 1-2

Sjov og udfordrende steptime for dig som har trænet step et stykke tid. Sværere stepkombinationer samt længere konditionsdel. Afsluttes med stræk. Niveau: For hhv. let øvede og øvede.

### Power Step

Som navnet antyder er det en time med højt energi niveau. Der køres faste serier i en periode, hvorefter programmet skiftes. På den måde har man mulighed for at perfektionere sine trin inden koreografien skifter.

Niveau: For hhv. let øvede og øvede.  
Kondi Interval En time hvor der virkelig fokuseres på kondition, interval træning samt sved på panden. Konditionstræning på gammeldags manér så som hop, løb og spræl. Niveau: For alle

### Rygtræning

Ryggens muskulatur styrkes, mobiliseres og strækkes. Der indgår også maveøvelser. Undervises af fysioterapeut eller personlige trænere. Instruktøren er fysioterapeut. Niveau: For alle

### Boldtræning

Funktionel træning på bold. Alle kroppens muskler arbejdes igennem. Det lægges også vægt på forbedring af koordination og balance. Afsluttes med stræk. Niveau: For alle

### Mave/Ryg

Funktionel træning, hvor vi lægger fokus på kroppens kerne muskulatur. Redskaber som bold, elastikker og frie vægte kan forekomme. Afsluttes med afslapning og stræk. Niveau: For alle

### Body Toning

Muskeludholdenhedstræning for hele kroppen. Der fokuseres primært på de store muskelgrupper som ben, balder, mave, ryg samt bryst og arme. Redskaber som X-tub, elastikker, bodybars m.m. tages i brug i denne time. Afsluttes med stræk. Niveau: For alle

### Total Toning

Simpel opvarmning uden koreografi. Konditionstræning indeholder gammeldags træning som hop, spræl og løb. I styrkedelen benyttes vægt udstyr. Afsluttes med stræk. Niveau: For let øvede og øvede

### Go'morgen gymnastik

Enkel opvarmning uden koreografi. Konditionsdelen indeholder gammeldags motion som hop, spræl og løb. I styrke delen benyttes stepbænk, store bolde og vægte, men varierer fra gang til gang. Afsluttes med stræk. Niveau: For alle

### MBL (Mave, Baller og Lår)

Muskeltræning der fokuserer på de "øomme punkter", Redskaber som X-ertube, elastikker, bodybar m.m. tages i brug i denne time. Afsluttes med stræk. Niveau: For alle

### Pilates

I denne time styrker vi og smidiggør muskler og led, forbedrer kroppens holdning og balance i et kontinuerligt flow gennem bevægelse og åndedræt. Afsluttes med stræk og skøn afslapning. Niveau: For alle

### Body Bike

Konditionstræning på specialdesignede cykler. Sjov og inspirerende, fedtforbrændende konditionstræning til god musik. Det er vigtigt at tage begynder holdet, hvis man ikke tidligere har prøvet Body Bike. Niveauer: Begynder, 1, 1-2 og 2

### Fitness box

Denne time henter inspiration fra bokseverdenen og indeholder elementer, der ofte bruges i traditionel boksetræning - dog uden fysisk kontakt. Timen er bygget op som intervaltræning. Niveau: For alle

### Total Opstramning

Udfordrende time, hvor der lægges vægt på styrke og udholdenhed. Der fokuseres primært på de store muskelgrupper som ben, balder, mave, ryg samt bryst og arme. Redskaber som vægte og bolde tages i brug. Niveau: For alle

### Yoga Afstress

Den klassiske form for Hatha yoga, hvor man i de fysiske yogaøvelser – asanas – fokuserer på at rette skævheder i kroppen ud og ballancere sindet med rolige styrke- og strækøvelser samt åndedrætsøvelser (Ujjayi vejtrækning) og Åndedræts teknikker (Pranayamas). Øvelserne instrueres grundigt og der anvendes hjælpemidler hvis det er nødvendigt for at udføre øvelserne skånsomt og korrekt. Øvelserne har en fysisk gavnlig effekt på organer, muskler, led, sener, nerver og kredsløb. På det mentale plan virker yogaaen beroligende på sindet og nervesystemet og kan forbedre hukommelsen og koncentrationsevnen. Niveau: For alle

### Yin Yoga

Er en yogaform hvor der gennem lange og statiske stræk (4-6 min) arbejdes dybt med kroppens bindevæv og ledbånd. Specielt omkring ben, hofter, lænd, knæ og bækken. Ved roligt at strække bindevævet i en yin stilling i 4-6 minutter reagerer kroppen ved at gøre ledbåndene lidt stærkere og længere. Yin yoga er meditativt, har et roligt tempo og er perfekt hvis du har skader eller andre helsehensyn. Her fokuseres på restitution og hvile. Yoga puder, bæltter, klodser og øjenpudder anvendes i denne yogaform. Yin yoga er et godt supplement til andre former for fysisk træning og yoga. Niveau: For alle

### Blid Pilates

Vi arbejder koncentreret med de dybe mave-, ryg og bækkenbundsmuskler for på den måde at skabe en bedre holdning, mindske smerter og i det hele taget styrke kroppens fundament. Øvelserne er blide og instrueres grundigt, og timen egner sig især godt til dig, der for alvor gerne vil have pilateteknikken på plads. Nybegyndere, seniorer, folk med rygproblemer, gravide og nybagte mødre vil desuden have stor gavn af dette hold. Vi bevæger os til behageligt musik og timen afrundes med en dyb afslapning. Niveau: For alle

### Hatha Flow

Hatha Flow er en både blid og dynamisk form for yoga, der forbinder de klassiske Hatha øvelser til én sekvens af bevægelser, som 'flyder' i takt med dit åndedræt. I Hatha Flow glider den ene stilling naturligt over i den anden uden ophold, men tempoet er blidt, og der er tid til fordybelse i øvelserne. Hatha Flow giver styrke, smidighed samt et stærkt fokus på åndedrættet som tilsammen bringer dig fornyet energi og en dyb indre ro. Hver time afsluttes med afspænding (Savasana). Niveau: For all

### Inner Flow

En stærk kerne og et sundt fundament giver din krop og dit sind optimale forudsætninger for en sund og harmonisk tilværelse. Åndedræt, kropsbevidsthed og indre styrke er kodeord i Inner Flow undervisningen med det formål at løfte

energien, skabe ro i sindet og styrke muskulaturen omkring kropsstammen (bækkenbund, mave- og rygmuskler). Til behagelig musik be-

væger vi os ind og ud af bløde og strømlignede sekvenser af bevægelser hentet fra både yoga, pilates og mindfulness, og timen slutter altid med en dyb, behagelig afspænding. Niveau: For alle

### Zumba Gold

Zumba Gold er Zumba for dig, der ikke har prøvet Zumba før eller synes, at almindelig Zumba er for svært. Det kan være, at du er begynder, ikke i så god form eller bare ikke så vant til at koordinere arme og ven i takt til musik. Zumba Gold er sjove, nemme bevægelser til lækker musik fra hele verden. En time går uden at du opdager det - det er som at være til fest. I Zumba Gold vil der være elementer af styrke-udholdenhedstræning og balance blandet ind i timen. Niveau: For alle

### Sadhana Yoga

Sadhana betyder "praksis". Gennem denne dybe og forberedende yoga læres hvordan man kan skabe indre ro. Opleve friheden i at sætte tempoet ned og synke dybere i dig selv. At stille sindet, og vende sanserne indad. Sadhana er altid en fast yogaserie med en særlig åndedrætsøvelse som balancerer krop og sind. En perfekt måde at starte dagen på, at rette opmærksomheden ind mod dig selv. Niveau: For alle

### Blid Yoga

Er en klasse for alle, hvor tempo og rytme er afbalanceret, for at løse op for spændinger dybt i kroppen og skabe gennemstrømning. Alle de traditionelle elementer fra den klassiske Hatha Yoga vil indgå. På en blid, men effektiv måde vil vi arbejde med at få styrket, strakt og smidiggjort kroppens muskler. Blid yoga er meditativ, har et roligt tempo og perfekt hvis du har skader eller andre helsehensyn eller er senior (50+). Niveau: For alle

### Astanga Yoga

Er en traditionel indisk Yoga form hvor krop og sind afbalanceres på en rolig og disciplineret måde. Åndedrættet synkroniseres med kropslåse (bandhas) og bevægelse som binder yoga øvelserne sammen i dynamiske og energifyldte sekvenser. Åndedrættet producerer varme der renser kroppen og hvert åndedræt er bevidst. Det er en fast serie af øvelser. Kropslåse, åndedræt og fokus i alle teknikkerne er ment til at rette opmærksomheden ind mod dig selv. Niveau: For alle

### Salsa/afro mix

Blanding af sydamerikanske danse som merengue, salsa blandet sammen med reggaeton og afrikanske bevægelser, i korte og lette serier. En masse "bootyshake", hoftevid og smil. På denne time får vi brugt kroppen på en sjov, dejlig og befriende måde. Her er plads til alle der elsker at danse. Ung som ældre, øvet som ikke øvet. Niveau: For alle

### Kundaliniyoga

Stress er en af de største trusler for vores helbred i dag. Et hurtigt tempo, høje præstationskrav, en øget mængde information, samt bekymringer om fremtiden er alle faktorer, der er med til at øge stressniveauet i kroppen. Kundalini yoga/meditation giver dig fysisk og psykisk balance. Gennem enkle, men yderst effektfulde yoga øvelser og åndedræt, gør vi kroppen klar til at meditere. Hver time består af yogaøvelser, afspænding efterfulgt af meditation. Vi arbejder på at styrke nervesystemet og rense kroppens energikanaler og dermed få mere livsenergi. Niveau: For alle

## Kost

### Beskrivelse og profil

Markedet for sund kost og ernæring er kæmpestort, broget og i rivende udvikling. Der er i dag en interesse i sund kost, sunde fødevarer og ernæring som man nærmest kan betegne som en kostmæssig sundheds tsunami.

Kostvejledning er derfor genstand for stigende interesse og der kommer løbende flere udbydere på markedet, som tilbyder kostvejledning, slankeprogrammer osv. Kostrådgivning udbydes i dag af diætister, ernæringsvejledere, og af kosteksperter.

Indenfor sidstnævnte er der stor forskel på, om det er kosteksperter med traditionel sundhedsfaglig baggrund eller om det er en af de mange diætguruer som Atkins, Hansson, Kernesund Familie m.m. Det er sidstnævnte der i stigende grad fylder i medier, der udgiver bøger, afholder kurser og påberåber sig forbrugernes opmærksomhed<sup>124</sup>.

Udover at det giver energi, fornuftig BMI og et højere velbefindende fremlægges der mere og mere dokumentation for kostens centrale rolle i forbindelse med diverse sygdomme og kostens potentielle helbredende og forebyggende rolle, hvilket yderligere forstærker interessen for kost.

Der er voksende viden om at kosten hænger tæt sammen med både det fysiske og det mentale<sup>125</sup>.

**Bogen "Kernesund Familie sådan!" har været en bestseller og solgt ca. 100.000 eksemplarer**

### Ydelser og produkter

Kostrådgivning er typisk en kostplan lagt i samarbejde rådgiveren og forbrugeren imellem med forskellige grader af opfølgning og anden form for supplerende tilbud. Kostrådgivning fokuserer typisk på vægttab, manglende overskud, styrke kroppen, forebygge sygdomme eller forbedre udseende. Derudover anvendes kostrådgivning og specialdiæter i stigende grad i behandlingen og forebyggelsen af specifikke lidelser og intolerans. Der er påstande om, at en særlig sukkerfattig diæt kan reducere ADHD hos børn<sup>126</sup>. Der forskes i sammenhænge mellem kost og kræft. Og der er nu dokumenteret viden om sammenhængene, først og fremmest omkring forebyggelse<sup>127</sup>.

Derudover er kost på arbejdspladsen og kostvejledning til medarbejdere et voksende marked. Falck HealthCare tilbyder kostrådgivning via deres landsdækkende net-

værk af kostrådgivere<sup>128</sup>.

Sundheds Doktors korps af diætister skræddersyer også løsninger, der matcher enhver virksomheds behov<sup>129</sup>.

Ofte lover mange af udbyderne, at man får lidt af det hele. Kernesund Familie, der udover at tilbyde at man bliver sund, slank og stærk, lover også at de "samlar familier om sundhed kærlighed og en naturlig livsstil"<sup>130</sup>. Bogen "Kernesund Familie sådan!" har været en bestseller og solgt ca. 100.000 eksemplarer<sup>131</sup>. Man kan få hjælp til en kolesterol diæt – sådan sænker du dit kolesterol<sup>132</sup>.

Man kan få hjælp til hvordan man kan spise hjernen i form<sup>133</sup>, og der er stigende fokus på kostens betydning for indlæringen.

Man kan spise sig yngre med bestselleren: "Spis dig yngre på 10 uger"<sup>134</sup>. Man kan spise sig smuk, enten ved at indtage bestemte råvarer eller specielt udviklede produkter med funktionelle egenskaber<sup>135</sup>.

Man kan få kostvejledning til specielle og mere individuelle behov. Man kan få vejledning omkring sportsernæring, så man opnår bedre resultater med træningen<sup>136</sup>.

Der tilbydes kostrådgivning til forskellige målgrupper som f.eks. maraton løbere<sup>137</sup>, ældre eller kvinder. Alene indenfor vægttab er der et voksende antal udbydere af rådgivning, metoder og produkter. Weightwatchers<sup>138</sup> har udviklet deres egne Weightwatchers produkter<sup>139</sup>. Vægtkonsulenterne har deres eget slankebrand åblomst<sup>140</sup>. Apotekerne tilbyder kurser i slanke- og vægttab<sup>141</sup>.

124 <http://www.lenehansson.dk/>, <http://www.kernesundfamilie.dk/>, <http://www.thorbjorg.dk/>

125 <http://www.psykisksaarbar.dk/ps/subpage219.aspx>

126 <http://www.bt.dk/sundhed/aendret-kost-kan-fjerne-adhd>

127 <http://www.netdoktor.dk/ernaering/kost/kraeft.htm>

128 Som de skriver, tilbyder de: "... gennem individuel, behovsorienteret vejledning i kost og livsstil kan arbejdspladsen sikre, at medarbejderen nemmere får den fornødne og korrekte hjælp, der måtte være behov for. Derved viser arbejdspladsen interesse for den enkeltes velbefindende og er med til at øge medarbejdertilfredsheden". <http://www.falck.dk/healthcare/ydelser/livsstil/kostr%C3%A5dgivning>

129 [http://www.sundhedsdoktor.dk/kostrdgivning\\_85.htm](http://www.sundhedsdoktor.dk/kostrdgivning_85.htm)

130 <http://www.kernesundfamilie.dk>

131 <http://ekstrabladet.dk/flash/dkendte/article1569166.ece>

132 <http://www.slanke-opskrift.dk/2011/04/kolesterol-diaet-sadan-saenker-du-dit-kolesterol-tal/>

133 <http://iform.dk/kost/kost-og-sundhed/spis-hjernen-i-form>

134 [http://www.thorbjorg.dk/boeger/spis\\_dig\\_yngre](http://www.thorbjorg.dk/boeger/spis_dig_yngre)

135 <http://go.tv2.dk/articlemad/id-37836255-5-sikre-tips-spis-dig-smuk.htm>

136 [http://www.diaetisthuset.dk/behandlingsomrader/sportsernaering?gclid=CJH8k-SU\\_KwCFWRymAodPIZ65Q](http://www.diaetisthuset.dk/behandlingsomrader/sportsernaering?gclid=CJH8k-SU_KwCFWRymAodPIZ65Q)

137 <http://www.marathonsport.dk/viden-om-loeb/artikler/kost-og-ernaering>

138 [http://weightwatchers.dk/WWI\\_Controller.aspx?Page=1194132&S=7&Visited=Yes](http://weightwatchers.dk/WWI_Controller.aspx?Page=1194132&S=7&Visited=Yes)

139 [http://weightwatchers.dk/WWI\\_Controller.aspx?Page=3000092#choco\\_crisp](http://weightwatchers.dk/WWI_Controller.aspx?Page=3000092#choco_crisp)

140 [http://www.vaegtconsulenterne.dk/?gclid=CLipm\\_6z\\_KwCFdAumAoddVemRw](http://www.vaegtconsulenterne.dk/?gclid=CLipm_6z_KwCFdAumAoddVemRw)

141 Kurserne baseres på vægttab ved livsstilsændringer i form af kost- og motionsændringer og kan både foregå individuelt og i grupper." [www.apoteket.dk](http://www.apoteket.dk)

## Priser

Som det fremgår af illustration af prislister for diætist<sup>142</sup> starter en konsultation på 650 kroner og herudover er der mulighed for at sammensætte forskellige forløb.

Priser	
Bemærk mulighed for tilskud fra Sygesikringen Danmark for medlemmer. Nogle helbredsforsikringer yder også tilskud til Diætist f.eks. PFA, Skandia og ihi Bupa Skandinavien.	
Basis konsultation. Pårørende kan med fordel deltage. Kostplan kan udarbejdes på et hvilket som helst tidspunkt i forløbet, når det findes relevant.	650,00 kr
1. Opfølgning	400,00 kr
Opfølgninger derefter	350,00 kr
Basis konsultation, Familiekonsultation f.eks. 2 personer sammen der begge skal have vejledning. De 2 personer skal komme fra samme husstand eller have tætte familie relationer. Kostplan kan udarbejdes på et hvilket som helst tidspunkt i forløbet, når det findes relevant.	850,00 kr
Første opfølgning, familiekonsultation	850,00 kr
Øvrige opfølgninger	400,00 kr
Elite idrætsudøvere, indledende vejledning og 2 opfølgninger inkl. bog fra DIF	1500,00 kr

## Tendenser

Mere individuelle løsninger og produkter. Løsninger og produkter der passer til individuelle og specifikke behov og situationer.

Polarisering i efterspørgsel, behov og adfærd omkring sunde spisevaner og kostrådgivning. Det er de ressourcestærke der spiser sundest.

Polarisering af fløje: De sundhedsuddannede og de selvbestaltede. Det dokumenterede og det ikke dokumenterede.

Forbrugerne lader sig i stigende grad begejstre og forføre af de godt formidlede, letforståelige mirakeldiæter helst med en spændende og karismatisk frontfigur/guru. Quick fix. Den evige søgen efter den hurtige og nemme løsning. Forbrugerne vil gerne spise sundere, men vil gerne have den lette løsning der giver hurtige resultater og deres tålmodighed er faldende. Tidsinvesteringen skal svare til resultatet.

Øget bevidsthed og viden om at kosten påvirker mange områder i vores sundhed. Fra det mentale til det fysiske. Fra forebyggelse til velbefindende og ydeevne.

Mere fokus på kendte og kostgurer, som f.eks. Christian Bitz der laver kogebøger, holder foredrag og workshops og skriver artikler om sund kost<sup>143</sup>

## Strategiske alliancer og distribution

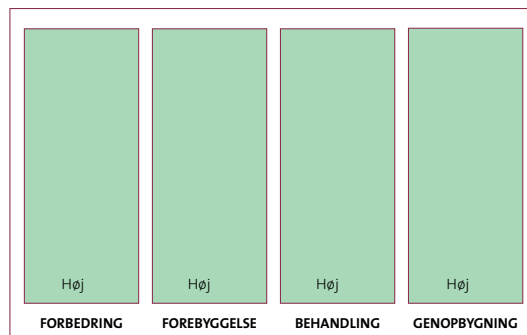
Følgende aktører distribuerer kostrådgivning på forskellige måder, eller har speciel interesse i området:

- \* Det offentlige sundhedsvæsen
- \* Hele rådgivningsområdet, diætister, ernæringsvejledere mm
- \* Fitnesscentre/træningscentre
- \* Sundhedsforsikringer
- \* Virksomhederne/arbejdsgiverne
- \* Medier og forlag
- \* Detailhandelen
- \* Producenter af fødevarer
- \* Brancheforeninger (fiskebranchen, grøntbranchen etc.)
- \* Hele fødevarerhvervet
- \* Producenter af kosttilskud og naturlægemidler

Det offentlige går mere aktivt ind i kost og ernæring, og flere kommuner tilbyder f.eks. gratis kostvejning<sup>144</sup>. Mad til børnehavebørn og skoleelever er et højt prioriteret område.

Der udbydes masser af kurser, foredrag og konferencer om sund kost. Man kan tage på højskole og lære om sund mad.

## Ydelsesprofil



<sup>142</sup> <http://www.diaetist-iskov.dk/da/67895-Prise>

<sup>143</sup> <http://bitzdinsundhed.dk/>

<sup>144</sup> <http://www.hvidovre.dk/Default.aspx?ID=2952>

## Mental sundhed

### Beskrivelse og profil

Sundhedsydelse, der retter sig imod mental sundhed dækker et bredt felt, som både handler om 'psykisk sundhed' og 'mental sundhed'<sup>145</sup>. Her kan være tale om behandlinger af deciderede psykiske lidelser, af stress, depression, men der kan også være tale om forebyggelse og sågar optimering af den mentale kapacitet.

Området for mental sundhed er et område i rivende udvikling. Mental sundhed er et vigtigt indsatsområde for forebyggelse og sundhedsfremme, og er i de senere år blevet genstand for stigende opmærksomhed i sundhedsfaglige miljøer. Interessen skyldes blandt andet øget viden om sammenhængen mellem mental sundhed og udvikling af en række sygdomme – herunder risikofaktorer for både psykisk og fysisk sygdom<sup>146</sup>. 12,8 % angiver, at de har en forbigående psykisk lidelse. 3,7 % at de har en vedvarende psykisk lidelse eller mentale forstyrrelser<sup>147</sup>.

Stress er et stigende problem i den danske befolkning<sup>148</sup>. Stress er det arbejdsmiljøproblem, der er mest opmærksomhed på i disse år, både på arbejdspladserne og i medierne. Cirka hver 10. dansker i arbejde er stresset i en grad, der kan gøre dem syge. Der er en række tilbud i stressbehandling og – håndtering og – forebyggelse. Med kampagnen 'Fra stress til trivsel' udbreder Videncenter for Arbejdsmiljø viden om, hvad stress er, hvordan alvorlig stress kan forebygges, og hvordan man fremmer trivsel på arbejdspladsen<sup>149</sup>.

### Ydelser og produkter

Følgende udbydere tilbyder mental sundhed i en eller anden form, via mange forskellige behandlingsformer:

- Psykologer
- Psykiatere
- Alternative behandlere
- Psykoterapeuter
- Mindfulness
- Meditation
- Healing
- Coaching
- Stressbehandlere
- Osv
- Andre hjælpemidler/ydelser

Psykiatere og psykologer behandler patienternes mentale tilstand ved hjælp af terapi og medicinsk behandling

f.eks. i form af antidepressiv medicin<sup>150</sup>.

Psykoterapeuter tilbyder psykoterapi. At være psykoterapeut er en ikke beskyttet titel. Psykoterapeutforeningen forsøger at etablere nogle retningslinjer<sup>151</sup>.

Onlineterapi: I dag tilbydes der terapi på nettet bl.a. via Mentaline, der har samlet over 200 psykologer, coaches og psykoterapeuter, der tilbyder deres service online<sup>152</sup>.

Online terapi tilbydes også af selvstændige psykologer<sup>153</sup>. Meditation anvendes og anerkendes i stigende omfang til behandling og forebyggelse af stress og mental uro. Meditation er i dag en anerkendt stressbehandling til bl.a. erhvervslivet.

Mindfulness er en meditationsteknik uden religiøs tilknytning. Mindfulness betegner en tilstand, hvor en person er bevidst om sine tanker i nuet, men uden at forholde sig til disse. Meditationsformen benyttes ofte til håndtering af stress ligesom det menes, at Mindfulness kan gavne behandlingsforløbet blandt kvinder med brystkræft<sup>154</sup>.

Betragter man mental sundhed, som at være et lykkeligt menneske og ønsket om at opnå det gode liv, findes der utallige behandlinger, som stiller dette i udsigt. Man kan i dag tale om en hel selvudviklingsindustri:

Få styr på dit liv med enkel og let Feng Shui på 6 uger!!!<sup>155</sup> Eller tag på workshop og Boost din energi <sup>156</sup> eller 'Find din passion på 4 uger'<sup>157</sup>. Der er mange veje til psykisk eller mentalt bedre velbefindende. Man kan tage på pilgrimsvandring på El camino<sup>158</sup>, få spirituel terapi, få clairvoyance, hypnose, drømmetydning eller tage på en holistisk sommerfestival som er en kulturel begivenhed, en inspirerende opdagelsesrejse i holistisk tænkning og livsstil med fokus på "det hele menneske" krop, sjæl og ånd. et åbent fællesskab med nærvær og god stemning, en indholdsrig ferie med mulighed for fordybelse, spiritualitet, sang, dans og musik<sup>159</sup>.

Løfterne står i kø: "Bliv lykkelig - begynd i dag!" som en psykoterapeut lover på sin hjemmeside<sup>160</sup>. Eller "Bliv lykkelig nu" med bogen skrevet af Caroline Flemming<sup>161</sup>.

145 det er udenfor analysens område at foretage en omfattende teoretisering om forskellen på disse.

146 <http://www.sst.dk/Sundhed%20og%20forebyggelse/Stress%20og%20mental%20sundhed/Fremme%20af%20mental%20sundhed.aspx>

147 <http://www.sundhedsprofil2010.dk/Pages/Home.asp>

148 <http://www.dr.dk/Nyheder/Indland/2010/04/30/104810.htm?rss=true>[http://www.sst.dk/~media/Sundhed%20og%20forebyggelse/Stress%20og%20mental%20sundhed/Stress/Stress\\_i\\_DK\\_11deco7.ashx](http://www.sst.dk/~media/Sundhed%20og%20forebyggelse/Stress%20og%20mental%20sundhed/Stress/Stress_i_DK_11deco7.ashx)

149 <http://www.frastresstiltrivsel.dk/BagOmKampagnen/Om-kampagnen>

150 Danskernes forbrug af antidepressiv medicin er eksploderet de seneste år. Siden 2001 er forbruget af lægemidler mod depression steget med 96,2 procent. Det fremgår af en opgørelse fra Lægemiddelstyrelsen (i 2009). <http://www.dr.dk/Nyheder/Indland/2010/04/30/104810.htm?rss=true>

151 <http://psykoterapeutforeningen.dk/foreningen>

152 <http://www.bt.dk/danmark/unge-piger-i-terapi-paa-nettet>

153 [http://www.psykolog2.dk/index.php?option=com\\_content&view=article&id=4&Itemid=](http://www.psykolog2.dk/index.php?option=com_content&view=article&id=4&Itemid=)

154 [http://www.cancer.dk/Hjaelp+viden/hvis+du+har+kraeft/alternativ+behandling/forskning+alternativ/meditation\\_christoffer.html](http://www.cancer.dk/Hjaelp+viden/hvis+du+har+kraeft/alternativ+behandling/forskning+alternativ/meditation_christoffer.html)

155 <http://www.sannephilipson.dk/?DocumentID=825&SubID=841>

156 [http://www.energioen.dk/articles.php?article\\_id=1](http://www.energioen.dk/articles.php?article_id=1)

157 <http://finddipassion.dk/video5/>

158 <http://www.elcamino.dk>

159 <http://www.holistisksommerfestival.dk/>

160 <http://www.terapeut.net/artikler/persudv/blivlykk.htm>

161 [http://www.g.dk/bog/bog\\_9788711412695](http://www.g.dk/bog/bog_9788711412695)

## Priser

På nær enkelte særlige tilfælde<sup>162</sup> betales alle ydelser indenfor mental sundhed af brugerne selv. Som det fremgår af screendump fra en privatpraksis starter priserne på 700 kroner for en konsultation og kan gå helt op til 2500 kroner for en konsultation hos en erhvervspsykolog<sup>163</sup>.

Priser for f.eks. en clairvoyance starter på 750 kroner<sup>164</sup>.

Priser	
Individuel konsultation 900 kr	1. konsultation
Individuel konsultation 700 kr	2. og efterfølgende konsultationer
Barn under 16 år med pårørende 1000 kr.	1. konsultation
Barn under 16 år med pårørende 880 kr	2. og efterfølgende konsultationer
2 - personers konsultation 880 kr	1. konsultation, pr. person
2- personers konsultation 770 kr	2. og efterfølgende konsultationer, pr. person

## Tendenser

En generelt større erkendelse af at krop og psyke hænger sammen. Både i bredere dele af befolkningen - men også understøttet af en stigende interesse i at dokumentere sammenhænge indenfor forskellige områder. Forventet fortsat vækst indenfor området. Dette understøttes bl.a. af en større viden og dokumentation om sammenhæng mellem sygdom, krop og psyke. Større holdningsmæssig accept i befolkningen af vigtigheden af det psykologisk og mentale velbefindende. Samtidig er der en tendens til en stigende efterspørgsel, da forbrugerne er mere krævende og stiller større krav – både til det psykologiske velbefindende i deres eget liv, men også til behandlingsmuligheder. Stigende professionalisering og dokumentation. Et meget stort selvhjælpsmarked.

Priser	
Priser pr. konsultation	
Healing	: kr. 550,00
Tarot	: kr. 550,00
Clairvoyance	: kr. 750,00
Familie healing	: Ring for tilbud

162 Gratis psykiater med lægehenvielse og tilskud/gratis psykologbehandling til volds-, voldtægts- og incestofre.

163 <http://www.psykolog-bf.dk/priser.html>

164 <http://www.lifejourney.dk/1-til-1/priser/>

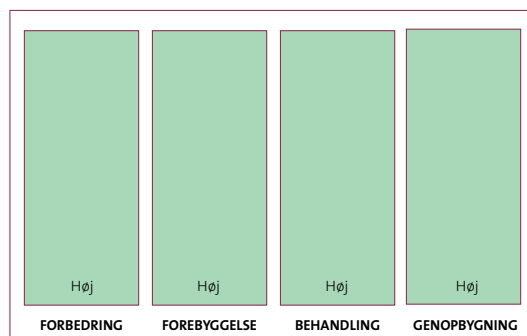
## Strategiske alliancer og distribution

Der er en lang række private aktører med private praksisser, enten praktiserer de alene eller sammen med andre<sup>165</sup>.

Der er en generel tendens til at aktørerne på markedet for mental sundhed går sammen og tilbyder tværfaglige ydelser<sup>166</sup>. Hvor der f.eks. tilbydes fysiologisk massage, klinisk fodterapi, psykoterapi og NLP terapi under samme tag.

Virksomhederne er vigtige aktører og influenter i forbindelse med den mentale sundhed. Der er en langt større bevidsthed om menneskers mentale og psykiske velbefindendes betydning for både arbejdsmiljøet og i sidste ende også indtjeningen i virksomhederne<sup>167</sup>. De private sundhedsforsikringer tilbyder psykiater og psykolog.

## Ydelsesprofil



165 <http://www.sirculus.dk/>

166 <http://www.kropogsjaelringsted.dk>

167 <http://www.teknologisk.dk/ydelser/15146>



## Wellness

### Beskrivelse og profil

Den europæiske Wellness-Union definerer wellness som en blanding af fysisk fitness, åndelig bevægelighed, sjælelig udholdenhed, positiv arbejdsindstilling, harmonisk privatliv og harmoni med naturen<sup>168</sup>.

Wellness er blevet populært hos danskerne. Spabehandlinger, kurophold eller spaferier, hvor psykisk afslapning og fysisk velvære opnås gennem diverse behandlingsformer er blevet meget populært.

Overordnet handler wellness om at gøre noget godt for sig selv. Essensen i wellness er altså det "gode", og derfor hører hverken overdreven motion, fanatisk diæt eller asketisk afholdenhed hjemme i wellness-universet<sup>169</sup>. Wellness er derfor væsensforskellig fra meget andet sundhed idet det ikke kræver anstrengelse, smerte, afståelse eller anden lidelse/afsav. Dette giver også wellness udbydere en unik platform at agere udfra, idet de udover sundhed kan tale ind til forbrugernes behov for at forkæle sig selv, for en stor "mental krammer".

Selvom mental afslapning, fysisk træning og sund kost er vigtige elementer i wellness-oplevelsen, er hele wellness-idéen også bygget op omkring elementet SPA. SPA står for det latinske "Salus Per Aqua" og betyder "helse gennem vand". Vand er centralt i både ansigts- og kropsbehandlinger, spa-bad, dampbad og sauna, sund kost, fysisk aktivitet og naturoplevelser.



### Ydelser og produkter

Wellness bruges om mange former for luksuspleje og behandlinger - her følger et lille udpluk: Algemaske, Aromamassage, Lerindpakning, Hot stone-massage med lavasten, Bodyscrub, muddermaske, Ølbad, Saltkur, Manicure og pedicure, Urteterapi, Lavender Dream. Kryoterapi er et af de seneste skud på wellness stammen og tilbydes endnu ikke i Danmark, Her bliver man frosset ned til 160 minus grader i få minutter, hvilket nærmest skulle genføde kroppen<sup>170</sup>.

168 [http://fnp.dk/liv/krop\\_valvare/article1382361.ece](http://fnp.dk/liv/krop_valvare/article1382361.ece)

169 <http://www.sundhedsguiden.dk/da/temaer/alle-temaer/wellness/wellness---hvad-er-det/>

170 [http://fnp.dk/liv/krop\\_valvare/article1678897.ece](http://fnp.dk/liv/krop_valvare/article1678897.ece)

### Priser

Wellness behandlinger varierer i varighed og egenskaber fra 15 minutters nakkemassage til forlænget wellness weekendophold. Priserne for en times wellnessbehandling ligger typisk i størrelsesordenen 800-2500 kroner<sup>171</sup>.

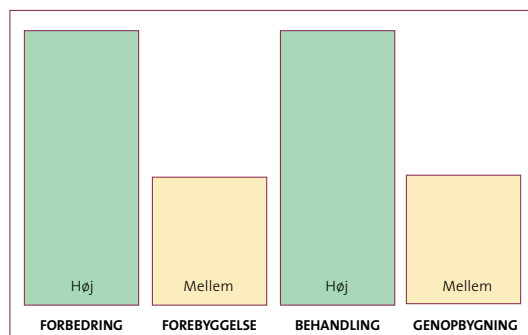
### Tendenser

Behandlingerne indenfor wellness bliver mere og mere sofistikerede og specialiserede. Nogen bevæger sig i mere spirituel retning med floatation tanks<sup>172</sup> og dybe åndelige oplevelser, mens andre bevæger sig over i en mere klinisk retning med mulighed for kliniske skønhedsbehandlinger udført af læger og sygeplejersker.

### Strategiske alliancer og distribution

Wellness-industrien har indtil videre primært bestået af enkeltstående behandlere/klinikker og så wellness ophold på hoteller og conferencecentre. Dog er der igen tale om brancheglidninger idet det ikke længere er unormalt, at der tilbydes wellness/spa-lignende services i fitnesscentre ligesom grænsen mellem wellness behandlinger og fysiologiske massagebehandlinger er hårfin og i flere tilfælde slet ikke skilles ad<sup>173</sup>.

### Ydelsesprofil



## Nyheder..

Øreakupunktur  
Terminalpunktur  
Babyzoneterapi  
Lungeterapi

Lungeterapi er velegnet for rygere eller tidligere rygere og fremmer lungefunktionen.

Kinesisk Akupunktur 2000

**Tilbud**

**Kurbad og massage**

Kurbad & 35 min. massage kr. 400.-  
Kurbad & 60 min. massage kr. 600.-  
Kurbad & 80 min. massage kr. 750.-  
Kurbad & 120 min. massage kr. 1050.-

6 x Kurbad & 35 min. massage kr. 2300.-  
6 x Kurbad & 60 min. massage kr. 3300.-  
6 x kurbad & 80 min. massage kr. 4200.-  
6 x kurbad & 120min. massage kr. 5900.-

**Ved bestilling til mindst 2 pers./ pr pers.**

Kurbad & 15 min. massage kr. 270.-  
Kurbad & 20 min. massage kr. 300.-

171 [http://www.amazing-space.dk/treatments\\_body.php](http://www.amazing-space.dk/treatments_body.php)

172 <http://www.complete-me.dk/#/floatation>

173 [http://www.fbs-massage.dk/32\\_nyheder.htm](http://www.fbs-massage.dk/32_nyheder.htm)

## Udbydere i randområdet af sundhedsmarkedet

I randområdet af sundhedsmarkedet er der store grupper af udbydere, som måske ikke tilbyder sundhedsbehandlinger i traditionel forstand, men som udbyder sundhedsprodukter, forsker i sundhedsbehov og er afgørende kommercielle spillere med muskler og initiativ, når man taler om et privat sundhedsmarked. Derudover er disse klynger af udbydere eksponenter for fremtidens sundhedsmarked, som rækker langt udover og væk fra sundheds relation til sygdom og længere og længere ind på markedet for forbedring, selvbehandling og selvoptimering.

Fødevarer og drikkevarer med sundhedseffekt

- \* Skønhed (den del af markedet for skønhed, som hænger naturligt sammen med sundhed, wellness og træning)
- \* Remedier (i form af motionsapparater, farmaceutiske apparater m.m.)
- \* Teknologi (apps, målere, hjemme-analyser)
- \* Selvhjælp (bøger, film, kurser)
- \* Kosttilskud og vitaminer

## Sundhedsteknologier

Stadigt flere teknologier, der kan overvåge vores helbred, bliver transportable, nemme at betjene og billigere. Teknologiske muligheder, der boostes af den hastige udbredelse af smartphone og tablets/iPads.

Vi vil komme til at se den store interesse for sundhed, og særligt det at kunne overvåge sin egen sundhed, afspejle sig i forbruget. Vi vil gerne have applikationer, der hjælper os med at holde styr på, præcis hvor meget vi bevæger os og som motiverer os til at sætte mål og overholde dem. Vi vil også gerne uploade vores resultater til nettet, så vi får overblik, deler oplysninger med andre, får mulighed for coaching osv. Coop solgte sidste jul Familiens Velværesæt, der var blodtryks og BMI målere i både voksen og børneudgave og meldte udsolgt længe før jul.

Apples App Store tilbyder nu 9.000 mobile sundheds apps. Herunder næsten 1.500 cardio fitness apps, over 1.300 kost apps, over 1.000 stress og afslapning apps og over 650 kvinders sundhed apps. I midten af 2012 forventes dette tal at nå 13.000<sup>174</sup>.

Forbrugerne får via teknologien mulighed for at selvmonitorere, forebygge, undersøge, forbedre, overvåge, dele, forvalte og i sidste instans selvbehandle deres sundhedstilstand. Udover apps er der tale om diverse overvågnings- og måleinstrumenter.

Udover selv at kunne overvåge ens sundhedstilstand giver teknologierne også sundhedspersonale mulighed for at overvåge patientens tilstand og blive alarmeret, hvis patientens tilstand forværres.

Et godt eksempel på et sundhedsmonitorerende produkt er Phillips DirectLife<sup>175</sup>. Det er en lille, transportabel letvægtsmonitor, som opbygger en detaljeret statistik over brugerens daglige aktiviteter. Dataene uploades til brugerens personlige DirectLife-side på nettet og her kan man så se kalorieforbruget gennem dagen. Der kan opstilles personlige mål, og der er mulighed for coaching og at sammenligne sig med andre.



174 <http://mobihealthnews.com/research/consumer-health-apps-for-apples-iphone/>

175 <http://www.directlife.philips.com/>

Endomondo<sup>176</sup>, er en dansk udviklet mobilapplikation, der gratis kan downloades til smartphonen. Endomondo bruger gps-funktionen i mobilen (eller et Garmin gps-ur) til at tracke alle dine sportsaktiviteter, som foregår over distancer – f.eks. løb, gang, cykling, skiløb, rulleskøjteløb osv. Applikationen noterer sig dine sportsdata – hvor langt du har løbet, hvorhenne og på hvor lang tid. Dine data bliver organiseret, og der kan sættes personlige mål. Endomondo fungerer samtidig som et motiverende community, hvor man kan få inspiration fra ligesindede, udfordre dem og følge deres præstationer i realtid.

Jawbone's Up der blev lanceret i november 2011 er et armbånd med personlig tracking-enhed, der sporer en brugers måde at bevæge sig, spise og sove på. Enheden synkroniserer med en iPhone app, og brugerne kan indstille enheden til at vibrere, når de har været inaktive i en periode, konkurrere med venner og endda tjene virkelige belønninger for at gennemføre aktivitetens udfordringer<sup>177</sup>.

Pain Free Back, et interaktivt ryg smertelindrings produkt. På baggrund af brugernes indtastning af specifikke data om deres rygsmarter tilbydes motionsløsninger<sup>178</sup>. Den sættes i en iPad, iPhone eller iPod Touch og tager brugers blodtryk. Data kan sendes direkte til en læge eller offentliggøres (fortroligt) på internettet<sup>179</sup>.

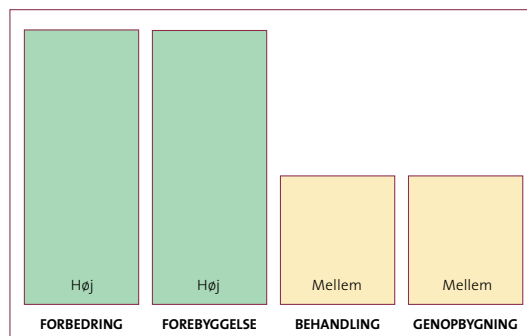
Skin Scan er en app, der giver brugerne mulighed for at scanne og overvåge modermærker over tid, med det formål at forebygge ondartet hudkræft. Den app fortæller brugere, hvis et besøg hos deres læge eller hudlæge er tilrådeligt<sup>180</sup>.

I oktober 2011 demonstrerede Ford tre programmer, som tilbyder sundhedsovervågning i bilen. Hensigten er at give chaufførerne mulighed for at holde styr på kroniske sygdomme som diabetes, astma og høfeber under kørsel<sup>181</sup>.

Stamcelleteknologi er en anden form for teknologi der giver helt andre og nye muligheder for behandling af sygdomme. Emcell behandler patienter med forskellige sygdomme, såsom diabetes mellitus, dissemineret sklerose, Parkinsons sygdom, Duchenne muskeldystrofi, kræft, blodsygdomme og mange andre, herunder sjældne genetiske og arvelige sygdomme. De gennemfører også en del anti-ageing behandlinger<sup>182</sup>. Teknologien er ikke godkendt i Danmark, EmCell har klinikker i Kiev og Ukraine, som besøges af stadig flere danske sundhedsforbrugere og alvorligt syge.

En anden teknologisk mulighed er at få foretaget DNA analyser, så du som forbruger/patient ved hvilke sygdomme du er disponeret for, dvs. hvad er den genetiske risiko profil. deCODEme er et eksempel på en af de virksomheder der tilbyder dette<sup>183</sup>. 23andme tilbyder også DNA test der bl.a. giver mulighed for at forudsige den individuelle risikoprofil af visse sygdomme, og tilbyder også at man kan identificere evt. familie medlemmer, etnisk profil etc<sup>184</sup>.

### Ydelsesprofil



176 <http://www.endomondo.com/login>

177 <http://jawbone.com/up>

178 <http://www.smarthealthsoftware.com/pain-free-back.php>

179 <http://www.withings.com/en/bloodpressuremonitor>

180 [http://www.skincanapp.com/index\\_2](http://www.skincanapp.com/index_2)

181 <http://corporate.ford.com/news-center/press-releases-detail/pr-ford-and-healthcare-experts-34627>

182 [www.emcell.dk](http://www.emcell.dk)

183 <http://www.decode.com/>

184 <https://www.23andme.com/>

## Selvhjælp

Markedet for selvhjælp på sundhedsmarkedet er stort og i vækst. Forbrugere vil gerne gøre noget selv for deres sundhed både for at forebygge, behandle, genopbygge eller forbedre deres sundhedsmæssige tilstand. Markedet for selvhjælp ses blandt andet i det voksende antal selvhjælpsprodukter og - ydelser der findes og købes i form af bøger, hjemmesider, kurser, foredrag, workshops, rejser mm.

### Bøger

Selvhjælpsbøger har boomet meget de senere år og der er snart sagt ikke det problem, den lidelse der kan fås bøger for. Stress, børn, kærlighed og sex samt varierende guides til mere livskvalitet med den nyeste trend 'mindfulness' i spidsen. Det er de emner, der fylder mest blandt de mange udgivelser af selvhjælpsbøger.

»Før var det titler om vandkrystaller og numerologi, der var oppe i tiden. Nu er bøgerne mere brugsorienterede og relaterer sig til den virkelige verden og det at få hverdagen til at hænge sammen«. siger Ane Børup fra forlaget Lindhardt og Ringhof<sup>185</sup>.

**Noget af det mest markante på hylderne af selvhjælpsbøger er bøger med gode råd til, hvordan man klarer endnu mere i hverdagen.**

Herudover er det mest markante på hylderne bøger med gode råd om, hvordan man klarer endnu mere i hverdagen og om, hvordan man bliver mere tilfreds i sit liv<sup>186</sup> med titler som 'Hvad venter du på', 'Fra overlevelse til overskud'<sup>187</sup> og 'Kan du nå det?'

Der er masser af bøger der tilbyder at øge den mentale sundhed med titler som: Lattertræning, Velsign dit liv, Mindfulness i din hverdag, Selvværd for begyndere<sup>188</sup>, Den firefoldige vej, Drømmenes sprog og De destruktive følelser.

### Magasiner og medier

Der er i dag ikke det dagblad, lokalavis, ugeblad eller magasin, der ikke beskæftiger sig med sundhed i forskellige former. Selv Børsen har deres faste FødevarerSundheds tillæg.

Af magasiner alene kan bl.a. nævnes: Magasinet sundhed – det nye helsemagasin<sup>189</sup>, Helse<sup>190</sup>, I Form<sup>191</sup>, aktiv træning, FitLiving, Løbemagasinet, Psykologi magasin<sup>192</sup>, Liv & Sjæl og Selvet, Danmarks spirituelle webmagasin<sup>193</sup>.

Derudover ser vi, at sundhed også er et centralt emne for mange af de virksomhedsmagasiner der udgives for banker, forsikringselskaber, a kasser osv.. Som eksempel kan nævnes Nettos magasin Lime – der fokuserer på overskud i hverdagen<sup>194</sup>.

TV- fladen er ikke gået ram forbi og indeholder masser af programmer om sundhed og –inspiration, om hvordan man kan tabe sig, komme i form, spise sundere osv. Som f.eks. med "BS og basserne nu med kvinder" på TV2.

### Kurser, foredrag og workshops mm

Der er meget stor efterspørgsel efter foredrag om sundhed både fra virksomhedernes side og i privat regi. Forbrugere vil have viden, inspireres og motiveres. Chris MacDonald er i dag foredragsholder nr. 1 i Danmark indenfor sundhed og motivation. Han skriver løbende for Berlingske Media - herunder Berlingske, BT og Løb Nu<sup>195</sup>. Han er i øjeblikket Danmarks stærkeste sundhedsbrand og har sin egen hjemmeside med "videnscenter og udgiver bøger<sup>196</sup>.

Umahro som er et andet stærkt sundheds brand indenfor kost tilbyder, at man kan deltage i en online vitalitets boot camp i 2012. Han lover, at man vil få al den energi, vitalitet, velvære og power, du fortjener og behøver for at rykke i 2012! Det hele for 350 kr. pr deltager<sup>197</sup>. Umahro tilbyder også Selvhjælpsworkshops i grupper, hvor man sammen med ligesindede får den teoretiske viden og de praktiske redskaber til via kost, næring og levevis, at gøre en forskel<sup>198</sup>.

I Falck Healthcare tilbydes også foredrag og kurser til inspiration og viden om fx sundhed og kost. De fremhæver at de holder sig løbende ajour med den sidste nye forskning på sundhedsområdet og deler gerne deres viden med kunderne og skriver at de ved, hvad der skal til for at motivere den enkelte til at ændre kurs<sup>199</sup>.

Udover kurser er der også en stigning i antallet af sundhedsferier.

185 [http://politiken.dk/kultur/boger/faglitteratur\\_boger/ECE868694/selvhjaelpsboeger-er-stadig-populaere/](http://politiken.dk/kultur/boger/faglitteratur_boger/ECE868694/selvhjaelpsboeger-er-stadig-populaere/)

186 Rene Henriette Oestrich: Slip bekymringerne. Politikens Forlag

187 Henrik Krogh: Fra overlevelse til overskud. Lindhardt og Ringho

188 <http://www.psykeogsjael.dk/webapp/wcs/stores/servlet/CategoryDisplay?catalogId=10001&storeId=10655&categoryId=14233&langId=100&club=LIV&newCurrentPage=1&id=entifier=011-03-02&displayAll=false>

189 <http://www.magasinet-sundhed.dk/>

190 <http://www.helse.dk/>

191 <http://iform.dk/>

192 <http://www.psykologimagasinet.dk/Se-nyeste-blad/1007-nyt-psyk-paa-gaden.aspx>

193 <http://www.selvet.dk>

194 [agasinetlime.dk](http://www.agasinetlime.dk)

195 <http://www.athenas.dk/chris-macdonald-foredrag-sundhed-livsstil-ernaering.htm>

196 <http://www.chrismcdonald.dk/>

197 <http://www.umahro.dk/3841/>

198 <http://www.umahro.dk/selvhjaelp>

199 [www.falck.dk](http://www.falck.dk)

60'ernes autentiske klassiske dannelsesrejse til yoga-klostre i Indien, de såkaldte ashrams, er igen populær<sup>200</sup>. Man kan tage også tage på genoptrænings- og min-ferieophold ved Vejlefjord med Sund- Ferie.dk. På krævende cykelferie i Cambodia med Topas<sup>201</sup>. Tage på silent retreat på et kloster eller med familien til Club La Santa på Lanzarote eller nyeste Playitas.

### Hjemmesider

Stort set alle centrale aktører og spillere tilbyder en form for selvhjælp, inspiration og viden om sundhed på nettet. Og mulighederne og tilbuddene forbedres løbende markant.

Der er generelt kommet rigtig gode muligheder for forbrugerne og patienterne for at indsamle egen viden på nettet, og niveauet er højnet væsentligt.

En ny analyse viser, at 87 procent af alle danskere over 18 år søger information om sundhed og sygdom på internettet, og at 67procent af alle voksne danskere besøger Netdoktor.dk<sup>202</sup>.

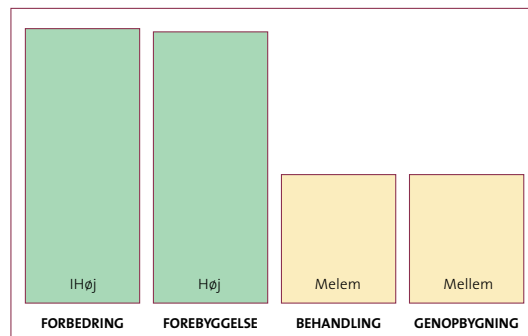
**Sundhedsguiden.dk:**  
**”Vi er Danmarks førende udbyder af information indenfor forebyggelse, sundhedsfremme, sygdom, helbredelse og alternativ behandling. Vores sigte er at være din partner i din daglige stræben efter et sundt liv eller helbredelse for dig selv eller dine nærmeste.”**

Sundhed.dk er det offentlige sundhedsvæsen på internettet. Men også Sundhedsstyrelsens hjemmeside<sup>203</sup> tilbyder omfattende viden og inspiration.

De forskellige patient- og interesseforeninger har også en central rolle m.h.t. hvad de tilbyder af viden og input til selvhjælp på deres hjemmesider<sup>204</sup>. Amerikanske patientslikeme.com er nok det bedste eksempel på, at patienter finder sammen i netværk udenom etablerede sundhedssystemer og udveksler erfaringer, råd og journaler. Det har gjort patientslikeme.com til verdens største journalsamling.

Som en konsekvens af, at hele sundhedsmarkedet er så stort og svært overskueligt er der kommet et væld af hjemmesider, der skal hjælpe forbrugerne gennem denne jungle af muligheder; Privathospitalsguiden, Privatklinikguiden, Beautyguiden, Alternativbehandlerguiden, Psykologguiden osv. Sygeforsikringen Danmark har indgået et samarbejde med det uafhængige lægeselskab Doctorservice, der står bag Behandlingsvejviseren.dk<sup>205</sup>.

### Ydelsesprofil



200 [http://www.flexyoga.dk/JP\\_yogaferie.pdf](http://www.flexyoga.dk/JP_yogaferie.pdf)

201 <http://www.topas.dk/Cykelrejser.html>

202 The Nielsen Company 2010. <http://www.netdoktor.dk/om.htm>

203 <http://www.sst.dk>

204 <http://www.patientvejledningen.dk/patientforeninger/>

205 <http://www.behandlingsvejviseren.dk/>

## Sundhedsremedier

Det voksende marked for sundhedsremedier vidner om, at forbrugerne i stigende grad er interesserede i selv at kunne gøre noget i forbindelse med deres sundhedsforløb, og at hjemmet bliver et omdrejningspunkt for sundhedsovervågning.

Sundheds remedier og udstyr dækker sportstøj, sportssko, sportsudstyr, træningsmaskiner, diverse måleapparater og farmaceutiske apparater til hjemmebrug<sup>206</sup>. Det er et voksende marked selvfølgelig fordi der bliver bedrevet mere og mere sundhed, men også fordi forbrugerne "ikke går ned på udstyret". Sundhed er godt, men sundhedsforbrug er endnu bedre og således betragter forbrugerne i stigende grad sundhed som et forbrugsrum, hvori de kan boltre sig i specialudstyr, løbetights, yogamåtter, løbesko (til forskelligt underlag og inde/ude), cykelshorts, styrketræningshandsker, zumbasko, pulsmåler og en masse andet gear og gejl.

### Sportstøj, sportssko, sportsudstyr og tilbehør

Omsætning indenfor sportsudstyr er siden 1995 steget med hele 38% - dobbelt så meget som stigningen i den samlede detailbranche herhjemme og mere end 50% højere end udviklingen i otte EU-lande. Danmark er det land i EU med det højeste forbrug af sportsudstyr pr. indbygger<sup>207</sup>.

De store landsdækkende kæder som Stadium og Sportsmaster er centrale udbydere af sportstøj, sko og diverse udstyr og tilbehør. De mere traditionelle sportsbutikker får dog konkurrence af de mange muligheder der er for at købe tøj og udstyr på nettet som f.eks. hos Lagersport.dk<sup>208</sup> og Billigsport24.dk<sup>209</sup>.

Der er en tendens til at behovene bliver mere specialiserede indenfor løb<sup>210</sup>, yogaudstyr<sup>211</sup>, ja alle sportsgrene.

Diverse træningsmaskiner og udstyr er et stort område. Giver mulighed for at have sit eget fleksible træningssetup. Der er mange udbydere der sælger professionelt udstyr<sup>212</sup>, og der bliver også solgt meget trænings udstyr på f.eks. TV Shop<sup>213</sup>. Der udbydes også træningsudstyr til mere specifikke behov Gigtforeningen tilbyder f.eks. træningsudstyr specielt målrettet deres målgruppe<sup>214</sup>.

## Diverse tekniske apparater

Hvad der for få år siden var forbeholdt sundhedsfagligt personale er i dag blevet muligt for helt almindelige mennesker. Muligheder for at måle sin sundhedstilstand og ydeevne stiger med eksplosiv hast p.g.a. de teknologiske muligheder, og det er blot et spørgsmål om tid før der kommer et spejl eller toilet på markedet, som analyserer, hvad man har indtaget og kan komme med anbefalinger til, hvad man trænger til af kost, vitaminer, mineraler osv.

Skriddtællere der måler tilbagelagt strækning og kalorieforbrug, cykelcomputere, løbecomputere, blodtryksmålere til hjemmebrug<sup>215</sup>, kropsvægte der måler ens fedtprocent, SMI målere, blodsuktermålere osv. Er alt sammen bredt tilgængeligt både pris- og distributionsmæssigt.

Ældresagen reklamerer med Pulsoximeteret, et iltmålingsapparat, hvor man måler blodets iltindhold og pulsen ved at sætte pulsoximeteret på fingeren.

Man kan f.eks. hos Homecare.dk<sup>216</sup> få et bredt udvalg af remedier indenfor sundhed som f.eks. et alkometer, drejepuder, hjertestartere eller udstyr til inkonsistens.

### Mere alternativt udstyr

Visse alternative behandlingsformer fås også i hjemmebrugsudgaver. Det gælder f.eks. tarmskytning der nu fås som hjemmekit<sup>217</sup>. Man kan tage billeder af sin aura og chakra med et specielt kamera, der også viser den fysiske og psykiske tilstand samt dit stressniveau<sup>218</sup>.

Lige som der findes tarotkort, krystaller og meditation-udstyr til hjemmbrug.

Tilbehør/udstyr til bevægelseshæmmede  
Der udbydes mange produkter til bevægelseshæmmede med forskellige behov.

Borringia og Sahva er specialiseret i hjælpemidler til bevægelseshæmmede<sup>219</sup>, ligesom seniorshop.dk er det til ældre. Markedet for hjælpemidler spås stor vækst pga. det stigende antal ældre og voksende behov for hjælpemidler indenfor handicapområdet.

206 Traditionelle hjælpemidler er ikke medtaget.

207 Danmarks Statistik

208 . <http://www.lagersport.dk/sportsbutik/137-sportsudstyr/>

209 <http://www.billigsport24.dk/>

210 [http://www.loebeshop.dk/?gclid=CKzSqOKC\\_6wCFc5YmAod-TbyTA](http://www.loebeshop.dk/?gclid=CKzSqOKC_6wCFc5YmAod-TbyTA)

211 [http://www.yogaudstyr.dk/?gclid=CND96--C\\_6wCFZEvmAodoznTA](http://www.yogaudstyr.dk/?gclid=CND96--C_6wCFZEvmAodoznTA)

212 <http://www.bm-fitness.dk/group.asp?group=2>

213 <http://www.tvshop.com/DK/list/g>

214 <http://butik.gigtforeningen.dk/Varer.aspx?gruppe=10>

215 [http://www.homecare.dk/shop/blodtrykmaaler-13c1.html?gclid=CKXnlueD\\_6wCFe8umAodOCa1Q](http://www.homecare.dk/shop/blodtrykmaaler-13c1.html?gclid=CKXnlueD_6wCFe8umAodOCa1Q)

216 <http://www.homecare.dk/shop/frontpage.html>

217 <http://www.netspiren.dk/pi/Tarmskytning-til-hjemmebrug-15102-463.aspx>

218 <http://shop.femina.dk/ProductInfo/aurafoto/?profile=Femina&group=det-alternative>

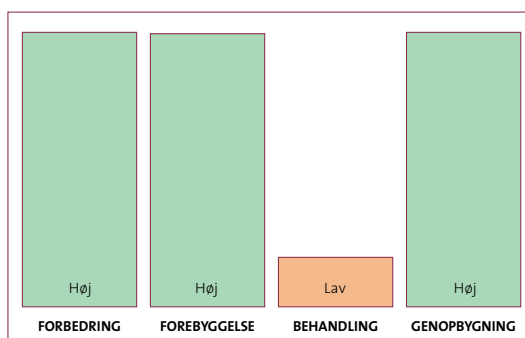
219 <http://www.borringia.com/da/home>

### Udstyr til ældre

I takt med, at der bliver flere ældre og flere rigtig gamle og at både borgere og sundhedssystemet har interesse i, at borgere og patienter er så meget hjemme som muligt vil udbuddet og markedet for omsorgs og plejeudstyr til hjemmet eksplodere lige som vi ser det indenfor udviklingen af omsorgsteknologien (den første "vaskehal" er efter sigende udviklet til ældre)



### Ydelsesprofil



## Fødevarer

Sunde fødevarer og drikkevarer er blevet en væsentlig dimension på sundhedsmarkedet. Antallet af deciderede sundheds-rettede føde- og drikkevarer er stødt stigende ligesom antallet af sundheds-løfter er eksplosivt stigende. Det samme gælder medier og eksperter, der dagligt ”battler” i dagblade og på TV om, hvilke fødevarer, der er de nye super foods og hvilke fødevarer vi kan forvente vi dør af at spise. Markedet for såkaldte berigende fødevarer (functional food) er på globalt niveau i voldsom vækst, og dette er udelukkende drevet af sundhedsinteressen. I Danmark er netop dette marked indtil videre restriktivt reguleret.

Fødevarerhvervet og de primære producenter Hele fødevarerhvervet har store interesser i at følge ”sundheden” nøje. Erhvervet har et politisk og samfundsmæssigt ansvar, men har i høj grad også egne kommercielle interesser, både nationalt og i forhold til eksport..

Der er stort fokus på fødevarerinnovation. Agro Food Park er en international videns- og virksomhedspark inden for landbrugs- og fødevarerhvervet. Her samarbejder virksomheder, forsknings- og uddannelsesinstitutioner og myndigheder om innovation, opgaver og projekter<sup>220</sup>. Madkulturen er etableret under Ministeriet for fødevarer. Madkulturen arbejder ud fra visionen om at styrke madkulturen i Danmark med fokus på at styrke kvaliteten af den mad, vi spiser såvel ude som hjemme og at styrke udviklingen og afsætningen af kvalitetsfødevarer<sup>221</sup>.

Af regionale initiativer er f.eks. etableringen af Future Food innovation som er et innovationsmiljø, der skal understøtte åben, radikal innovation inden for fødevarerområdet<sup>222</sup>.



### Sundhedsprogram



SuperBest vil ikke kun være hele Danmarks fødevarermarked med et fødevarerassortiment, der er bredt og interessant for alle. Vi vil også gøre det let at vælge en sund livsstil!

Vi er derfor glade for på denne side at kunne tilbyde dig hjælp og støtte til at påbegynde et nyt og sundere liv. Hvad enten du har brug for psykologi & coaching, hjælp til rygestop, vægttab eller motion – ja så får du her muligheden for at komme godt i gang. Gennem et flerårigt samarbejde med De Danske Vægtkonsulenter omkring distribution af

deres fødevarer er det blevet mere og mere tydeligt for os, at der er stort behov for og efterspørgsel efter – ikke blot sunde fødevarer – men også efter rådgivning og vejledning omkring sunde vaner generelt.

Som landsdækkende detailhandelskæde med 220 supermarkeder, der dagligt sælger fødevarer til hundredtusindvis af mennesker hver dag kan vi ikke undgå andet end at føle et ansvar over for vores kunder. Dette ansvar vil vi gerne leve op til.

Vi håber, at vi med denne side kan hjælpe dig og mange andre mennesker til en ny og sundere livsstil.

220 <http://www.agrofoodpark.dk/AgroFoodPark.htm>

221 <http://madkulturen.dk>

222 <http://www.futurefoodinnovation.dk/>

## Fødevarerproducenter og importører

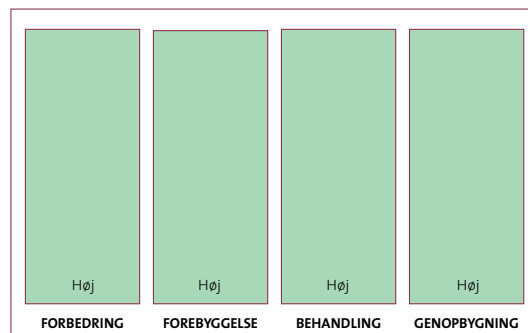
Fødevarerproducenterne har selvfølgelig en stor økonomisk interesse i at udvikle sunde fødevarer og markedsføre dem og sig selv som sunde. Der er nærmest ikke den fødevarerproducent eller det fødevarerbrand der ikke fokuserer på sundhed i en eller anden form. Nogle producenter går ”all in” og gør deres produkter sundere med flere fibre, mindre fedt og mindre sukker. Andre producenter har mere sundhed som markedsføringsfokus og lancerer en ny light variant.

Det er med nøglehulsmærket blevet mere overskueligt hvad der er ”sundt” for forbrugerne<sup>223</sup>. Men hele udbuddet af fødevarer og deres sundhedsmæssige egenskaber er et meget broget og mildt sagt uoverskueligt område.

## Dagligvarehandelen

Har også en stor interesse i sunde fødevarer og drikkevarer og ønsker i høj grad at positionere sig på det. Fakta er sund fornuft og Super brugsen gør f.eks. meget ud af at promovere nøglehulsmærket<sup>224</sup>. Og man kan tilmelde sig Super Best Sundhedsprogram og blive slank inden sommer<sup>225</sup>: ”Super Best vil ikke kun være hele Danmarks fødevarermarked med et fødevarerassortiment, der er bredt og interessant for alle. Vi vil også gøre det let at vælge en sund livsstil<sup>226</sup>.”

## Ydelsesprofil



223 <http://www.noeglehullet.dk/Forside.htm>

224 <http://www.superbrugsen.dk/vores+varer/ansvarlige+varer/noeglehullet>

225 <http://www.sb-sundhedsprogram.dk>

226 <http://www.sb-sundhedsprogram.dk/pages/webseite.asp?articleguid=28215&menuGuid=11538>



## Skønhed

At gøre noget ved sit udseende og fokusere på skønhed er i de senere år blevet mere legalt, det at få større bryster noget, der reklameres for på buslangsider, og kosmetiske ydelser og behandlinger er et marked i vækst.

Alt afhængig af hvordan man definerer det, ligger skønhed umiddelbart et stykke væk fra sundhed. Men der er en stigende tendens til at betragte det hele menneske, hvor også skønhed er en del af sundhedsbegrebet. Nogle taler om den indre og ydre skønhed.

De forskellige områder, skønhed, velvære og sundhed synes at hænge mere og mere sammen i de produkter og ydelser som de forskellige aktører tilbyder. Helseportalen er en portal om skønhed, sundhed og helse. ”På Helseportalen finder du masser af spændende artikler om sundhed, skønhed og helse. Du finder lækre madopskrifter, spare tips og effektive træningsformer. ”Se for eksempel vores mange opskrifter på hjemmelavede skønhedsprodukter, der er både billige, effektive og 100 % naturlige. Du kan også læse om stress, alternativ behandling, slankekur, motion og meget mere<sup>227</sup>.” Tingene smelter i stigende grad sammen.

Skønhedsklinikker der tilbyder diverse behandlinger Et meget stort marked med mange forskellige aktører, tilbud og ydelser.

Der eksisterer en lang række klinikker der tilbyder forskellige former for ansigtsbehandlinger, peelinger, øjenvippe extensions, permanent makeup, eller makeup der kun holder en aften. Det kan være med forskellige fokus som f.eks. økologisk skønhedsklinik<sup>228</sup> eller skønhedsklinikker for mænd<sup>229</sup>.

Der tilbydes forskellige kropsbehandlinger som f.eks. spraytan, bodywrap, chokoladebehandlinger, voksbehandlinger og SPA behandlinger.

Ofte kan man få mange forskellige behandlinger under samme tag<sup>230</sup>.

## Plastikkirurger

Er et område i vækst og der er flere og flere der får lavet forskellige kosmetiske indgreb og behandlinger. Fra løft af øjenlåg, fjernelse af overflødig maveskind til større bryster. Det er blevet mere populært og legitimt. Nygarts Plastikkirurgi<sup>231</sup> var f.eks. omdrejningspunktet for en TV serie hvor man følger livet på klinikken og de forskellige patienter<sup>232</sup>

Andre medicinske behandlinger end egentlig plastik kirurgi, udføres hos plastique klinikker på andre medicinske klinikker og i visse tilfælde sågar i wellness klinikker. Ofte er der tale om injektionsbehandlinger, som indebærer at man sprøjter kroppens egne fedtceller eller en lægemiddelkvalificeret substans ind i huden med det

227 <http://www.helseportalen.com/om>

228 <http://www.theskinlounge.dk/forside/et>

229 <http://www.mensroom.dk>

230 <http://www.nail-body.dk/>

231 <http://www.nygart.dk/dk/plastikkirurgi.html>

232 <http://tv.tid.tv2.dk/nytomtv/article.php/id-44093177.html>

formål at forbedre udseendet. Oftest Botox og Retylane<sup>233</sup>.

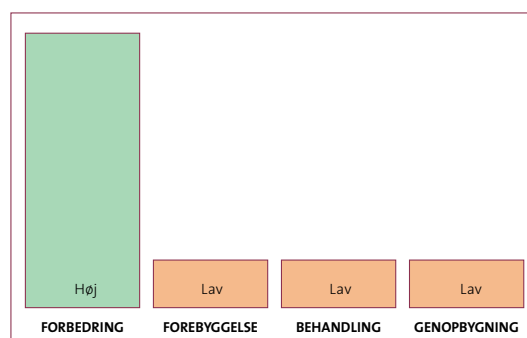
Matas, varehuse og parfumerier mm.

Detailhandelen er vigtige aktører indenfor skønhedsområdet. Det er dem der påvirker os og som vi først og fremmest møder i vores dagligdag. Ofte tilbydes der både rådgivning og behandling. I dag står Matas for langt den største del – og hos Matas kan man netop få både de traditionelle skønhedsprodukter og kosttilskuddet under samme tag.

Producenter af skønhedsprodukter

De store kendte kosmetik producenter er med til at sætte rammerne for skønhed og for skønhedsbehandling. De dominerer det kommercielle reklamemarked og er dermed meget synlige. Det er ofte også dem der har de store ressourcer til forskning osv. indenfor nye områder og teknologier og også ressourcerne til at introducere nyheder på markedet.

## Ydelsesprofil



233 [www.nage.dk](http://www.nage.dk)

## Vitaminer og kosttilskud

Naturmedicin er en fællesbetegnelse for fire forskellige typer af produkter. Det drejer sig om naturlægemidler, stærke vitamin- og mineralprodukter, traditionelle plantelægemidler og homøopatiske lægemidler. Fælles for dem er, at de har status som lægemidler og hører under Lægemedelloven. Naturlægemidler er til at behandle lettere sygdomme og symptomer. Det er i de tilfælde, hvor du ikke har brug for en læge. Der er derfor krav til naturlægemidlers virkning og kvalitet<sup>234</sup>.

Kosttilskud er en særlig kategori af produkter, der hører under Fødevarerloven og skal registreres hos Fødevarerstyrelsen. Kosttilskud er ikke lægemidler og der er dermed ingen særlige krav til virkning.<sup>235</sup>

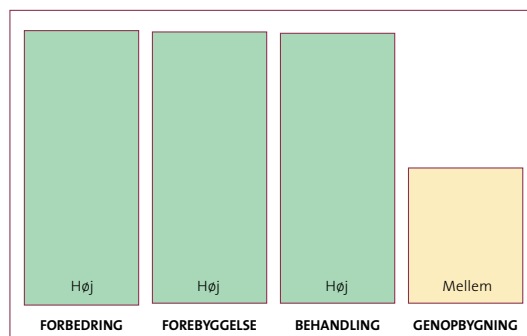
Naturmedicin, naturlægemidler, vitaminer og mineraler, traditionelle plantelægemidler, homøopatiske lægemidler<sup>236</sup> og kosttilskud hører traditionelt set under alternativ behandling og er et kæmpe område i sig selv.

Jo mere ansvar forbrugerne tager over deres sundhedstilstand, jo mere de kaster sig ud i selvmonitorering og selvbehandling, jo større kravene til den optimale sundhedstilstand bliver, jo færre bivirkninger der er og jo flere diagnoser, der sættes på borgerne - jo større bliver forbruget af kosttilskud og vitaminer. For ikke at tale om det, der populært kaldes for livsstilsmedicin dvs. medicin som anvendes af mennesker som ikke har den indikation medicinen oprindeligt var udviklet til (Ritalin til at øge koncentrationsevne for eksempel).

Det vurderes, at der sælges for 1,2 mia kosttilskud om året i Danmark<sup>237</sup>.

Ca. 40 % af kosttilskuddene sælges i dagligvarebutikker, 40 % sælges i helsekostforretninger og 20 % sælges på apoteker og andre udsalg. Hertil kommer et ukendt salg af kosttilskud fra udenlandske firmaer via internettet.

### Ydelsesprofil



<sup>234</sup> <http://dagenssundhed.dk/alternativ-behandling/naturl%C3%A6gemidler/naturl%C3%A6gemidler>

<sup>235</sup> <http://dagenssundhed.dk/alternativ-behandling/naturl%C3%A6gemidler/naturmedicin-og-kosttilskud>

<sup>236</sup> Fælles for dem er, at de har status som lægemidler og hører under Lægemedelloven. [www.vifab.dk](http://www.vifab.dk)

<sup>237</sup> Vurderer Nutraceutisk Industri, som er en brancheforening under DI Fødevarer.

## Konklusion udbyderanalyse

Som det ses af nedenstående oversigt ligger fokus i ydelser længere væk fra sygdom og tættere på forbedring, jo længere vi kommer ud i lagene på udbydermodellen. Således danner, der sig nærmest en diagonal linje igennem modellen, som er illustreret ved den stiplede linje i form af udbydere i retning af sygdom og spillere på den anden side i retning af sundhed.

De sundhedsprofessionelle spiller har af naturlige og historiske årsager en dominerende rolle når det gælder behandling og genopbygning af sygdom. Der er stor forskel på, hvem af de sundhedsprofessionelle spillere, der har bevæget sig over i hhv. forebyggelse og forbedring.

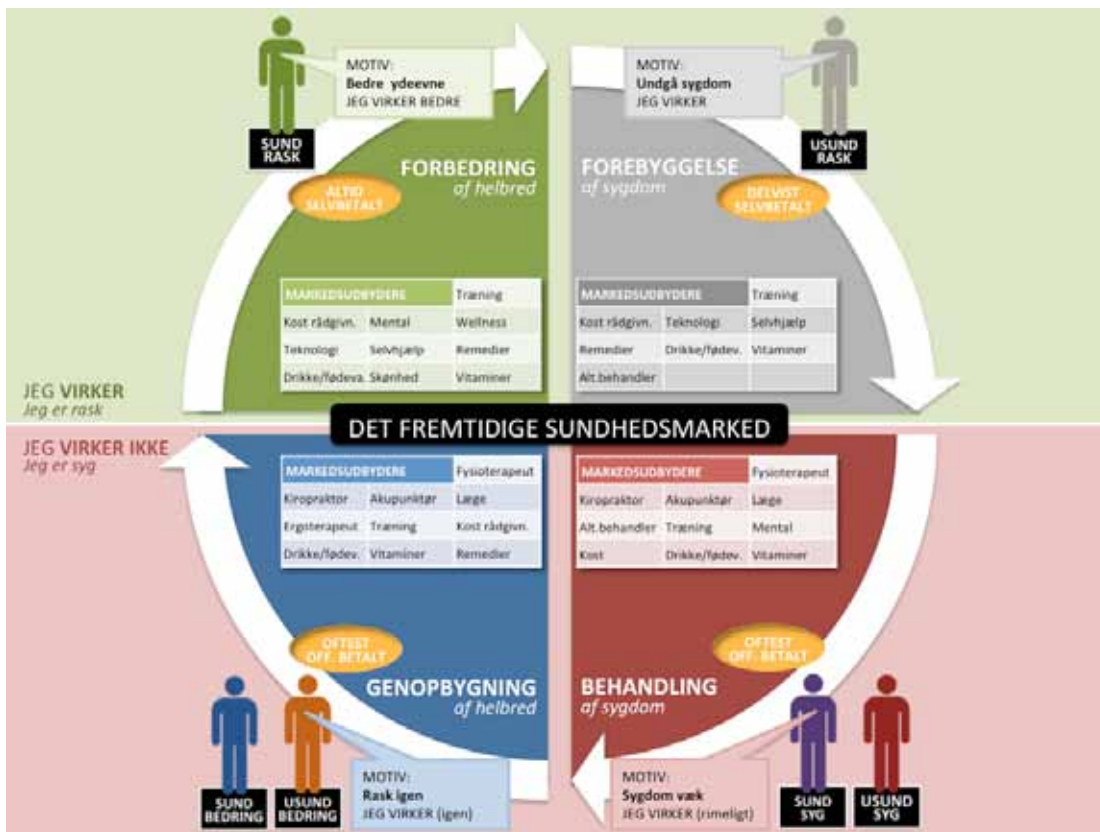
Ser man på sundhedsudbydere i andet lag af udbydermodellen er det kendetegnende for dem, at de spænder stort set over hele spektret fra forbedring til genopbygning. Dette skyldes naturligvis den glidning, der konstant

foregår mellem hvad der accepteres som decideret sygdoms behandling og hvad der ikke gør. Anerkendelsen af både kost og trænings helbredende og behandlende egenskaber er medvirkende til at bringe dette felt så langt over imod sygdomsbehandling.

Ser vi på spillere i udbydermodellens yderste lag, så er her tale om klynger af udbydere indenfor sundhedsmarkedet, som aldrig har haft til hensigt at helbrede sygdomme (måske lige på nær vitaminer og kosttilskud, der nogen gange hævder det). Her har vi at gøre med et kæmpestort og voksende marked af udbydere, som udelukkende lever af at henvende sig til forbrugernes behov for at forbedre og fastholde deres sundhedstilstand.

Det er nu muligt at tilføje udbydere til modellen over sundhedsmarkedet. Vi har kun indsat udbydere, som vurderes til at have et HØJT aktivitetsniveau indenfor det pågældende felt, da det ellers bliver et yderst broget billede af udbydere, som stort set alle byder ind på de fleste dimensioner.

	Forbedring	Forebyggelse	Behandling	Genopbygning
<b>Fysioterapeut</b>	MELLEM	MELLEM	HØJ	HØJ
<b>Kiropraktor</b>	LAV	MELLEM	HØJ	HØJ
<b>Akupunktør</b>	LAV	MELLEM	HØJ	HØJ
<b>Ergoterapeut</b>	LAV	LAV	MELLEM	HØJ
<b>Læge</b>	MELLEM	MELLEM	HØJ	HØJ
<b>Alt. Behandlinger</b>	MELLEM-HØJ	MELLEM-HØJ	HØJ	MELLEM- HØJ
<b>Træning</b>	HØJ	HØJ	HØJ	HØJ
<b>Kostrådgivning</b>	HØJ	HØJ	HØJ	HØJ
<b>Mental sundhed</b>	HØJ	MELLEM	HØJ	MELLEM
<b>Wellness</b>	HØJ	MELLEM	LAV	MELLEM
<b>Sundhedsteknologier</b>	HØJ	HØJ	MELLEM	MELLEM
<b>Selvhjælpsindustri</b>	HØJ	HØJ	MELLEM	MELLEM
<b>Remedier</b>	HØJ	HØJ	LAV	HØJ
<b>Fødevarer/drikkevarer</b>	HØJ	HØJ	HØJ	HØJ
<b>Skønhed</b>	HØJ	LAV	LAV	LAV
<b>Vitaminer &amp; kosttilskud</b>	HØJ	HØJ	HØJ	HØJ



## Tendenser på det private marked for sundhed

Det danske private sundhedsmarked forsøger at følge med efterspørgslen. Forandringer i behov og voksende efterspørgsel blandt forbrugerne er i den grad drivende for markedet i modsætning til andre mere modne markeder, hvor det i højere grad er markedsaktørerne, der udvikler markedet og hermed efterspørgslen.

De traditionelle aktører på sundhedsmarkedet agerer fortsat, som de altid har gjort (næsten), mens forandringerne i samarbejder, ydelser og distribution typisk kommer fra anden side enten fra nye spillere på markedet eller fra distributionsleddet, som vi f.eks. har set det med sundhedsordningerne og sundhedsforsikringerne. Det danske sundhedsmarked bliver mere og mere kommercielt og flere og flere klassiske kommercielle mekanismer flytter ind på markedet i form af alternative finansieringsformer, klassisk konkurrenceklime og højere vægtning af evne til at formidle/fylde på markedet/få airtime, som rykker ved et oprindeligt ideal om indhold over form.

Klassiske ydelser bundles på nye måder og kombineres og suppleres med nye ydelser. Grænser mellem wellness og sundhed, mellem skønhed og sundhed bliver mere og

mere flydende jo længere sundhedsmarkedet drives af sundhedsfokus og ikke af sygdomsfokus.

Privat køb af sundhed bliver mere og mere udbredt og med dette sker der også en udvikling indenfor, hvordan man køber sundhed (abonnementer/medlemskaber, sofistikeret tilbud, selvansvar).

Udbuddet bliver mere individualiseret og specialiseret selvom vi snart vil se i beskrivelsen af efterspørgslen, at privat købte sundhedsydelser kan blive meget mere specialiserede og væsentlig mere sofistikerede end det er tilfældet i dag, fordi forbrugerne oplever, at deres behov bliver mere og mere specialiserede.

Accepten af privat købte sundhedsydelser har på kort tid flyttet sig i Danmark og det er efterhånden bredt accepteret selvom det altid vil skabe debat, hvorvidt privat købt sundhed underminerer eller aflaster det offentlige sundhedssystem. Kendsgerningen er, at der hver dag kommer private tilbud på markedet – fordi der er et marked for privat købt sundhed. Grænserne mellem det private og det offentlige er ikke altid så tydelige, idet private i stigende grad leverer sundhedsydelser til det offentlige.

Sundhed er kommet på agendaen i erhvervslivet og forsvinder ikke igen. 82 % af virksomheder i hovedstaden havde i 2009 en sundhedsordning til deres medarbejdere. Topscorerne er gratis frugt, kantine, motionscenter og massageordninger. De første goder der ryger er dem, som ikke kan dokumentere en direkte positiv effekt på bundlinjen<sup>238</sup>.

238 Capacent Epinion for HK/Privat 2009

Det blev helt tydeligt i 2008-2009, da finanskrisen rasede, at selvom der blev skåret voldsomt ned på personalegoder, så blev der ikke skåret ned på de sundhedsordninger, som lederne mente havde en produktivitetsforøgende effekt.<sup>239</sup>

#### Paradigmeskiftet fra sygdomskultur til sundhedskultur

Institutionsfokus	→	Individfokus
Sygdomsfokus	→	Brugerfokus
Fragmenteret behandling	→	Holistisk behandling
Produktionsstruktur	→	Servicekultur
Én løsning for alle	→	Individualiserede tilbud
Patientens svagheder	→	Patientens ressourcer og kompetencer
Offentlig dominans	→	Partnerskab mellem offentlige og private
Nationalt regulerede udbud	→	Globalt marked for sundhedsydelser
Sygdomskultur	→	Sundhedskultur

#### Det private sundhedsmarkeds værdi

Selvom det private sundhedsmarked tydeligvis er broget og en vanskelig definerbar størrelse med mange udbydere og ydelser af vidt forskellig art, kan man godt forsøge at vurdere markedets værdi i korner og øre. Vi har i vurderingen af det private sundhedsmarked lagt forskellige antagelser og kriterier ned over valget af data og metodiske snit, som der redegøres for undervejs.

Udbydermodellen og -analysen har været en forudsætning for at kunne identificere de udbydere, der udgør det

private sundhedsmarked, som skal vurderes. Analysen har givet forståelse til at kunne identificere de forskellige spilleres markedsområde og gjort det muligt at finde konkrete tal på de forskellige dele af det private sundhedsmarkeds økonomiske værdi.

I vurderingen af det private sundhedsmarkeds værdi har vi anvendt udbydermodellen som rammeværk for at definere markedet og det specifikke forbrug på sundhedsmarkedet.

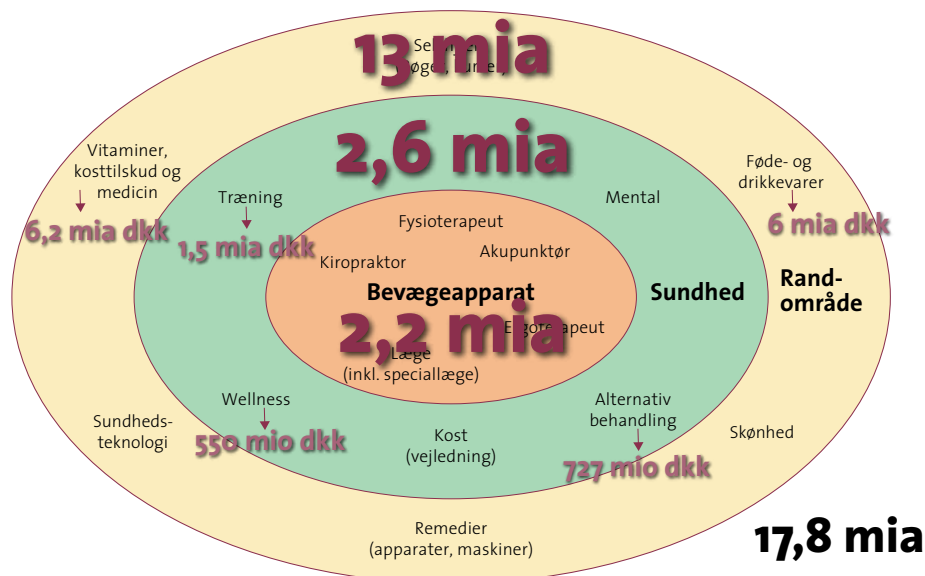
Ser vi på den inderste ring i udbydermodellen, så udgjorde markedet for private sundhedsydelser omhandlende bevægeapparatet ved brug af fysioterapeuter og kiropraktorer i 2010 ca. 1,1 mia. kr. Dette dækker over husstandens udgifter uanset andelen af egenbetaling. Inkluderes alternative behandlinger (inkl. naturlæger) samt læger/speciallæger er markedets værdi ca. 2,2 mia. kr.

#### Værdien af sundhedsmarkedet (eks. Randområde) er steget 60% de seneste ti år.

Den estimerede akkumulerede værdi for cirkel 1 og 2 i sundhedsmarkedet (dvs. eksklusiv randområdet) som skitseret i udbydermodellen udgjorde i 2010 ca. 4,8 mia. kroner. Efter inflationsregulering er dette en stigning på ca. 60%<sup>240</sup> i løbet af de seneste 10 år. Den største vækst er sket indenfor træning, hvor forbruget i 2010 efter inflationsregulering er på knap index 250, mens forbruget til alternative behandlinger ligger på index 137.

<sup>239</sup> 31 % af privatansatte ledere oplyser, at de som en direkte konsekvens af finanskrisen har foretaget en reduktion i personalegoderne. Samtidig ser man en stigning i de private sundhedsforsikringer, som er med til give korte sygefravær. Lederens Hovedorganisations Konjunkturanalyse 2009-2010.

<sup>240</sup> 240 Er beregnet ud fra ændringen i Forbrugsundersøgelsens resultater fra 1999 (omregnet til 2010 priser) samt udviklingen i indenlandsk salg for de forbrugstyper som ikke var tilgængelige i 1999



Danskerne betaler årligt ca. 1,5 mia. kr. til 'Træning' via fitness abonnementer og engangsbetalinger, hvilket er ca. dobbelt så meget som Alternative behandlinger 727 mio. kr.<sup>241</sup>. Wellness<sup>242</sup> udgør ca. 550 mio. kr., Mental sundhed<sup>243</sup> 87 mio. kr. og Kost<sup>244</sup> 300 mio. kr. Når det alene gælder randområdet, så er den samlede værdi i størrelsesordenen 13,0 mia. kr.<sup>245</sup>. Her er de store poster Vitaminer, kosttilskud og medicin<sup>246</sup> samt Kost og fødevarer<sup>247</sup> med hhv. 6,2 og 6,0 mia. kroner. Samlet set udgør de 3 lag i sundhedsmarkedet 17,8 mia. kr.

Den primære kilde til værdiberegningen er en rekvireret særkørsel fra Danmarks Statistiks Forbrugsundersøgelse, hvor 60 forbrugskategorier manuelt er udvalgt og efterfølgende anvendt til at beregne det samlede private forbrug. Kort fortalt dækker Forbrugsundersøgelsen ca. 97% af danskernes privatforbrug. I praksis registrerer man på husstands niveau forbruget fordelt på ca. 1.200 forskellige forbrugstyper.

Da ikke alle kategorier præcist passer til Udbydermodellen og analysens definition af det private sundhedsmarked er der undervejs foretaget nogle skøn ud fra markedsundersøgelse samt anvendt andre tilgængelige kilder. F.eks. er Skønhed beregnet ved at se på antallet af kosmetiske indgreb på privatklinikker (10.465 i 2004) fremskrevet efter udviklingen i antallet af private klinikker (findes i 2007 134 klinikker). Det giver et estimat på 20.000 indgreb. Værdifastsættelsen er foretaget ved at se på behandlingspriser på de typiske behandlingsformer såsom brystforstørrelser, operation af hængende øvre øjenlåg samt fedtsugninger. Her er den gennemsnitlige pris sat til 20.000 kr. hvilket giver en samlet værdi på 400 mio. kr.

241 . Defineret i Forbrugsundersøgelsen som 'Naturlæge, anden alternativ behandling'. Heri er inkluderet ergoterapi, zoneterapi, akupunktur mv

242 Helsestudier, Massage, enkelt-behandling & Øvrige tjenesteydelser til personlig pleje dvs. eksklusiv skønhedspleje samt wellness ophold som ikke kan adskilles fra andre ferie-/rejsetyper

243 .Mental er her udelukkende omkostninger til praktiserende psykologer dvs. eksklusiv meditation, mindfulness, coaching mv

244 Kost er estimeret ud fra at de 500 diætister i Foreningen af Kliniske Diætister (FaKD) dagligt har 4 private kunder værdisat til 800 kr. per seance.

245 Som beskrevet er 'Skønhed' estimeret ud fra det estimerede antal af kosmetiske indgreb og priser på de typiske behandlinger. Der foreligger ikke tal på 'Teknologi' og 'Selvhjælp'. I værdiberegningen er her er foretaget konservative skøn på hhv. 10 og 50 mio. kr. Remedier udgør 220 mio. kr. og er beregnet på baggrund af kategorier der er vurderet som relevante i Forbrugsundersøgelsen.

246 Er en samlet forbrugstype i Forbrugsundersøgelse

247 Udgangspunktet er her 6,5% af forbruget til fødevarer og drikkevarer (u. alkohol) svarende til den andel som Amerikanske studier estimerer Functional Foods udgør.



## **DEL 2: Efterspørgslen og nye behov**

Det er centralt at forstå, hvilke forståelser og normer der er indlejret i begrebet sundhed, ligesom det er centralt at forstå de rammer individets/forbrugerens/patientens behov og efterspørgsel udgår fra. Først herefter bliver det relevant at se på de konkrete adfærdsmæssige forandringer, på baggrund af hvilke der kan dannes strategiske vækstmuligheder for Danske Fysioterapeuter. Disse forandringer er formuleret i en række megatrends baseret på mønstre i adfærdændringer.

## Et holistisk syn på sundhed

Sundhed og sygdom er væsentlige menneskelige grundvilkår, og det at være sund eller syg har givetvis altid været af betydning for mennesker. Det varierer over tid, hvilken betydning sundheden tillægges, hvordan den bestemmes, hvilke årsager der gives til en sygdoms opståen, hvordan den håndteres, og hvilken symbolværdi de enkelte sygdomme og det at være sund får tilskrevet<sup>248</sup>. Sundhed er et komplekst begreb, som ikke umiddelbart lader sig definere i en fastlåst term. Når vi arbejder med forbrugerefterspørgslen og nye behov anlægges en holistisk sundhedsforståelse med begrundelse i de bevægelser og tendenser vi ser vedrørende samfundets og individets forståelse af sundhed.

Med henvisning til WHO's definition rummer en holistisk sundhedsforståelse både den fysiske, mentale og sociale sundhed (jf. afsnittet "Hvad er sundhed?"). Dermed tager vi også afstand til den fysiske reduktionisme, og anvender et fokus, som i høj grad også inkluderer mentale og sociale faktorer, som har betydning for individets sundhed. Et opgør som også fremgår i WHO's erklæring, hvis definition leder tanken hen på, at sygdom og sundhed både kan skyldes og have vigtige konsekvenser for flere sider af livet. Indirekte siger den også, at sundhedsarbejdet bør være konstruktivt forebyggende og ikke blot reparere skader, der allerede er indtruffet.

Det er ydermere interessant at se på, hvordan normerne for hvad der opfattes som værende normalt i en ramme af sygdom og sundhed har forandret sig i takt med en samfundsmæssig afstandstagen til den fysiske reduktionisme. I dag synes normerne for det normale i princippet at være åbne for bevidst manipulation, hvoraf følger, at den biomedicinske udvikling også skaber nye normer. Udviklingen af normerne for, hvad der opfattes som normalt, er kausalt forbundet med den teknologiske

248 [http://www.denstoredanske.dk/Samfund,\\_jura\\_og\\_politik/Filosofi/Menneskets\\_grundvilk%C3%A5r/sundhed](http://www.denstoredanske.dk/Samfund,_jura_og_politik/Filosofi/Menneskets_grundvilk%C3%A5r/sundhed)

Artikel i fuld længde fra Tid og Tendenser nr. 7, 2011 af Erhvervs sociolog Eva Steensig, Lighthouse Cph A/S.

## Fra lavasten og muddermasker til bmi-målere og dna-analyser

*Lige som alle de andre tager jeg 4-5 rene klude fra bøtten som jeg placerer på strategiske steder på cyklen, hvor jeg*

udvikling inden for sygdom og sundhedsområdet<sup>249</sup>. Eksempelvis overvinder nye reproduktive teknologier de naturlige begrænsninger for hele området omkring befrugtning og graviditet. Deraf følger, at individet modtager interventioner som forbrugere, hvilket leder til beslutninger taget på baggrund af ønsker, som kan forekomme banale, narcissistiske eller irrationelle og som ikke bundes i en medicinsk nødvendighed, men derimod frembringes af markedet og den generelle forbrugerkultur. På samme måde forekommer der et skift fra symptom- til årsagsbehandling, hvor vi ikke længere stilles tilfredse med at lappe skaderne, men vi vil finde roden til problemet, løse det og søge at forandre det for bestandigt<sup>250</sup>,

### Hvilke behov opstår?

Der er behov for en holistisk tilgang til mennesket og dets sundhed. Vi adskiller ikke nødvendigvis mental sundhed fra fysisk sundhed, hvilket er en forståelse, der er helt central at være opmærksom på, når man som sundhedsprofessionel tilbyder forskellige former for sundhedsydelse. Der opstår behov for, at netop samspillet mellem de forskellige sundhedselementer integreres i tilgangen til og behandlingen af individet. Kombineres dette forhold

med de generelle forbedrede levevilkår, et fokus på "det gode liv" og teknologiens udvikling opstår det forhold, at individet forventer fuldkommenhed i sundhed.

Kravet om fuldkommenhed vil være gennemgående for konklusionerne på forbrugernes efterspørgsel, hvorfor kapitlerne i denne del af rapporten skal anskues med dette in mente. De bevægelser, vi ser, udgår fra en fundamental efterspørgsel på den fuldkomne sundhed.

Det nutidige menneske = rationel forbruger af sundhed Set i et historisk perspektiv har området omkring sygdom og sundhed været under konstant udvikling, og hvor sundhed frem til omkring 1970'erne blev omtalt som et middel til at opnå andre goder, blev det herefter mere almindeligt at tale om sundhed som et mål i sig selv, ligesom der skabes fokus på "det gode liv". I samme forbindelse sker også et skifte, hvor sundhed bliver et personligt ansvar, og det enkelte individs adfærd an-

249 Alan Petersen and Iain Wilkinson: "Health, Risk and Vulnerability", 2008

250 ikolas Rose: "Livets politik - biomedicin, magt og subjektivitet i det 21. århundrede" 2009

*ved der bliver vådt af sved. Jeg mærker sveden pible frem og skal virkelig anstrenge mig for at følge med musikken rytme. Lugten af sved hænger i luften og fugten i lokalet begynder at nærme sig tropiske tilstande.*

Sundhed længe blevet behandlet som et tema og en trend. Sundhed er ikke længere en trend. Det er en præmis for danskerne, som fylder i alle danskeres hverdagsliv uanset om man dyrker sundhed eller ikke dyrker sundhed.



skues som hovedproblemet<sup>251</sup>.

At sundhed bliver et personligt ansvar skyldes individualiseringens udvikling i samfundet. Individualiseringen medfører en subjektivering og individualisering af samfundsmæssige og institutionelt skabte risici, hvorved alle forhold bliver til individets individuelle skæbne, og de risici som tidligere kunne begrundes med skæbnen, og dermed ikke noget individet selv var ansvarlig for, er nu udtryk for personlig utilstrækkelighed. Mennesket er med andre ord selv ansvarlig for forvaltningen af den personlige sundhed<sup>252</sup>. Sundhedsrisici er i høj grad blevet til personlige risici. Risici opfattes som individuelle præstationsorienterede problemer, hvorfor det også er op til den enkelte at finde en individuel løsning på disse risici.

I dag er der derfor en generel samfundsforventning om, at individet formår at tage rationelle beslutninger i forhold til sundhed og sygdom. Det være sig eksempelvis påbegyndelse af medicinering eller anden form for behandling, eller det kan være i forhold til at implementere livsstilsændringer som at spise sundere og dyrke mere motion. Individet opfattes som en autonom person med rationelle handlinger i forhold til at forbedre egen sundhed, hvorfor der opstår en forventning om, at individet i dag er en informeret forbruger af sundhed<sup>253</sup>. Forventningerne om rationel forvaltning af den personlige sundhed bunder i en forståelse af, at individet er i besiddelse af viden om, hvad der kan skade dets sundhed, og at det tager ansvar i forhold til at forvalte denne viden. Der er stor personlig frihed til at tage imod professionelle råd og til at starte forskellige typer af behandling og medicinering, hvilket kan skabe forvirring. Individet står med et stort individuelt ansvar, og der kan opstå følelser af usikkerhed, utryghed og skyld, fordi individet frygter at træffe de forkerte – eller slet ingen valg<sup>254</sup>.

Komprimeret er der altså tale om, at det er din livsstil, som får indflydelse på dine livsstilssygdomme, og det er dit ansvar at handle rationelt. Deraf følger, at individets sundhed i dag er et nærmest uendeligt projekt, som

251 Signild Vallgård: "Om at styre menneskers liv. Danske myndigheders tiltag for at reducere sygelighed og dødelighed 1750-2000". Tidsskrift for sygeplejeforskning, 2000; 16/2: 9-27

252 Ulrich Beck: "Risikosamfundet - På vej mod en ny modernitet", 1997.

253 Alan Petersen and Iain Wilkinson: "Healt, Risk and Vulnerability", 2008.

254 Alan Petersen and Iain Wilkinson: "Healt, Risk and Vulnerability" 2008

kræver en stor personlig indsats.

Et ansvar som ydermere bliver interessant, fordi den konstante teknologiske udvikling i forhold til krop, sygdom og sundhed stiller helt nye krav til individets forvaltning af den personlige sundhed. Mennesket kan ikke længere leve ud fra en forestilling om, at det biologiske i sig selv sætter grænserne for de menneskelige ambitioner, hvilket igen leder videre til, at mennesket må acceptere et langt større ansvar over for den biologiske verden. Individet bliver forpligtet af denne udvikling, fordi det skal forholde sig til optimeringsteknologier. Hermed menes, at de moderne medicinske teknologier ikke blot har egenskab af at kunne kurere sygdomme, men at de også ofte har den egenskab, at de kan kontrollere kroppens og sindets livsprocesser<sup>255</sup>.

#### Hvilke behov opstår?

Mennesket har en stor, svær og omfattende opgave med forvaltningen af den personlige sundhed. Sociale og kulturelle omvæltninger skaber usikkerhed og genererer angst, fordi der ikke længere er umiddelbar rådgivning og støtte at hente i traditionelle institutioner – både samfundsmæssige institutioner og familiemæssige. Ligeledes medfører menneskets ubegrænsede adgang til viden og information en kritisk tilgang til fx behandlingstyper, men skaber også usikkerhed.

I forhold til professionelle sundhedsaktører skaber dette behov for nye tilbud inden for fx rådgivning, uddannelse og forskellige former for behandling. Mennesket har brug for at blive aflastet i sundhedsansvaret. Vi ser også dette udmønte sig i dyrkelsen af eksperter og guruer. Vi vil så gerne vælge en livsførsel, som minimerer ansvarsfølelsen og gør tilværelsen lidt lettere (færre valg), hvorfor det kan være befriende at "bekende sig tro" mod autoriteterne – specialisterne og eksperterne.

## Fra reaktivitet til proaktivitet

Vi har i de senere år set en stigende opmærksomhed på, at sundhedsprofessionelle i deres indsats over for sygdomme og behandling skal bevæge sig mere fra at være reaktive til at blive proaktive. Der lægges vægt på, at sundhedsvæsenets aktører handler mere aktivt og op søger mennesker, som ikke selv har henvendt sig i stedet for blot at vente på at skaden sker. Baggrunden for denne bevægelse er et ønske om tidligere intervention

255 Nikolas Rose: "Livets politik - biomedicin, magt og subjektivitet i det 21. århundrede" 2009.

Faktisk er sundhed det tætteste vi netop nu kommer på en religion. For sundhed er blevet en uimodsigelig sandhed. Det er svært at få opbakning til, at folk der dyrker deres sundhed skal til at slappe lidt af, spise nogle pommes frites og ryge nogle cigaretter. Man rammer en mur af forargelse, hvis man overhovedet tør lufte den slags kætteriske tanker.

Sundheden er hermed blevet sandheden. Det forklarer

over for sygdomme for at forbedre prognoser og at medinddrage og gøre patienten ansvarlig i dette forløb. I forhold til fremtidigt vækstpotentiale for fysioterapeuter er det interessant at se på denne tendens i sammenhæng med den bevægelse, hvor mennesker i stigende grad opfordres til at komme, før det er for sent, hvilket er et tilbud, som mange benytter sig af. Derfor ser vi også stigende tendens til, at raske mennesker nu lader sig undersøge – for en sikkerheds skyld<sup>256</sup>.

Der er i øjeblikket en udvikling i retning af, at mennesket får den opfattelse, at medicinske undersøgelser er nødvendige for, at individet kan føle sig rask. Det skaber tvivl om, hvorvidt det moderne menneske i fremtiden vil være i stand til selv at vurdere helbredet og tro på disse vurderinger<sup>257</sup>. Det store sundhedsansvar, som er pålagt det enkelte individ, skaber en enorm opmærksomhed på sygdoms- og sundhedsrisici, hvilket kan skabe negative forventninger og frygt hos raske mennesker. For at eksemplificere kan nævnes begrebet "nocebo", hvilket defineres som, at en forventning om en negativ effekt kan forårsage en følelse af, at det går dårligt<sup>258</sup>. Nocebo er således det modsatte af placebo, hvor det positive resultat af en behandling skyldes patientens forventning om, at behandlingen virker. Nocebo antages at være et af det nutidige samfunds største udfordringer, hvilket skyldes, at mennesker hele tiden fokuserer på fremtidig sygdom og risikoen for at noget kan gå galt. Sagt med andre ord har vi et samfund, hvor befolkningen har bedre muligheder for og adgang til sundhed end nogensinde før, men hvor der forventes og opleves en stadig større sygelighed<sup>259</sup>.

256 Lotte Hvas i: [http://spn.dk/mobil\\_vm/?aid=1601379](http://spn.dk/mobil_vm/?aid=1601379)

257 Lotte Hvas i: [http://spn.dk/mobil\\_vm/?aid=1601379](http://spn.dk/mobil_vm/?aid=1601379)

258 Hvor placebo på latin betyder "jeg vil behage", så betyder nocebo "jeg vil skade". Begrebet nocebo blev oprindeligt introduceret af Walter P. Kenndy i tidsskriftet Medical World i 1961.

259 Inga Marie Lunde Nocebo: "Når forventninger skaber sygdom". Månedsskrift for Praktisk Lægegerning, årg.86, 2008, august, nr. 8, side 838-846.

også, hvorfor sundhed er så statusgivende som det er. Det er den ultimative statusmarkering at dyrke fysisk og psykisk sundhed intensivt samtidig med, at man lever efter nogle restriktive kostregler, som for det meste handler om alt det man ikke må spise (glutenfri, low-carb, raw-food osv.).

Vi sværmer rundt om de ti bud i en nyfortolket version – vi kæmper mod fristelserne. Vi kæmper imod fris-

#### Hvilke behov opstår?

Sygdomsfrygten udløser behov for at få bekræftet, at man er lige så rask, som man føler sig. Det skaber behov for at få testet sundhedstilstanden, og vi har derfor i en periode set en stigende opmærksomhed på fx test, som giver os en anslået "Body-age". Med det store fokus på mental sundhed kunne man også forestille sig, at test af "Mental-Age" på samme vis bliver relevant.

Derudover opstår der behov for at være på forkant, således at man ikke får skader, da det kan have kæmpe store konsekvenser for levestandarden. Det være sig både i forhold til eliteudøveren, men også i stigende grad for den "almindelige" motionist, hvor der er en stigende afhængighed af at kunne udøve fysisk aktivitet. Et forhold vil beskrive yderligere i forbindelse med udviklingen af interessen for ekstrem-sport.

## Livsstilefokus skaber gennemgribende ønske om kontrol

I afsnittet "Det offentlige sundhedsinteresse" introducerede vi, hvordan WHO i 1985 fremhævede, at: "Sygdom er ikke en uundgåelig del af den menneskelige tilværelse. Undtagen når den er opstået ved graviditet, skyldes sygdom principielt usunde levevaner og kan derfor undgås, såfremt man kan ændre disse vaner". Og dette citat afspejler en udbredt tiltro til, at mange eller de fleste sygdomme kan forhindres i at opstå, og at udgifterne til sundhedsvæsenet kan reduceres, hvis man får mennesket til at handle sundhedsansvarligt.

Hermed indikeres det, at det er den ansvarlige borgers pligt at holde sig sund, og sygdom anskues som et resultat af forkert adfærd. Den enkelte bliver skyld i sin egen sygdom, og den syge betragtes som skyldig eller endog syndig<sup>260</sup>. Pointen her er helt essentiel:

***Vi dør ikke længere af epidemier – vi dør af egen livsstil, hvilket skaber enormt fokus på forebyggelse og optimering***

260 [http://www.denstordanske.dk/Samfund,\\_jura\\_og\\_politik/Filosofi/Menneskets\\_grundvilk%C3%A5r/sundhed](http://www.denstordanske.dk/Samfund,_jura_og_politik/Filosofi/Menneskets_grundvilk%C3%A5r/sundhed)

telserne i de enorme mængder af mad, drikkevarer, snack og gulf, der omgiver os uanset hvor vi er. Vi kæmper imod inaktiviteten, overvægten, fedme-epidemi, børnefedmen, hjertekarsygdommene og mod den kendsgerning, at det der højest sandsynligt vil slå os ihjel er vores egen livsstil.

Det betyder, at det er vores egen skyld og vores eget ansvar. Og det har ændret danskernes tilgang til sund-

Og livsstil er blevet en helt afgørende faktor, når vi taler om sundhed. Netop det faktum, at livsstil angives som hyppig årsag til dødsfald, skal ses i lyset af det personlige ansvar forvaltningen af egen sundhed, hvormed skabes fundamentet for et enormt behov for at kontrollere tilværelsen.

### Life-management

Danskerne er blevet så fokuserede på at kontrollere alle aspekter af tilværelsen, at man kan tale om kontrolmani eller life-management. Det enorme personlige ansvar bliver sammenholdt med en stigende følelse af magtesløshed over for det, der sker omkring os i den store verden, som øger behovet for at kunne kontrollere andre aspekter af tilværelsen. Danskerne vender blikket indad og koncentrerer sig i stigende grad om det, de kan kontrollere – nemlig deres eget liv. Særlig interessant i forhold til Danske Fysioterapeuter er den ekstreme sundhedsdyrkelse, men også det forhold, at selv kontroltabet er noget, vi omhyggeligt kontrollerer og nøjsomt doserer i vores hverdag er relevant<sup>261</sup>.

Life-management indebærer, at vi i stigende grad vælger, hvilken virkelighed vi lever i, og hvilket liv vi ønsker at leve. Vi benytter personlige management-strategier, når vi fx vælger at hellige os bestemte mad- eller sundhedskoncepter som raw food-livsstilen, når vi vælger at søge vores fremtidige partner i løbeklubben eller på datingsites kun for sunde mennesker, når vi vælger at købe vores egen uafhængige læge, eller når vi sender vores børn på idrætsskole. Vi ser også management-strategier i vores søgen efter koncepter og services, der serverer og implementerer en bestemt levevis for os. Vi kan fx vælge at tage på et ophold i et kloster, på en boot camp, på et all inklusiv hotel, vælge en nudistferie, en homoferie eller en børnefri ferie. Og med de valg er en masse andre valg omkring vores livsstil taget for os, og vi har taget aktiv stilling til, hvad det er for et liv, vi vælger at leve. Det er ikke noget nyt, at det øgede fokus på kontrol spiller ind på især vores sundhed, hvor sidstnævnte er blevet så gennemkontrolleret, at der er opfundet en ny diagnose – ortoreksi. Dette karakteriserer mennesker, der er blevet så fokuserede på kost og sundhed, at det bliver en kode for deres livsstil, som går ud over samværet med andre mennesker.<sup>262</sup>

261 "Kontrolmani" artikel i "TID & Tendenser" af Eva Steensig, Lighthouse CPH

262 "Kontrolmani" artikel i "TID & Tendenser" af Eva Steensig, Lighthouse CPH

hed fundamentalt.

*Jeg har anskaffet mig et puls-ur så jeg kan se om jeg presser mig for meget eller lidt. I erkendelse af, at det der med at mærke efter ikke er en af mine spidskompetencer. Jeg kan ikke finde ud af at indstille det til procent af maxpuls, så jeg får antal pulsslag i minuttet, som jeg så må sidde og omregne til procenter af maxpuls. Når instruktøren råber, "så er der 30 sekunder til vi når toppen" magter hjernen ikke et så enkelt regnestykke. Manden tre cykler*

### Mental kontrol

Forskere har bevist, at følelser har en helbredsmæssig betydning og at ensomhed og mangel på berøring kan medføre øget risiko for at udvikle sygdomme og depressioner. Et eksempel som kan være med til at forklare, hvorfor vi ser et stigende fokus på også at kontrollere vores følelser. Når følelser har direkte indflydelse på vores velvære og vores sundhed, så bliver de også genstand for life-management. Vi har fundet ud af, at følelser er i lige så høj grad som hus, bil, job, familie og venner bør beskyttes, værnes om og dyrkes. Det at beskytte og pleje sine følelser tages derfor mere alvorligt også i fx arbejdslivet, hvor flere sager om depression som følge af stress på jobbet bliver anerkendt som arbejdsskader, og hvor flere ansatte kræver arbejdsgiverbetalt psykologisk bistand ved personlige problemer.

Vi er så bevidste om, hvordan vi ønsker at have det, at vi bevidst arbejder på at skruer op og ned for bestemte følelser efter behov. Reguleringen kan ske ved hjælp af kemi, hvor forbruget af antidepressiv medicin er stigende, hvor forskere har opfundet en slette-pille, der kan fjerne traumatiserende minder hos ofre for krig eller voldtægt, og hvor hjernedoping med piller, der nedsætter eksamensangst, vinder større udbredelse og accept. Men det kan også ske igennem kosten, hvor vi ser udbredelsen af mood food, hvis formål er at modvirke fx stress, manglende koncentration eller depression. Endelig ses også tiltag med lyd eller lysterapi for at afstresse og hjælpe med at regulere humøret<sup>263</sup>.

### Kontrolleret kontroltab

Life-management handler om dynamikken mellem kontrol og kontroltab. Det handler om at sikre sig kontrol over det, vi nu engang kan kontrollere – blandt andet vores krop, sundhed og følelser – men det handler også om at slippe kontrollen, mindske kompleksiteten, finde et pusterum og slippe for at skulle tage beslutninger. I forhold til sundhed kan det fx handle om at kontrollere, hvornår vi kobler af, så vi kan få ladet op til igen at være effektive. Igen fremgår det, hvordan optimeringen konstant er i fokus.

Det er i sig selv ikke så mærkeligt, at vi midt i kontrollen, idealerne og ambitionerne søger et pusterum for overhovedet at kunne være til. Men det nye og interessante er, at kontroltabet er blevet et accepteret og dyrket behov, som er underlagt streng kontrol. Det er helt bevidst,

263 "Kontrolmani" artikel i "TID & Tendenser" af Eva Steensig, Lighthouse CPH

*fra mig cykler ovenpå noget der ligner en vandpyt.*

*Hvis man ikke vidste bedre ville man tro, at der var hul i taget et sted.*

Sundhed er gået fra at handle om lidt motion og varieret kost til professionel sundhedsmanagement. Sundhed handler ikke længere bare om en sund krop eventuelt suppleret med lidt wellness i form af lavasten og muddermasker. Sundheden dækker samtlige facetter af fysisk

hvornår vi vælger at gøre noget ikke-kontrolleret, og vi er lige så bevidste om vores behov for kontroltab, som vi er om behovet for kontrol. Intet er værre end 'non management', og vi har svært ved at acceptere vores egne eller andres manglende holdning til og kontrol over deres liv<sup>264</sup>.

#### Hvilke behov opstår?

At mennesket er yderst fokuseret på at have kontrol skaber behov for gennemsigthed, dokumentation, målbarhed og en generel resultatorientering i efterspørgslen. Derudover er kontrollen af den mentale sundhed med til at understrege, at man ikke udelukkende kan orientere sig mod

den fysiske krop. Mental sundhed er ikke længere sekundær i forhold til den fysiske sundhed. Derfor er det vigtigt som udbyder af sundhedstilbud, ikke at negligere dette forhold og at være opmærksom på, hvordan tilbud kan inddrage og tage højde for den holistiske sundhed.

#### Nøgleord:

*På baggrund af de ovenstående afsnit kan adfærdsforandringerne sammenfattes i disse nøglesætninger:*

- **Ansvarlig forvaltning af egen sundhed**
- **Stræben efter/forventning om fuldkommenhed i sundhed**
  - **Krav om fravær af fejl og mangler**
- **Fokus på personlig optimering**
  - **Behov for kontrol**
  - **Effekt og dokumentation**

<sup>264</sup> . "Kontrolmani" artikel i "TID & Tendenser" af Eva Steensig, Lighthouse CPH.

og psykisk velbefindende, fysisk aktivitet, kost, søvn, afkobling, opladning osv. Det handler om at optimere den totale sundhedstilstand og det betyder, at sundhed er blevet en specialiseret og sofistikeret størrelse.

Yoga er måske et godt eksempel på dette. Fra at yoga var en fællesbetegnelse for hold med langsomme øvelser der hed noget så mærkeligt som "solhilsen" og "buen" kan man i dag vælge imellem Hot Yoga, Ashstanga yoga,

Hatha yoga, Vinyasa yoga, Sukshma yoga og Power Yoga - for ikke at glemme mandeyoga, børneyoga og hundeyoga. Alle er de forskellige varianter, der kan og gør forskellige ting.

Det er der et marked for, fordi danskerne i stigende grad forsøger at sammensætte den fuldendte sundhedspalatte ved at håndplukke forskellige discipliner, så de til sammen udgør den perfekte individualiserede helhed.

## Megatrends – mønstre i adfærdsændringer

I de følgende afsnit præsenteres en række megatrends i adfærdsændringer blandt forbrugerne inden for sundhedsområdet. Disse megatrends har betydning for og kan inspirere til, hvilket potentiale der er for fremadrettede strategiske muligheder blandt medlemmerne af Danske Fysioterapeuter.

### Teknologi - Digitalisering

Teknologien er enormt styrende for vores adfærd og har direkte indflydelse på, at der skabes nye former for adfærd, da der via teknologien muliggøres former for adfærd, som ikke tidligere var mulige. Der er stor efterspørgsel på teknologiske løsninger, og udbyderne begynder i stigende grad at imødekomme brugerens ønsker. Blandt andet mobil marketing er i voldsom vækst, og TV2 har stor succes med applikationer til nyheder og sport, mens også live tv langsomt begynder at tage form. Faktisk er teknologien blevet en præmis for det nutidige liv i en sådan grad, at 8 ud af 10 danskere bliver mere stressede over manglende dækning på deres telefon end af at have telefonen tændt. Når vi derfor ser på adfærdsændringerne blandt danskerne, er det ikke længere nødvendigt eller frugtbart at skelne mellem den virtuelle/virkelige verden. Forbrugerne efterspørger online løsninger og forventer online løsninger som en del af deres liv og hverdag.

Teknologiens udvikling og digitaliseringen af samfundet har massiv indflydelse på alle de megatrends, som vi vil beskrive, og kan siges at være en gennemgående overlægger. Der vil derfor i præsentationen af de forskellige trends være mange forskellige eksempler på teknologiske løsninger, hvor særligt applikationer til smartphones er i konstant udvikling. Så meget at Apple's App Store nu tilbyder 9.000 mobile sundhedsapplikationer herunder næsten 1.500 cardio fitness apps, mere end 1.300 diæt-apps, mere end 1.000 stress og afslapningsapps og mere end 650 apps vedrørende kvinders helbred. I midten af 2012 forventes antallet af applikationer at nå 13.000. Research virksomheden Technavio forudser, at det globale marked for mobile sundhedsapplikationer vil nå en omsætning på 4.1 milliard USD i 2014 – en eksplosiv udvikling set i lyset af en omsætning på 1.7 milliarder i 2010.

*Jeg ved godt, at det er totalt old-school næsten 80'er agtigt at tage body bike timer. Det lokale fitness center frister med hundredvis af maskiner, Fitness Box, Total Toning, Inner Flow, Sadhana yoga, Astanga yoga, Hatha Flow, Yin Yoga, Salsa/afro mix, No Stress, Blid Pilates, MBL, zumba og diverse slags step. Jeg kan dufte røgelsen, som snart overdøves af lugten af sved i enorme mængder. Vandpytter. Jeg synes der er noget befriende primitivt ved*

## Din sundhed er dit eget ansvar!

At mennesket er ansvarlig for forvaltningen af den personlige sundhed har enorm indflydelse på hele sundhedsområdet. Vi ser en kontinuerlig udvikling mod "Self Care", en voksende ansvarstagen for egen sundhed inklusiv ansvar for nære relationers sundhed som fx børn eller ældre i familien. Faktisk er det relevant at sammenligne sundhedsmanagement med økonomisk-management på den vis, at det længe har været en helt grundlæggende præmis, at mennesket er økonomisk ansvarligt – en præmis som i stigende grad forskydes til sundhedsområdet. Denne forskydning illustrerer i høj grad, hvilken enorm betydning sundhed har i vores samfund. Vi taler altså om en metafor mellem økonomiske budgetter/ansvarlig forvaltning af finanser og den private sundhedsportefølje!

Alt er muligt og endnu mere bliver muligt i takt med at teknologien muliggør selvdiagnosticering og selvbehandling i en grad, vi knap kan forestille os. Derfor ses en lang række eksempler på, at flere og flere går professionelt til deres egen sundhed, har en sundhedsstrategi for sig selv og er selvmonitorerende.



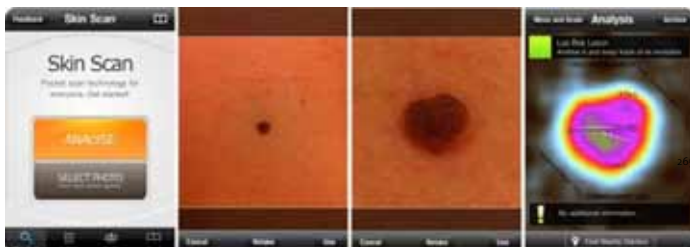
### Selvmonitorering – Do It Yourself

Selvmonitorering og Do It Yourself (DIY) i forhold til sundhed vil vokse yderligere i 2012 og de kommende år. Det er særligt teknologiens massive udvikling indenfor sundhedsområdet, som konstant skaber nye muligheder for at kontrollere og overvåge egen sundhed. Blandt andet ses et regulært boom i udviklingen af applikationer til smartphones. Applikationer som taler til forbrugernes behov for at forebygge, teste, forbedre, monitorere, regulere og kontrollere omkring sundhed.

*den rendyrkede svedryppende smerte uden omsvøb.*

Der er tusindvis af spændende og sjove eksempler på, hvordan sundhedsinteressen konstant udvikler flere og flere facetter og bliver mere og mere sofistikeret. Eksempler på, at alle snart har en eller anden form for diagnose hvadend det er ADHD, ortoreksi, internetafhængighed eller øko-ængstelse. Eksempler på, at flere og flere går professionelt til deres egen sundhed og har en sundhedsstrategi for sig selv gerne muliggjort ved stigende brug af

Udviklingen i antallet af applikationer henviser til forbrugernes behov for redskaber, der imødekommer forbrugernes behov for kontrol og letter deres personlige ansvar for sundhed. Derudover hænger det også sammen med behovet for at tidsoptimere, hvor den daglige monitoring måske kan betyde færre besøg hos lægen. Endelig er der også en interessant udvikling for kronikere og andre, som skal have medicinsk overvågning og supervision, da applikationerne giver nye tilgængelige muligheder for, at sundhedsprofessionelle konstant kan følge med i udviklingen og forandringer hos patienterne.



265 <http://trendwatching.com/trends/12trends2012/?diyhealth>

personlige trænere, diætister, coaches, psykologer. Alt er muligt og endnu mere bliver muligt i takt med at teknologien muliggør selvdiagnosticering og selvbehandling i en grad vi knap kan forestille os. En smule spytskret på en vatpind og et par hundrede dollars og enhver kan i dag købe en DNA-analyse af dem selv uden om sundhedssystemer og læger.

Hvis man gerne vil se sund og/eller lækker ud (for det er

### Eksempler

- "Play it Down" giver mulighed for at teste hørelsen. Applikationen giver en række interaktive muligheder, blandt andet at konkurrere om, hvem der kan høre de højeste frekvenser og mulighed for at måle lydniveau i decibel.
- Bioindex – hjemmetest af biologisk alder og omega3 niveau.
- 23andMe, Navigenetics, dekodeMe - giver svar på om man er disponeret for sygdomme via hjemmetest (spyt) som sendes ind til genetisk analyse.
- Sleep Cycle Alarm Clock - analyserer søvnmønster og vækker brugeren på det optimale tidspunkt.
- Tchibo, som er en af Tysklands største retailers med en online shop der sælger flere og flere sundhedsprodukter som blodtryksmålere, luftrensere og massage tilbehør.
- Klamydiatest via SMS. I Sverige kan man bestille en klamydia test, sende en sms og CPR nummer til 72120, hvorefter testen bliver sendt til dig.
- Flere kvinder i Danmark køber sig til ekstra service og tryghed ved at bestille fødekoner til deres børns fødsler.
- "Jawbone's Up" er et armbånd, som kan spore brugerens bevægelses, spise og sovemønstre. Armbåndet kan forbindes med en iPhone app, og brugerne kan indstille applikationen til at vibrere, hvis de har været inaktive i en periode.
- "Skin Skan" giver brugeren mulighed for at scanne og monitorere udviklingen af modermærker med det formål at forebygge hudkræft. Applikationen fortæller brugeren, hvis der er behov for at opsøge lægehjælp.
- Blodtryksmåler kan forbindes direkte med iPad, iPhone eller iPod Touch og måler blodtrykket. Data kan sendes direkte til lægen eller kan offentliggøres under fortrolige forhold online.
- Folk som lider af vinterdepression (Seasonal Affective Disorder, SAD) kan ifølge et finsk firma få glæde af "Valkee" – et apparat, som kan kurere vinterdepression ved at lade lys skinne ind gennem ørerne.

### Forbrugerne har deres eget kredsløb

Forbrugerne har deres helt eget kredsløb, når det gælder, hvem de rådfører sig med og lytter til op til et køb. Et kredsløb som ikke involverer de traditionelle forbrugerinstanser eller udbydervirksomheder, men derimod fora, blogs, brugeranmeldelser og mennesker de kender. Det hænger sammen med, at forbrugerne i stadig stigende grad bliver immune over for traditionel markedsføring og kommunikation. De bliver til professionelle kommunikationsbrugere, som ingen tager fusen på. Forbrugerne er selektive og fremragende researchere, hvilket skaber helt nye og store forventninger hos forbrugerne. De professionelle kunder forlanger gennemsigtighed og

naturligvis fortsat en del af sundhedsopfattelsen om end ikke længere det eneste sundhed handler om) så er skønhedsoperationer acceptable og noget der reklameres for på buslangsiderne. Man kan få sig en spray-on tan i lufthavnen eller være en af de mange der benytter sig af fedmeoperationer.

Vil man være fysisk fit er der tusindvis af muligheder for mere eller mindre ekstreme og specialiserede fitness og

integritet. De vil vide, hvad de får for pengene, og de forventer, at de kan foretage gennemsigtige valg. Faktisk anser forbrugerne det som troværdigt, når al information er tilgængelig, fordi så føler de ikke, at der er noget at skjule. Det handler om dokumentation, gennemsigthed, en klar profil og transparens – man kan intet skjule!

Dertil kommer nedbrydningen af grænser mellem forbrugerne eller mellem patienterne – som med diverse online foras har mulighed for at interagere med hinanden. Her er teknologien igen afgørende, og udviklingen af teknologien medfører, at der opstår nye former for subjektivisering. Dette kan blandt andet være former for biologiske fællesskaber, der samler sig omkring de somatiske identiteter, det være sig forældre og familier, der rejser penge, finansierer forskning eller udleverer deres biologiske medborgerskab ved at kræve deres ret til opmærksomhed over for de særlige sygdomme, som har deres opmærksomhed<sup>266</sup>.

Samtidig med, at der opstår disse nye fællesskaber, og på baggrund af disse, sker der også en stigende udveksling af information, og jo mere information mennesket bliver i besiddelse af, jo bedre er det til at evaluere dets egen situation. Dette kan lede til, at mennesket, på eget initiativ – og på opfordring fra de nye fællesskaber, søger nye former for behandling, og i det hele taget betyder denne udvikling, at der sker et skred i forhold til det traditionelle, autoritære læge-patient forhold. Hvor lægen tidligere var den absolutte ekspert i forhold til, hvordan patienten skulle behandles, så er den "informerede" og opsøgende patient i dag anderledes aktiv i forhold til diagnose og mulig behandling. Denne forandring er således også truende for den professionelle magt, da det dermed også bliver sværere blot at "kontrollere" mennesket og processerne i dets sygdomsforløb, og ligeledes lægges der også et anderledes pres på sundhedssystemet, fordi patienterne forlanger handling, og de lader sig ikke bare stille tilfreds<sup>267</sup>.

Med andre ord, så lader sundhedsprofessionernes monopol på indsigt og kompetence stadig vanskeligere opretholde, og det er givet, at patienterne hyppigere sætter spørgsmålstejn ved den behandling og rådgivning, de tilbydes. Det hastigt stigende antal formelle

266 Nikolas Rose: "Livets politik - biomedicin, magt og subjektivitet i det 21. århundrede" 2009

267 . Peter E. S. Freund, Linda S. Podhurst, Meredith B. McGuire: "Health, Illness and the Social Body: A Critical Sociology", 2002.

patientklager over sundhedsvæsenets indsats er et af udtrykkene for denne udvikling. Et andet udtryk er den stigende brug af eksperimenterende selvbehandling, der afspejler en kløft mellem sundhedsvæsenets dominerende biomedicinske sygdomsbegreb og befolkningens forestillinger om sundhed og sygdom. Et helhedssyn på krop og sjæl og en tro på, at man selv spiller en vigtig rolle for helbredelse, er centrale elementer<sup>268</sup>. Så mens patienter for blot få årtier siden var objekt for behandling, og den primære opgave var at følge den foreskrevne behandling, tager patienter nu i stigende grad ansvaret for behandling og sundhed, bl.a. ved at

#### Eksempler

- [www.patientslikeme.com](http://www.patientslikeme.com) : "Del dine erfaringer med behandling, find patienter ligesom dig selv. Lær fra andre som ved noget".
- WebChoise: Online interaktionsprogram, Rigshospitalet i Oslo giver information til patienter og mulighed for dialog m. personalet og medpatienter.
- Medical Spa er et voksende fænomen bl.a. i Tyskland. Flere spa og wellness centre tilbyder medicinske behandlinger udført af læger.
- E-patienter er et voksende fænomen. Selvdiagnose og information foregår online. Netdoctor havde pr. 9.nov 2009 15,8 mio. sidevisninger.

søge oplysninger om sygdom, (alternative)behandlingsmuligheder og sundhedsfremme på internettet. I takt hermed ændres sundhedsprofessionernes rolle til at blive mere og mere konsultativ i forhold til patienterne. Dette stiller stigende krav til sundhedsformidling på alle niveauer og inden for alle områder af sundhedsvæsenet<sup>269</sup>.

## Specialisering

I takt med at forbrugerne bliver mere professionelle, avancerede og erfarne, mens de teknologiske muligheder konstant ekspanderer stiger graden af specialisering. Specialiseringen ses indenfor alle områder, hvad enten det handler om særlige præferencer indenfor mad, interesser, kunstgenrer, børneopdragelse, sundhed, sygdom, sportsgrene, hobbies, aktiviteter eller fællesskaber. Og forbrugeren udlever i høj grad denne specialisering på nettet. Blogs, tags, fora, brugeranmeldelser, eksperter og guruer er centrale elementer i det specialiserede og

268 [http://www.denstoredanske.dk/Samfund,\\_jura\\_og\\_politik/Filosofi/Menneskets\\_grundvilk%C3%A5r/sundhed](http://www.denstoredanske.dk/Samfund,_jura_og_politik/Filosofi/Menneskets_grundvilk%C3%A5r/sundhed)

269 [http://www.denstoredanske.dk/Samfund,\\_jura\\_og\\_politik/Filosofi/Menneskets\\_grundvilk%C3%A5r/sundhed](http://www.denstoredanske.dk/Samfund,_jura_og_politik/Filosofi/Menneskets_grundvilk%C3%A5r/sundhed)

motionsformer med og uden glæde, med og uden den sociale dimension, med eller uden den mentale dimension, med eller uden motivation, udenfor eller indenfor, med maskiner eller uden. Den mentale sundhed kan på samme måde dyrkes på et utal af måder og den sociale sundhed dvs. ens sociale livs påvirkning af sundhedstilstand begynder at komme i fokus og vil afføde nye tilbud og koncepter. Man taler bl.a. om sundhedsturisme. Det kan både være operationsturisme eller maratonturisme.

Hundredetusinder deltager i de mest interessante maratonløb og huske at skrive dem å cv'et bagefter. Og når det er prøvet er der heldigvis Ironman og Triatlon, som er ved blive den ny massesport.

*I slutningen af pilates-timen dikterer instruktøren med uforandret - myndig stemme sidste øvelse, som går ud på at tage armene omkring sig selv og helt tæt til kroppen -*

professionelle forbrug. Specialiseringen kan betyde, at vi kommer til at se et voksende marked for nichetilbud, men til gengæld er hele verden et potentielt marked for en niche.

Yoga er et blandt utallige eksempel på specialisering. Fra at yoga var en fællesbetegnelse for hold med langsomme øvelser, der hed noget så specielt som "solhilsen" og "buen", kan man i dag vælge imellem Hot Yoga, Ashstanga yoga, Hatha yoga, Vinyasa yoga, Sukshma yoga og Power Yoga - for ikke at glemme mandeyoga, børneyoga og hundeyoga. Alle er de forskellige varianter, der kan og gør forskellige ting. Det er der et marked for, fordi danskerne i stigende grad forsøger at sammensætte den fuldendte sundhedspalet ved at håndplukke forskellige discipliner, så de tilsammen udgør den perfekte individualiserede helhed.

### Fascination af guruer og eksperter

Specialiseringen har bl.a. medført en voldsom stigning i brugen af eksperter, diætister, coaches, psykologer og rådgivere. Og udviklingen er logisk – når forbrugerne har specialiserede behov, opstår der efterspørgsel på specialister. Udbygningen af vores eget videns-fundament i forhold til vores personlige sundhed betyder, at næsten kun det bedste er godt nok. Vi ser også, hvordan forbrugerne i stigende grad lader sig begejstre og forføre af de godt formidlede, letforståelige mirakeldiæter helst med en spændende og karismatisk frontfigur/guru. Og denne forførelse opstår, fordi vi er så forhippede på at vælge en livsførsel, som gør det hele lidt nemmere, som minimerer beslutningerne og tager noget af ansvarsbyrden af vores skuldre. Vi tiltrækkes af ærlighed, af nogen som kan bevise og fremføre resultatet af deres sundhedsgavnige adfærd og af autoriteter i hvide kitler.

Chris Mac Donald er et eksempel på en specialist, om har været- og stadig er enorm populær blandt forbrugerne. Og ser vi fx på det populære og folkekære program "Go'morgen Danmark" så anvendes her eksperter og specialister inden for stort set alle genre – filmanmeldelse, borddækning, børneopdragelse, livet som husmor, ernæring, træning, håropsætning – ja alt!

At en googlesøgning på begrebet "sundhedseksperter" giver 16.900 hits understreger bare den enorme opmærksomhed på eksperter!

### Eksempler

- Medarbejderne opsøger i stigende grad specialister som psykologer, når de føler pres på arbejdet, og vi ser hvordan specialist i arbejdsglæde, Alexander Kjerulf, er blevet utroligt populær.
- Boom i efterspørgsel efter diætister, børnepsykologer, coaches, personlige trænere, speciallæger mm.
- Chris McDonald, Thorbjörg Hafsteinsdottir, Ninka-Bernadette Mauritson, Atkins

## Ekstrem sport på flere niveauer

Med ekstreme henvises her både til de grænsesøgende sportsgrene såsom klatring, fridykning, bjergbestigning, men også til at de mere "almindelige" sportsgrene udvikler sig til at blive mere ekstreme. Et eksempel herpå er eksplosionen i antallet af maratondeltagere til løb rundt om i verden. Under både New York og Berlin Marathon løber over 40.000 mennesker, og også Copenhagen Marathon har oplevet massiv fremgang i de seneste år. Dyrkelsen af det ekstreme har tydelig sammenhæng med ønsket om personlig optimering. Vi ønsker at yde mere og bedre, vi vil forbedre vores præstationsevner, og vi vil så langt ud, at vi også i høj grad udfordres mentalt i forbindelse med vores fysiske udfoldelser.

Ser vi dette i lyset af den store fremgang i de danske fitnesscentre over en årrække, så er det ikke helt fjern, når der bliver talt om, at mennesker bliver afhængige af rusen af endorfiner – de bliver til fitness-junkier. Forskere skønner, at hvert tiende medlem af et fitnesscenter lider af træningsafhængighed. Man tager det for givet, at skader kan være næsten katastrofale for eliteidrætssudøveren, men at skader også kan have enorm indflydelse for "ikke-eliteudøvere" er en interessant udvikling, som medfører et stigende behov for forebyggelse blandt store dele af den danske befolkning. Vi vil gerne betale for at sikre os, at vi ikke bliver bremset, særligt fordi en skade kan have betydning for ikke bare vores træning, men også for vores arbejdsliv og vores sociale liv. Vi vil med andre ord ikke acceptere skader, – *vi vil ikke acceptere, at kroppen ikke virker.*

Derfor ser vi også en massiv udvikling i teknikker, apparater, applikationer med videre – alt i forsøget på den optimale og skadesfrie krop!

*trække vejret dybt - OG "så gir I jer selv en krammer, fordi I har været så dygtige!"*

Vil man bare dyrke lidt wellness kan man lade sig fryse ned eller få levende hudpleje i form af fiskepeeling, hvor man stikker fødderne ned i et bassin med fisk der spiser gammel hud af ens fødder.

Sundhed er blevet en fast og professionaliseret del af

danskernes liv. Det er ikke længere forbeholdt de få. Sundhed handler om den fysiske, psykiske tilstand, om at øge sit velbefindende, sin præstationsevne og om at optimere sine muligheder. Det forklarer det kolossale udbud af hold og koncepter indenfor alle facetter af sundhed.

Sundhed breder sig og nye metoder kommer til. Fra dokumentation af effekten af meditation og mindfulness





## ROTI (Return on time investment) - Quick-fix



Forbrugerne vil se resultater og der ses en stigende nøgtørn tilgang med fokus på effekt. Vi vil have mest ud af træningen på kortest mulig tid. Vil selv kunne se, måle og styre effekten af træningen, som vi skal kunne passe ind efter personlige rytmer og behov.

Det drejer sig om: maksimal belastning, effektiv træning, præstationer, ydeevne, målrettethed og om for alt i verden at undgå skader og dermed begrænsninger. Dette skaber grobund for "quick"-timer af alverdens art, hvor man stilles samme effekt i udsigt på 50% tidsforbrug.

Det er ikke kun den fysiske træning, hvor forventningen om tidsoptimering er fremherskende. Det gælder også indenfor det mentale område, hvor der med jævne mellemrum lander produkter på markedet, som short-cutter vejen til en meditativ tilstand i form af radiobølger m.m. som skulle få forbrugerne hurtigere i den så eftertragtede meditative tilstand. Altså resultat over proces.

ness som stressbehandling i erhvervslivet, diverse sektoriske special-diæter og videre over i nye avancerede wellness behandlinger som f.eks. kryoterapi (nedfrysning) og tarmskyllning. Efter en lang periode med fokus på velbefindende skifter fokus til mere klinisk sundhedsfokus hvor dokumentation, specialisering, eksperter og kliniske behandlinger efterspørges.

Teknologien spiller i stigende grad en central rolle inden-

### Eksempler

- Concept 10 10 – "Komplet kropstræning med de bedste resultater kun 20 minutter om ugen."
- Den amerikanske fitnesskæde "Jetts" er et eksempel, hvor al luksus i form af blandt andet pool- og wellness-miljøer er skåret væk, og der tilbydes træning uden abonnement, døgnåbent og meget konkurrencedygtige priser.
- Den danske kæde "Loop" er et lignende eksempel, som markedsfører sig med teksten "Du forsømmer ingen ved at bruge 24 minutter på at træne i Loop. Nu er tiden ingen undskyldning. Forøg din kondi og styrke på kun 24 minutter – det gælder også derhjemme".
- esayGym er et fitnesskoncept, som markedsfører sig ud fra teksten: "Hvis du ikke bruger swimmingpools, saunaer eller dampbade, så er easyGym noget for dig. Missionen er at hjælpe dig med at komme i form med de ting, du har brug for, og væk er de dyre ekstragoder, som du alligevel aldrig bruger". Stor opmærksomhed på fleksibilitet og effektivitet.

## Nye patienter

Hele forskydningen af hvad der opfattes som værende normalt vil få fremtidig betydning for antallet af- og karakteren af nye patientgrupper. Vi kan forvente at se flere karakteriseret som værende kronikere og handicappede, fordi vi i mindre og mindre grad accepterer skavanker. På den måde er det paradoksalt, at forventningerne om fuldkommen sundhed skaber nye patientgrupper. Dertil følger, at de demografiske forandringer sammen med forbedrede muligheder for behandling skaber generationer af "unge-ældre" – ældre som i fysisk og mental forstand er yngre sammenholdt med tidligere tiders ældre.

## Flere ældre

Stadig større dele af befolkningen lever med kroniske sygdomme, funktionshæmninger og aldersproblemer. Det hænger dels sammen med, at der bliver flere ældre, dels med forbedrede behandlingsresultater af fx kræft, hjerte-kar-sygdomme og sukkersyge, som gør, at flere overlever med disse sygdomme. At leve med en kronisk sygdom stiller store krav til patient, familie og omgivelser og i mange tilfælde også til arbejdspladsen. Patientens egen indsats vil være særdeles betydningsfuld for sygdommens forløb, men det forudsætter, at patienten støttes heri gennem rådgivning eller egentlige rehabiliteringsprogrammer. Sådanne programmer omfatter normalt elementer som hjælp til omlægning af ryge-, kost- og motionsvaner, psykosocial støtte til at dæmpe

for sundhedsområdet, fordi teknologien åbner mulighed for selvmonitorering og selvbehandling og naturligvis yderligere specialisering. Derudover giver teknologien muligheden for online communities og for nemmere, billigere og bedre analyser og diagnosticering.

*Fra en yogaelev:*

*Jeg fik en skideballe til en Yoga time fordi jeg havde et diskret lille tyggummi i kinden (ved ikke hvordan han i*

sygdomsangst, tilpasninger af arbejde og arbejdsmiljø og information om sygdommens forløb, medicin, anden behandling. Det antages, at det nuværende sundhedsvæsen må ændres radikalt for fremadrettet at kunne dække sådanne behov hos patienterne<sup>270</sup>.

### Privat vækst i hjælpemidler



Fleere private firmaer har kastet sig over hjælpemiddelområdet, og særligt rollatorer sælges i dag både i specialbutikker for hjælpemidler og i butikskæder som "Harald Nyborg", hvor man har solgt rollatorer siden 2006 og siden er også kørestole, stokke og skridsikre stole blevet en del af varesortimentet.

Der er ikke nogen professionel ekspert ansat til at guide brugerne med hjælpemidlerne i "Harald Nyborg", hvilket vækker kritik og er et forhold, som man netop har taget konsekvensen af i butikken "Seniorland". Virksomheden profilerer sig på mere individuelt tilpassede produkter, hvor rådgivning er i højsædet. Derfor har man også en fysioterapeut ansat, som tager en dialog med brugeren eller det familiemedlem, som køber produktet. Folks behov og krav er så individuelle, at det er vigtigt at få rådgivning af en fysioterapeut, der kender området, lyder begrundelsen. Under alle omstændigheder er der dog ikke den store tvivl om, at de private forhandlere vil komme til at fylde stadig mere på markedet for hjælpemidler. Hos "Harald Nyborg" bebuder man, at sortimentet af hjælpemidler meget vel kan blive udbygget, og i

270 [http://www.denstordanske.dk/Samfund,\\_jura\\_og\\_politik/Filosofi/Menneskets\\_grundvilk%C3%A5r/sundhed](http://www.denstordanske.dk/Samfund,_jura_og_politik/Filosofi/Menneskets_grundvilk%C3%A5r/sundhed)

*øvrigt opdagede det) men argumentet var, at det tog fokus fra vejtrækningen...Har ikke været der siden, men trækker vejret og tygger stadig tyggegummi.*

Så uanset om man er blandt den store gruppe af danskere, som går op i deres sundhedstilstand eller den gruppe som ikke gør det, så fylder sundhed. For dem, der ikke går op i sundhed i form af et stort pres fra omverden og en faldende accept fra de sunde af, at betale for an-

"Seniorland" forventes de seneste tre års vækstrate på 30-50 procent at blive gentaget i år.<sup>271</sup>

### Eksempler

- Ældre er blevet sundhedsbevidste: En stor del af de 65-84-årige benytter sig af forebyggende ordninger. Næsten halvdelen har i løbet af et år fået målt kolesterol, knap otte ud af ti har fået målt blodtryk, og omkring en tredjedel har været til forebyggende helbredstjek eller helbredssamtale. Flere ældre mænd benytter sig af helbredstjek/ -samtale end ældre kvinder. Det er især mænd over 75 år, hvor 42 procent siger, at de har været til forebyggende helbredstjek/ -samtale inden for det sidste år.
- Rollatorer er det produkt, der sælges flest af i Seniorland, men i modsætning til de store butikskæder, så er det ikke de billige modeller, der er størst efterspørgsel på. Det er den bedst stillede halvdel af den ældre befolkningsgruppe, som udgør det primære kundegrundlag i Seniorland. "De ældre har flere penge mellem hænderne end tidligere, og de er heller ikke tilbageholdende med at bruge dem".
- Stadig færre kommuner tilbyder genoptræning inden for en uge efter udskrivning fra hospital. Faglige vurdering lyder, at blot få ugers ventetid på genoptræning efter sygdom eller ulykke er gift for patienterne. Det til trods viser en undersøgelse fra Gallup, at stadig færre af landets kommuner tilbyder genoptræning inden for en uge efter udskrivning. Sidste år tilbød kun 36 procent af kommunerne genoptræning inden for én uge. I år er tallet faldet til 32 procent til trods for, at området har fået stor opmærksomhed og ressourcer fra politikerne.

## Behov for trykthed og håb – Mental sundhed

De store forventninger til tilværelsen betyder, at jagten på lykken og det gode liv for alvor er gået ind og smelter sammen med andre sundhedstiltag for forbrugere. I kølvandet på dette er der opstået en stor og stødt voksende selvudviklingsindustri, som både har lykke, harmoni, passion, det hele menneske, nuet m.m. på hylderne.

Ro og fordybelse er en luksus i en tid, hvor alt går stærkt, og hvor der hele tiden er fokus på præstation og selvoptimering. Derfor er behovet for ro og fordybelse blevet et yderst bevidstgjort behov blandt forbrugere, som i stigende grad efterspørger produkter, ydelser og koncepter, som opfattes at kunne tilfredsstille netop disse behov.

271 [http://bolig.hmi.dk/media/artikelbasen/artikel\\_1434.pdf](http://bolig.hmi.dk/media/artikelbasen/artikel_1434.pdf)

dres usunde livsførsel. Således mener en stadig stigende del af danskerne, at overvægtige og rygere skal bagest i køen til sundhedssystemet.

Danskerne har flyttet sig noget siden dengang, hvor alting var samfundets skyld. I dag er alting potentielt din egen skyld. Det gælder i hvert fald sundhed og mangel på samme. Og danskerne kaster sig over sundhedsdyrkelsen i bred forstand og store dele af sundheds-

Blandt andet ses flere stillezoner i hverdagen gennem dyrkelse af meditation og mindfulness, og der er sket et boom i udbuddet af bøger om meditationsteknikker og i udbuddet af meditationskurser.

### Eksempler

- Mindfulness anvendes på Rigshospitalet til bl.a. smertebehandling – lære at dealere med smerter m.m. Meditation har for lang tid siden fået videnskabens blåstempling og er efterhånden ved at blive lige så accepteret som forebyggelses/behandlingsform som kirurgpraktik.
- Vil man dyrke wellness, kan man lade sig fryse ned eller få levende hudpleje i form af fiskepeeling, hvor man stikker fødderne ned i et bassin med fisk der spiser gammel hud af ens fødder.
- Hippotherapy: Ny teknik baseret på neurofysiologi, bruger heste som terapeutisk metode. Cerda Foundation indvier den første specialiserede rideklub i nærheden af Barcelona.
- Kunstbehandling: En russisk kunstner starter et nyt projekt i SoHo, hvor folk modtager fysisk eller psykisk behandling gennem kunsten.
- Forskningsresultater fra det tekniske forskningscenter hos virksomheden T. Hasegawa co i den japanske by Kawasaki viser, at duften af bl.a. mango, citron og lavendel kan være med til at dæmpe stress samtidig med at det styrker immunforsvaret.
- Latter-terapi: Kurser i latter-terapi i stor tilgang.

Stillezoner i den offentlige transport, stillezoner i børnehaver, meditations- og afstressningsrum eller bederum. Eksempler på frirum – et pusterum i hverdagen, som imødekommer behov for at kunne frasortere uønsket støj. Dette ses ikke mindst når børnefri produkter såsom børnefri hoteller, børnefri restauranter og børnefri zoner i flyene bliver stadig mere populære og efterspurgt.

## Kost fokus

Mad er ved at erstatte boligen som genstand for forbrugsmæssig iscenesættelse og identitetsdannelse. Mad er omdrejningspunktet for fællesskaber, for nydelse og i stigende grad et område, hvor forbrugerne fortæller om og iscenesætter sig selv. Men vi ser også, hvordan vi i stigende grad har vanskeligheder med at spise det rigtige, ikke for meget og ikke det forkerte. Mad handler derfor om mådehold, selvkontrol og sundhed eller om manglende selvkontrol. Mad handler med andre ord om helt centrale følelsesmæssige dimensioner som netop kontrol, mådehold, nydelse, selvagtelse m.m.

Antallet af kugebøger, guru-diæter, eksperter, diætister,

premium fødevarer, michellin-restauranter, forbruget af take-away for ikke at nævne madlavningsprogrammer, slankeprogrammer og seneste skud på stammen med som reality shows, vidner om, at her er et emne, som i stigende grad både optager og samler forbrugerne.

### Eksempler

- 82 pct. af danskerne opfatter fast food som meget eller lidt usundt, og 65 pct. ville købe mere, hvis det var sundere. 7-Elev-en oplyser, at der ligger et godt salg i kædens sunde produkter, hvor man siden juni bl.a. har fordoblet salget af nøglehulsmærket sandwich.
- Der kommer et større og større udvalg af miljø- og sundhedsvenlige produkter inden for en række forskellige varekategorier, og antallet af forskellige mærkningsordninger myldrer frem. Det er langt fra bare luksusvarer, hvor der er penge til at kæle for detaljen, der er med på bølgens. Især supermarkederne og discountkæderne understøtter trenden med at appellere til forbrugernes sans for etik, sundhed og miljø. Helt ned på private label-niveau slå de på, at produkterne er miljøvenlige og fri for sundhedsskadelige stoffer.
- Hver tredje dansker synes, den mad, man kan købe på motorvejsrestauranterne, er for dårlig, viser en undersøgelse fra FDB Analyse. På spørgsmålet om kvaliteten af maden svarer 30 procent af feriebilerne, at mad og drikke på tankstationen og restauranterne langs motorvejen er "dårlig" eller "meget dårlig". Det hungrende bilfolk vil i stedet have et sundere udvalg, når de kører ind for at handle. Omkring 4 ud af 10 af de adspurgte har et ønske om sundere mad og mere frugt.
- I 2008 gav Fødevarestyrelsen syv nye tilladelser til at sælge berigede fødevarer og året efter var det 27. Sidste år blev 30 nye produkter tilladt og det er ny rekord. Samtidig er mere end 2 ud af 3 tilladelser givet indenfor de seneste to år. I alt er knap 90 berigede fødevarer blevet godkendt siden 2003. I samme periode har Fødevarestyrelsen modtaget 153 ansøgninger.
- Op mod 200.000 danskerne har et decideret misbrug af mad. Læger undersøger nye, alternative årsager til overforbruget. Mad er for mange tusind danskerne, hvad kokain er for narkomanen eller sprut er for alkoholikeren. Læger og psykologer påpeger nu, at gode råd om kost og motion er nytteløse over for mange overvægtige, og at de i stedet skal i behandling på linje med narkomaner og alkoholikere.

markedet oplever to cifrede væksttal i en økonomisk krise.

*Timen er ved at nærme sig sin afslutning. Dvs. flere af os ligger på 95% af maxpuls og tror vi snart skal dø. Hvis der er nogen af jer, der begynder at sidde og komme i tanke om, at I skal købe to liter mælk på hjemvejen, så laver I ganske enkelt ikke nok. I skal helt derud, hvor man slet ikke*

*kan tænke den slags tanker. Kom så. Øg belastningen. Hold tempoet. 20 sekunder tilbage"*

- Bioindex – hjemmetest af biologisk alder og omega3 niveau.
- Faglærte såvel som ufaglærte tager imod virksomheders tilbud om helbredstjek i Danmark.
- 23andMe, Navigenetics, dekodeMe - giver svar på om man er disponeret sygdomme via hjemmetest (spyt)



272

## Sundhedsfanatisme - sundhed som religion

Der er status i sundhed. Sundhed repræsenterer overskud, selvkontrol og selvbeherskelse. Sundhed er også vitalitet, aktivitet og et flot ydre. Vil man være en succes, skal man være sund. Er man sund er man en succes. Sundhed handler også om at kunne leve længe og godt, kunne fastholde den ydre og indre energi og udstråling så længe som muligt.

At kæde sundhed sammen med et begreb som fanatisme understreger, hvilken enorm indflydelse sundhed har på vores samfund. Det forbinder dyrkelsen af sundhed med en ensidig, intolerant og blind tro på, at sundhed er den eneste rigtige vej at gå.

At tage ansvarligt vare på sundhed er også blevet direkte statusgivende, hvoraf mangelfuld vedligeholdelse af sundhed er forbundet med - i visse tilfælde - foragt. Danskerne er i stigende grad intolerante overfor hinandens uhensigtsmæssige livsførelse, og fx ses et voksende antal danskere, der mener, at rygere og overvægtige må bagest i køen til behandling, ligesom der er en eksplosiv voksende tilslutning til adfærdsregulerende tiltag. En sådan ekstrem fokusering på og dyrkelse af sundhed understreges af eksempler på, hvordan vi stempler mennesker som decideret afvigere, hvis de ikke lever efter normerne om sundhed.

En meningsmåling har vist, at hver tredje adspurgte mener, at overvægtige er decideret ulækre. Især mænd og unge under 25 væmmes. Desuden mener næsten halvdelen af de adspurgte, at overvægtige er en belastning for samfundet<sup>273</sup>. At vi på en sådan vis ser skævt på "usunde" mennesker underbygges af, at 10% har svært ved at acceptere mennesker, der 'bare lader stå til'

272 [http://www.springwise.com/food\\_beverage/foodzy/](http://www.springwise.com/food_beverage/foodzy/) : 28.07.2011

273 Søndagsavisen 21.-23. august 2009

(livsstilmæssigt), mens 26% undrer sig over de usundes adfærd<sup>274</sup>. Og eksemplerne viser, hvilke store forventninger der er til, at vi lever sundt. Forventninger som også medfører en jagt på unaturlige sundhedsideal. Således føler hver tredje pige og hver femte dreng sig tyk, selv om de ikke er det. Det viser den seneste skolebørns undersøgelse, som Statens Institut for Folkesundhed har foretaget blandt elever i 5., 7. og 9. klasse. De unge føler, at de skal leve op til nogle forestillinger om, hvordan man skal se ud, og hvor sundt man skal leve, og det kan få store konsekvenser for de unges psykologiske og sociale velbefindende. Undersøgelsen følger udviklingen i unges overvægt og spiseforstyrrelser over tid og viser blandt andet, at mere end hver tredje af de 13-15-årige piger er på slankekur, mens det for de 11-årige er hver fjerde. Af både drenge og piger siger i alt 25 procent, at de forsøger at tabe sig<sup>275</sup>.

### Eksempler

- 60 pct. af den danske befolkning dyrker mindre end to timers motion om ugen, hvilket er langt under sundhedsstyrelsens anbefaling om mindst 30 min om dagen. Omvendt vurderer blot 3,7 pct., at deres fysiske helbredstilstand er dårlig - folk har generelt en tendens til at fremstille sig selv lidt sundere end de er. Der er en tendens til, at flere kvinder end mænd opgiver forkerte data for deres højde og vægt.
- Næsten halvdelen af unge i alderen 11-24 år spiser kosttilskud, men det er unødvendigt for mange, som får dækket deres behov for vitaminer og mineraler gennem maden. Det viser en ny undersøgelse fra DTU fødevarerinstittet. Hver femte tager tilskud dagligt.
- Praktiserende læger opsøges af et stigende antal raske mennesker, som blot vil tjekkes, efter at de eksempelvis har fået målt en lidt for høj fedtprocent. Venteværelserne fyldes således med raske i stedet for syge.
- En undersøgelse fra Det Nordiske Cochranecenter på Rigshospitalet viser, at knap 60 virksomheder og privathospitaler nu sælger helbredstjek. De foretages ikke blot af læger og sygeplejersker, men også af fysioterapeuter, kostvejledere, massører etc.
- Alt for mange danskere tager kolesterolmedicin uden grund. Piller mod for højt kolesteroltal er den mest solgte medicin i Danmark. Det er den desværre uden grund. Knap halvdelen af de 530.661 mennesker, svarende til 200.000, som tager medicinen, har reelt ikke brug for den.

274 Berlingske 03.01.09

275 [http://avisen.dk/boern-foeler-sig-tykke-uden-at-vaere-det\\_153701.aspx](http://avisen.dk/boern-foeler-sig-tykke-uden-at-vaere-det_153701.aspx)

som sendes ind til genetisk analyse

- Sleep Cycle Alarm Clock - analyserer søvnmønster og vækker brugeren på det optimale tidspunkt. Norges mest købte iPhone applikation for tiden
- Vibrationstræning – astronauttræning med vibrationer for at optimere styrkeeffekt i findes nu i 4 fitnesscenter i Oslo-området
- Vacu-Step – træning i vakuum for at forme problemområder

- WebChoise: Online interaktionsprogram, Rigshospitalet i Oslo giver information til patienter og mulighed for dialog m. personalet og medpatienter
- Medical Spa er et voksende fænomen bl.a. i Tyskland. Flere spa og wellness centre tilbyder medicinske behandlinger udført af læger.
- E-patienter er et voksende fænomen. Selvdiagnose og information foregår online.
- Flere kosmetikproducenter har et klinisk og medicinsk

## Sundhed på arbejdspladsen

Medarbejdere er enige om, at ledelsen har et ansvar for at opmuntre til forebyggende sund adfærd på arbejdspladsen, ligesom det anses som ledelsens ansvar at blande sig i overvægtige ansattes vaner og adfærd samt medarbejdernes alkoholvaner. Desuden forventes chefen at agere rollemodel i forhold til medarbejderne på sundhedsområdet.

Medarbejdere forventer, at arbejdspladsen involverer sig i deres sundhedstilstand og dette i højere grad end lederne er parate til. Således er der 52% af medarbejderne, der finder det i orden og sågar ønskeligt, at arbejdspladsen blander sig i medarbejdernes sundhedstilstand, hvorimod 26% af lederne deler denne holdning<sup>276</sup>. I en amerikansk undersøgelse er det 85% af medarbejderne og 62% af arbejdsgiverne<sup>277</sup> der mener, at arbejdsgiveren har et ansvar for at opmuntre til forebyggende, sund adfærd på arbejdspladsen. Derudover var 74 % af medarbejderne mere end villige til at optage en sundere livsstil, hvis kollegaer også gjorde det og 60 % ville være mere villige til at starte en sundere livsstil, hvis deres chef satte et godt eksempel på sundhedsområdet<sup>278</sup>.

En dansk rundspørge af Politiken Research viser ligeledes, at 42 pct. af de adspurgte svarer ja til, at det er relevant og passende at diskutere sundhed i en medarbejdersamtale med chefen, og 45 pct. svarer, at arbejdsgiveren har et medansvar for overvægtige ansattes vaner og adfærd.<sup>279</sup>

### Accept af fokus på produktivitet

Medarbejderne accepterer i stigende grad virksomhedens fokus på produktivitet, hvilket meget konkret kommer til udtryk ved, at flere medarbejdere gør chefen opmærksom når kollegaer ikke yder en tilfredsstillende arbejdsindsats. Medarbejderne accepterer desuden i stigende grad, at en god sundhedstilstand øger deres produktivitet, og undersøgelser viser at medarbejderne gerne vil måles og vejes på arbejdspladsen som del af et sundhedstjek. Desuden accepterer medarbejderne arbejdsgivernes fokus på at nedbringe sygefraværet ved bl.a. at tage godt imod såkaldte sociale tillidsmænd, som tager en snak med medarbejderne om skilsmisser, alkoholmisbrug og boligproblemer, med det formål, at sociale og personlige problemer ikke så ofte udvikler sig til langvarig sygdom.

276 Capacent Epinion for Danica 2010

277 <http://politiken.dk/tjek/sundhedogmotion/ECE1296066/flere-overvaegtige-betaler-selv-for-fedmeoperation/>

278 National Employee Wellness Month 2010.

Der sker et skifte væk fra et fokus på selvudvikling og imod et fokus på præstationer, hvor virksomheder i stigende grad overvåger de ansattes præstationer via ratingsystemer og karakterskalaer. Præstations-fokuset kommer også konkret til udtryk ved, at der sker reduktioner i traditionelle personalegoder i forlængelse af finanskrisen, men at der ikke skæres ned i ordninger som sundhedsforsikringer, som er med til at give kortere sygefravær og mere effektive medarbejdere. Antallet af sundhedsforsikringer har tværtimod været stigende under finanskrisen. Undersøgelser viser, at de goder, der først skæres fra, er dem som ikke kan dokumentere en direkte effekt på bundlinjen.

### Meditation på arbejdspladsen og i erhvervslivet

Der ses et fornyet fokus på ro og fordybelse som noget, der aktivt skal etableres på arbejdspladsen. F.eks. inkorporerer virksomheder i stigende grad firmabetalt meditation i arbejdstiden, så medarbejderne kan optimere sig selv, finde indre ro, forebygge stress og skabe større fokus og handlekraft.

Derudover er der voksende anvendelse af og accept af bl.a. meditation og mindfulness til stressbehandling i erhvervslivet.

Medarbejdere efterspørger i stigende omfang sundhedsordninger på arbejdspladsen, som kan være med til at optimere deres helbred og deres mulighed for at præstere. Især tilbud om sund kost på arbejdspladsen, mulighed for at blive dækket af en sundhedsforsikring, mulighed for en frugtordning, fokus på psykisk sundhed og fri adgang til idrætsfaciliteter er i høj kurs blandt medarbejderne. Samtidig ønsker mange medarbejdere at have mulighed for ordninger som sundhedstjek på arbejdspladsen eller meditation, hvor medarbejderne kan finde indre ro, forebygge stress og skabe større fokus og handlekraft.

- fokus med deres produkter.
- Tchibo, som er en af Tysklands største retailers med en online shop sælger flere og flere sundhedsprodukter som blodtryksmålere, luftrensere og massage tilbehør.
- Nike+ og Apple iPod har skabt analyseprogrammer, hvor løbere kan gemme deres resultater.
- Flere iPhone applikationer giver brugeren mulighed for at overvåge luftforurening.

- Klamydiatest via SMS. I Sverige kan man bestille en klamydia test, sende en sms og CVR nummer til 72120, hvorefter testen bliver sendt til dig.
- Flere kvinder i Danmark køber sig til ekstra service og tryghed ved at bestille fødekoner til deres børns fødsler.

### Eksempler

- TDC, Skat og Danfoss benytter sig af coaches der afholder kurser - en blanding af buddhistisk meditation og spirituel filosofi, til at gøre medarbejderne mere glade og effektive. Zenlærer Asger F. Knudsen, der holder kurser og workshops for mange firmaer har oplevet en stigende efterspørgsel blandt erhvervsledere .
- Post Danmark har indført trivselsdage, hvor ansatte kan tage en dag på sofaen, hvis de føler sig stressede eller dårligt tilpas.
- Danskerne oplever et forværret psykisk arbejdspress på arbejdet efter finanskrisen. Undersøgelse af Epinion for HK/Privat viser, at cirka hver tredje medlem har oplevet et forværret psykisk arbejdsmiljø, som har øget sygefraværet og mindsket effektiviteten, siden finanskrisen begyndte i 2008.
- Usikkerhed om jobbet og ubalance mellem indsats og belønning påvirker medarbejdernes selvvurderede helbred, søvnkvalitet og psykiske velbefindende. En tredjedel af al sygefravær på danske arbejdspladser skyldes psykosociale forhold på arbejdspladsen
- Depression og Stress anerkendt som arbejdsskade: Stress på jobbet kan udvikle sig til en depression. Tre ud af ni sager om depression, som følge af stress på jobbet, er blevet anerkendt som en arbejdsskade .
- Forsikringsselskabernes udbetalinger til psykologhjælp og stressrelaterede sygepenge er to-tre dobbelt på få år og en undersøgelse fra Sundhedsministeriet viser, at hver tiende dansker er i dårlig trivsel.
- I 2009 forventede Falck Healthcare (landets største udbyder af sundhedsordninger til private og offentlige organisationer) at formidle såkaldt psykosocial hjælp til 26.000 danskere.

# Konklusion

Ambitionen om det gode liv, rigelige mængder lykke og optimal fysisk og psykisk tilstand skaber en forventning om den fuldkomne sundhed. I den er der ingen skavanker, der ikke kan fikses, og der er ingen accept af, ikke at virke optimalt hele tiden.

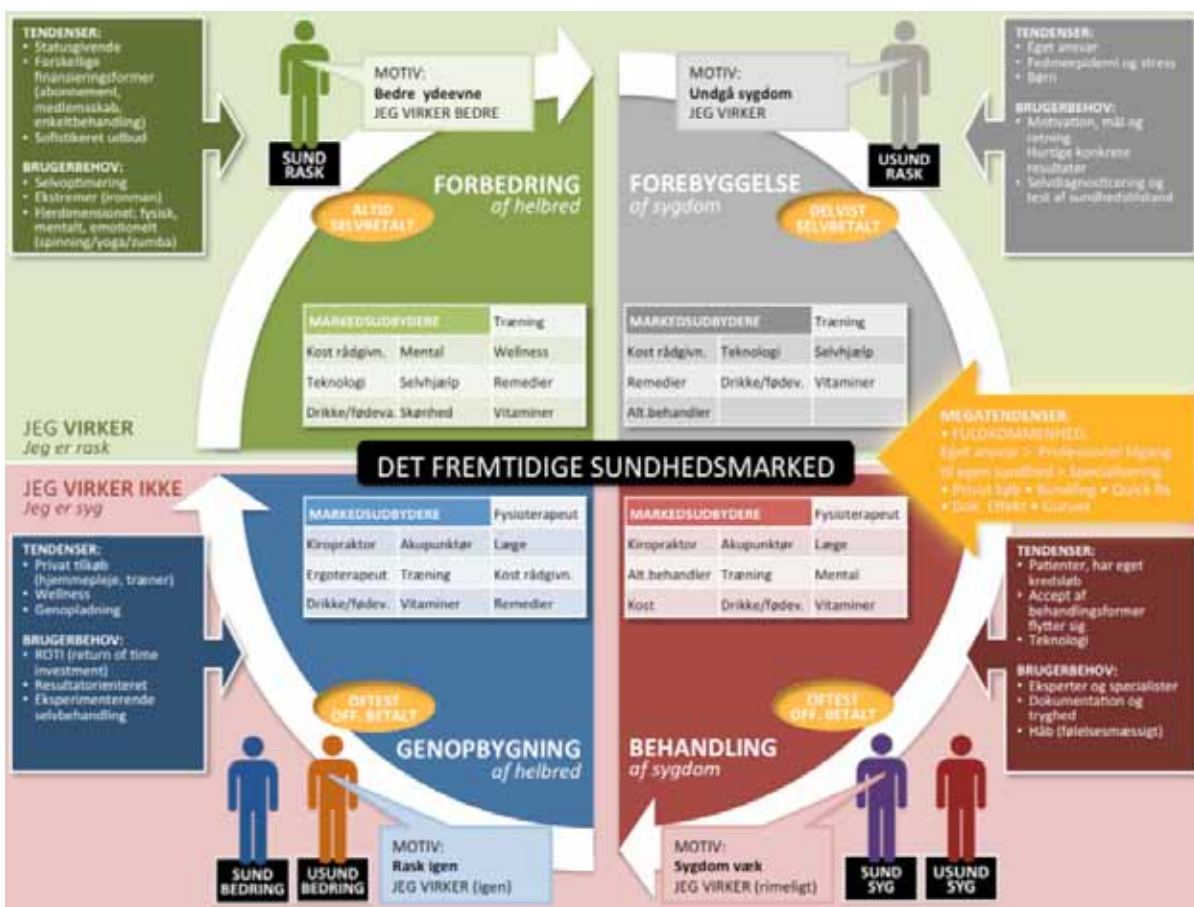
Med forventningen om den fuldkomne sundhed kommer behovet og forbruget. Evnen (for nogen) og viljen til at købe sig til mere, bedre og hurtigere sundhed eller nye dimensioner af sundhed.

Forbrugerne kan enten toppe op i form af at købe sundhedsydelser ovenpå dem de allerede får i det offentlige sundhedssystem, de kan købe 100% selvbetalte behandlinger og de kan købe ydelser, som hele tiden hjælper dem med at forbedre deres sundhedstilstand og/eller forebygge sygdom.

For eksempel betaler flere overvægtige selv for fedmeoperation: En del overvægtige danskere er nu parate til selv at betale for en fedmeoperation, efter at regeringen og regionerne for nylig har strammet kravene for at få et indgreb på det offentlige regning. I maj 2011 henvendte omkring 40 personer sig til privathospitalet Hamlet, personer som gav udtryk for, at de selv vil betale for operationen, der koster omkring 65.000 kroner. Forventningen er, at antallet af »selvbetalere« vil vokse<sup>279</sup>.

Forventningerne om denne fuldkommenhed hænger tæt sammen med oplevelsen af, at sundhed er et personligt eget ansvar. Et perspektiv, som på den ene side belaster forbrugerne med skyldfølelse over deres livsførsel og som på den anden side gør, at flere selv handler og ikke overlader ansvaret for deres sundhed, valg af behandlinger eller tempoet til f.eks. et offentligt sundhedssystem.

Dette er medvirkende til, at vi begynder at se et yderst specialiseret sundhedsforbrug, hvor forbrugerne i stigende grad sammensætter en komplet sundhedspalet. Hvor resultatet overgår processen og hvor man forsøger at opnå optimal sammenhæng mellem tid forbrugt og effekt opnået (ROI). Naturligvis suppleret af optimale low carb diæter<sup>280</sup>, som sikrer maksimalt overskud og maksimal udnyttelse af kostens mineraler og vitaminer. En af de ting, som er en naturlig konsekvens af denne ekstreme sundhedsinteresse er den stigende interesse for ekstremsport, idet den store del af befolkningen, der hele tiden søger at forbedre deres sundhedstilstand udfordres og tiltrækkes af nye udfordringer, nye grænser, der skal overgås og nye smertetærskler, der skal rammes. En anden konsekvens af denne ekstreme sundhedsinteresse og hastige teknologiuudvikling er stigende nysgerrighed overfor eksperimenterende selvbehandling, gerne på basis af selvmonitorering og selvdagnosticering suppleret med råd fra andre i samme situation via forbrugernes egne kommunikationskredsløb typisk på de digitale platforme.



279 <http://politiken.dk/tjek/sundhedogmotion/ECE1296066/> flere-overvaegtige-betaler-selv-for-fedmeoperation/

280 eller en anden af tidens hotte diæter, der bl.a. stiller forbrugerne vægttab og overskud i udsigt

# Behovsdrevne segmenter indenfor private sundhedsydelser

Det er sådan set kun fantasien og opfindsomheden, der sætter grænser, når det gælder om at definere og identificere segmenter indenfor det private sundhedsmarked. Man kan lave segmenter på alder, på helbredtstilstand, på køn, på sygdomme og risikofaktorer. Man kan lave et segment for enhver sygdom, eller man kan lave 2 segmenter: for syg og rask.

Når det gælder segmenter er det afgørende, at de defineres på en måde, så de operationelt kan anvendes og så de reelt bidrager i arbejdet med f.eks. udvikling af strategi, services, ydelser eller kommunikation. Det betyder, at antallet af segmenter ikke må overstige det, der logisk kan kaperes og håndteres i praksis. Dernæst stiller det krav til de segmenter man definerer: De skal afstikke retning. Det skal hjælpe til at afklare om et segment foretrækker det ene fremfor det andet og skabe udgangspunkt for at man kan udvikle mere målrettede løsninger.

Lighthouse Cph har årelang erfaring med at arbejde med segmenter. Den erfaring har lært os, at segmenter enten skal være tætte på kategorien dvs. styret af, hvilke behov forbrugerne har i det marked det handler om eller tage udgangspunkt i menneskers livssituation, da denne har vist sig at være mere forklarende end de fancy segmenter i forskellige farver, som alverdens korrespondanceanalysemodeller kan etablere.

En naturlig konsekvens af hele denne analyse er at definere segmenter på baggrund af de behov vi har etableret og beskrevet bl.a. i den gennemgående forståelse af sundhedsmarkedet i form af den model, der illustrerer det fremtidige sundhedsmarked.

De fire "verdenshjørner" i modellen er nemlig defineret på baggrund af forbruger/borger/patient behov:

1. Behovet for forbedring af helbred.  
Motiv: Bedre ydeevne – JEG VIRKER BEDRE
2. Behovet for forebyggelse af sygdom.  
Motiv: Undgå sygdom – JEG VIRKER
3. Behovet for behandling af sygdom.  
Motiv: Sygdom væk – JEG VIRKER (RIMELIGT)
4. Behovet for genopbygning af helbred.  
Motiv: Rask igen – JEG VIRKER (IGEN)

Modellen indeholder altså de fire hovedsegmenter, som er de mest udslagsgivende behovsdrevne segmenter<sup>281</sup>, der kan etableres, når det gælder forbrug og behov på det private sundhedsmarked. Danske Fysioterapeuter har udtrykt ønske om, at de behovsdrevne segmenter kvantificeres i forhold til deres antal/volumen og betalingsvillighed, hvis dette er muligt.

Beskrivelserne af de fire behovsdrevne segmenter begynder med en kvalitativ og erfaringsbaseret beskrivelse af segmentet, som også indeholder en holdning til segmentets betalingsvillighed. Denne beskrivelse følges op af de muligheder, der eksisterer for at kvantificere segmentet i forhold til antal/volumen. Her vil være en gennemgang af de valg, der er foretaget, når segmentet har skulle findes i statistikker, der arbejder med andre begreber og definitioner.

<sup>281</sup> Og indeholdt i disse store behovsdrevne segmenter kan man naturligvis segmentere yderligere.



## Forbedringssegmentet

### Beskrivelse af segmentet

Det er forbrugere, for hvem det at forbedre og optimere deres helbred opfattes så vigtigt, at det er noget de bruger både energi, tid og penge på. Vi har her at gøre med forbrugere, som stiller store krav og har store forventninger til tilværelsen, som gør, at de hæver barren i deres forventninger til tilværelsen ved at optimere deres helbred og præstationsevne i tilværelsen generelt. Det er derfor også mennesker, der er karakteriseret ved at have et vist økonomisk, fysisk og mentalt overskud, da der skal overskud til at fokusere på en yderligere optimering.

For disse mennesker er træning ikke bare en tilfældig løbetur. De går yderst professionelt til deres sundhedsdyrkelse i hvilken fysisk træning og kost udgør grundstenene. Træningen er typisk systematiseret og forbrugerne har vejledere, træningscenter, måleinstrumenter, der hele tiden giver dem mulighed for at tracke deres fremskridt, puls, forbrænding, distancer m.m. Forbrugerne er yderst bevidste om træningens forskellige facetter og arbejder med målrettede kombinationer af træningsformer i forhold til de mål de har sat sig. Det kan være mål som mere energi, vægttab/opstramning, gennemføre en maraton osv. Og derfor indgår der også mentale dimensioner i deres træning. Mange af disse forbrugere dyrker fysisk træning med så høj frekvens og så høj intensitet, at man for en del af dem kan tale om deciderede endorfinjunkies eller træningsnarkomaner, som reel er blevet afhængige af deres træning.

**FORBEDRINGSSEGMENT:  
Der er 1 mio. danskere,  
som er sunde, raske  
og dyrker regelmæssig motion**

Det betyder, at det at blive bremsset i deres træning ikke bare er ærgeligt, det er en katastrofe, som påvirker dem voldsomt både fysisk og psykisk. Det betyder, at de er villige til og interesserede i at betale for ikke at blive bremsset og især for akut hjælp når/hvis de er blevet bremsset. De mest erfarne er også i stigende grad interesserede i at købe sig til træner, programlægger m.m. som sikrer, at de undgår skader, men får maksimalt udbytte ud af deres træning.

### Hvor stort er segmentet?

Forbedringssegmentet består af de ca. 1 mio. danskere<sup>282</sup>, der er sunde og raske og dyrker regelmæssig motion.

Skal man forsøge at beskrive dette segment ud fra de statistiske standardkriterier<sup>283</sup> er er tale om mennesker, der dyrker moderat eller hård fysisk aktivitet i fritiden mindst fire timer om ugen. Der er en mindre overvægt af mænd i dette segment og andelen af forbrugere i dette segment falder med stigende alder. Der er en sammenhæng mellem uddannelsesniveau og tilknytning til arbejdsmarkedet og forbrugere i dette segment, der er moderat eller hårdt fysisk aktive i fritiden forstået således, at der er flere i dette segment med videregående uddannelser og flere der er beskæftigede på arbejdsmarkedet. Der er flere i parforhold end der er singler, der er flere forbrugere i Region Hovedstaden i dette segment, dvs. mere by end land



<sup>282</sup> Estimeret via KRAM, 2009, hvor vi ved at 57% , blandt personer 18+ år, vurderer, at de har et virkelig godt/godt selvvurderet helbred og ikke har langvarige sygdomme og fra Den Nationale Sundhedsprofil 2010 fra Sundhedsstyrelsen at 28% af personer 16+ år, dyrker moderat eller hård fysisk aktivitet i fritiden. Antager vi at 50% flere blandt de 57% dyrker motion så giver dette 24% (57%x28%x1,5) ud af de 4,4 mio. voksne danskere.

<sup>283</sup> Kilde: Den Nationale Sundhedsprofil 2010, Sundhedsstyrelsen. Basen er her personer 16+ år og altså ikke betinget af selvvurderet helbred. Disse informationer er ikke tilgængelige.

## Forebyggelsessegmentet

### Beskrivelse af segmentet

Det er forbrugere, for hvem det at undgå at blive syge opleves som så relevant og vigtigt, at det fører til konkret handling og adfærdsændringer. Dette kan være forbrugere, som af forskellige årsager befinder sig i risikozonen for at blive syge (overvægtige, rygere, inaktive, mennesker med en lidelse med forhøjet risiko for tilstødende skavanker m.fl.), eller mennesker, der ikke oplever at kunne undværes (forældre til mindre børn) og som derfor vil gøre hvad de kan for at forebygge sygdom. Det kan i sidste instans også "bare" være mennesker, som ønsker at være på den sikre side og forebygge eventuelle sygdomme og skavanker.

Hos dem, hvor ønsket om at forebygge sygdom fører til reel adfærd vil en stor del være yderst motiverede af udsigten til at holde risici på afstand. Det kan også være, at der er begyndende skavanker, som gør behovet for forebyggelse til noget yderst konkret og fysisk.

Hvis man oplever at være i fare for, at der tilstøder én noget alvorligt, er motivationen for at undgå denne fare naturligvis meget høj. Medmindre man blive handlingsslammert bl.a. af frygten og uoverstigeligheden af forehavendet, som det ses hos bl.a. nogle overvægtige og rygere. Uanset om det er den presserende oplevelse af fare eller handlingslammelse er begge tilstande uacceptable for en voksende del af befolkningen, som derfor vil være yderst interesserede i muligheden for at købe sig til hurtigere, bedre eller nemmere resultater. Hjælp og motivation er en af de primære dimensioner der efterspørges.

Hvis man (med god grund) er rigtig bange for at blive alvorlig syg af f.eks. ens livsstil kommer prisen for at ændre livsstil til i anden række: "Hvad er prisen for ikke at dø af lungecancer?", "Hvad er prisen for at min overvægt ikke tager livet af mig?" bliver absurde spørgsmål, hvis man oplever sig reelt i farezonen.



### Hvor stort er segmentet?

Da der ikke findes nogle statistikker der indeholder valide oplysninger om, hvorvidt evt. adfærd udelukkende skyldes ønsket om at forebygge sygdom, vil vurderingen af hvor mange der er i dette segment være baseret på en anden form for viden. Der findes opgørelser over menneskers egen vurdering af deres helbredstilstand og i disse søger vi dem med selvvurderet dårligt helbred, men som ikke er syge endnu, da der er tale om at identificere den gruppe af borgere, hvor forebyggelse er aktuelt.

480.000 personer<sup>284</sup> har ikke en langvarig sygdom, men et selvvurderet dårligt/meget dårligt helbred. Vi estimerer<sup>285</sup> at cirka halvdelen reelt ønsker at forbedre deres aktuelle helbred. Dermed skønnes forebyggelsessegmentet at bestå af 260.000 personer.

Skal man forsøge at beskrive dette segment ud fra de statistiske standardkriterier, så er dette på flere måder den modsatte pendant til det forbedrende segment idet der i det forebyggende segment er flere med ingen eller kortere uddannelse (det betyder ikke, at der ikke er nogle med høj uddannelse, blot at der er relativt færre). Der er markant flere arbejdsløse og flere enlige ligesom der er mere land end der er by<sup>286</sup>.



284 stimeret via. KRAM, 2009, hvor vi ved at 11% , blandt personer 18+ år, vurderer at de har et dårligt/meget dårligt selvvalueret helbred og ikke har langvarige sygdomme

285 . Estimat baseret på tal fra Den Nationale Sundhedsprofil 2010, Sundhedsstyrelsen der viser at 54% af personer med usundt kostmønster gerne vil spise mere sundt.

286 Region Nordjylland 18%, Region Hovedstaden 10 %

## Behandlingssegmentet



### Beskrivelse af segmentet

Består af forbrugere, som har fået konstateret en lidelse eller sygdom, som de behandles for. Dette kan være alt fra et dårligt knæ til en livstruende sygdom. Fælles for dem alle er, at målet er at få så virksom behandling som muligt og komme til at fungere lige så godt som før. Blandt disse vil der være et stigende antal for hvem det er så vigtigt at blive behandlet på en bestemt måde, at de vil være villige til at tilkøbe behandlinger eller supplerende behandlingsmuligheder. Andelen af mennesker i dette segment, for hvem det er centralt at blive hurtigt friske er også stigende, og de er villige til at købe sig til særlige behandlinger eller adgang til hurtig behandling selv eller gennem virksomhedsordninger og sundhedsforsikringer.

### Hvor stort er segmentet?

I identifikationen af mennesker i dette segment har vi valgt at tage udgangspunkt i indlæggelse for at undgå at komme til at medtage perifere og ikke-vigtige behandlinger.

Behandlingssegmentet består af de 570.000 voksne personer<sup>287</sup>, svarende til 11%, der årligt er indlagt én eller flere gange på et sygehus.

Omkring 50.000 bliver indlagt grundet sygdomme i knogler, bevægelsessystem og bindevæv, 84.000 med sygdomme i kredsløbsorganer og 52.000 med sygdomme i åndedrætsorganer. Ydermere ved vi at 330.000 personer i 2009 besøgte kiropraktor (med offentlig ydelse) og at 427.000 personer i 2009 besøgte fysioterapeut (med offentlig ydelse)<sup>288</sup>.

Skal man forsøge at beskrive dette segment ud fra de statistiske standardkriterier så stiger andelen af borgere, der har været indlagt med alderen. Samlet set er 37% af indlæggelserne personer som er 65+ år, hvilket er en stærk overrepræsentation, idet de udgør 21% af befolkningen over 15 år. Dog er 54% svarende til 309.000 personer i den erhvervsaktive alder 25-64 år. Der er relativt flere kvinder – hvilket naturligvis skyldes sygdomme i svangerskab og under fødsel.

<sup>287</sup> Kilde: Danmarks Statistik. Base er personer 15+ år

<sup>288</sup> Kilde: Danmarks Statistik, Baser er alle danskere..

## Genopbygningssegmentet

### Beskrivelse

Det vil sige forbrugere, som har været igennem et behandlingsforløb og som nu skal genopbygges til at kunne fungere lige så godt som før hvis det er muligt. I dette segment har vi naturligvis de hofteopererede ældre og de knæopererede træningsfreaks, men vi har i stigende grad med mennesker at gøre, som har modtaget behandling og som ønsker at forcere tempoet i deres recovery ved at købe genopbygningsforløb.

Derudover er det også sandsynligt, at det stigende antal mennesker med psykiske lidelser bl.a. stress og depressioner i stigende grad også vil have behov for genopbygning.



På lidt længere sigt kan en udvikling indenfor dette område være, at genopbygning også kommer til at indeholde genopladning. Fokus på genopladning ændrer fuldstændig præmissen for denne del af markedet, som ændrer sig fra at være hofteopererede, der med største besvær går usikre skridt mens de holder i et rækværk til pludselig at indeholde erhvervsfolk, yngre ressourcetærke mennesker m.fl. som f.eks. er brændt ud eller bange for at gøre det. I så fald kommer denne del af sundhedsmarkedet til også at indeholde bootcamps, retreats, medicinsk wellness, såkaldte health retreats m.m.

### Hvor stort er segmentet?

Grundlæggende består det nuværende genopbygningssegment af det samme antal personer som beskrevet i Behandlingssegmentet. For at præcisere det, tages udgangspunkt i det antal personer som har modtaget fysioterapi med offentlig ydelse dvs. 427.000 og det tal opjusterer vi med halvdelen af dem, der har modtaget ergoterapi og således estimeres genopbygningssegmentet til 590.000<sup>289</sup> personer.



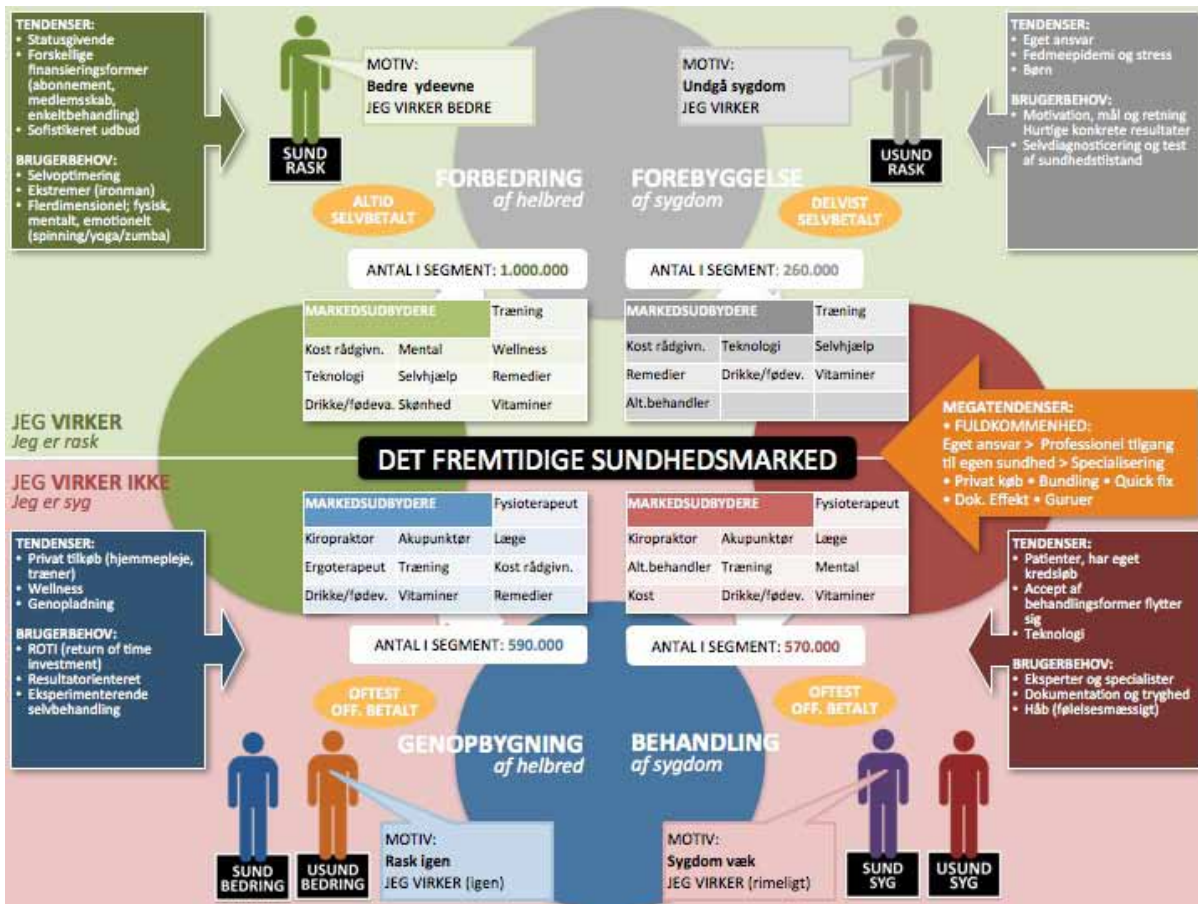
Det er dog ikke alle der har behov for genopbygning. I alt findes der genoptræningsplaner for ca. 100.000<sup>290</sup> patienter. Heraf var der ca. 82.000 unikke patienter med alm. genoptræning og 23.000 med specialiseret genoptræning. Ser vi udelukkende på Fysio- og ergoterapi var der i alt 70.000 genoptræningsplaner for unikke patienter (58.000 alm. & 15.000 specialiseret genoptræning, unikke patienter).



Skal man forsøge at beskrive dette segment ud fra de statistiske standardkriterier, ligner dette segment behandlingssegmentet bortset fra, at dette segment er lidt yngre da nogle dør i/under behandling. Derudover eksisterer der afgørende mindre traditionel statistisk viden om dette segment end de andre.

<sup>289</sup> Vi tillægger 50% af det antal personer der har modtaget ergoterapi (med offentligt tilskud). Reduktionen skyldes en forventning om at nogle personer modtaget flere behandlinger. Denne andel kendes ikke og er således antaget til halvdelen.

<sup>290</sup> Et paradoks, som ikke er isoleret til sundhedsmarkedet, men som forbrugerne færdes behændigt i i alle tilfælde og balancerer behovet for oplevet værdi for pengene bl.a. gennem dokumentation af effekt med de fuldstændigt irrationelle forbrug.



De illustrerede eksempler på sundhedsmarked



## **DEL 3: Strategiske muligheder på fremtidens marked for private sundhedsydelser**

Vi begynder at have de nødvendige byggeklodser til at kunne se, hvad der eksisterer af strategiske muligheder for fysioterapeuterne på det private sundhedsmarked.

#### Om fremtidens sundhedsmarked ved vi:

- \* At det vil være kendetegnet af bevægelsen fra sygdoms- til *sundhedsfokus*.
- \* At det private sundhedsmarked består af en stor mængde udbydere (og øvrige aktører, som ligger udenfor rækkevidden af denne analyse), hvoraf flere af dem både leverer ydelser til det offentlige og det private sundhedsmarked og det ind imellem i form af tilskudsudløsende behandlinger.
- \* At udbydere indenfor de traditionelle sundhedsprofessioner af gode grunde er tættere på *sygdomsbekæmpelse*, mens nye og mere alternative udbydere er tættere på *sundhedssikring*.
- \* Er et sundhedsmarked, som med nød og næppe følger med efterspørgslen, hvilket kræver store *forandringer* hurtigt på et traditionelt trægt marked.
- \* At det består af fire centrale dimensioner: *forbedring af helbred, forebyggelse af sygdom, behandling af sygdom og genopbygning af helbred*.
- \* De mest væsentlige forandringer er udviklingen indenfor forbedring og forebyggelse samt interessen for *privat køb* af sundhedsydelser (hvad end der er tale om privatpersoner eller virksomheder).
- \* Nye *distributionskanaler* og alliancer er en konsekvens af et sundhedsmarked i forandring. Sundhedsforsikringerne og udbydere som Falck Healthcare er eksempler på nye distributionsformer for private sundhedsydelser med en vis volumen. Den eksplosive udbredelse af *tværfaglige* centre og tværfaglige behandlingsformer har skabt grobund for nye *alliancer* på markedet.
- \* Udvikling af *nye ydelser*, nye udbydere og nye måder at sælge sundhedsydelser på.
- \* Sundhedsydelser bliver mere individualiserede og *specialiserede*.

#### Om fremtidens sundhedsforbrugere ved vi:

- \* At virksomheder er etablerede sundhedsforbrugere, fordi sundhed er blevet en obligatorisk del af en arbejdsplads.
- \* At forbrugerne og virksomhederne i stigende grad betragter sundhed som  *eget ansvar* og at dette har været udslagsgivende for adfærdsmændringerne der har skabt forebyggelse og forbedringsdimensionerne af sundhedsmarkedet.
- \* Vi ved, at forbrugerne i stigende grad indtager en *professionel* og *avanceret* tilgang til deres sundhed<sup>1</sup>. Dette øger efterspørgslen efter eksperter og specialister ligesom det øger interessen for selvdagnosticering.
- \* At forbrugerne forventer at alle sundhedsskavanker kan ordnes og søger *quick fixes*, effektive behandlingsformer og tidsbesparende løsninger.
- \* Vi ved også, at forbrugernes tålmodighed er faldende. Når det gælder, hvor meget tid de skal investere i behandling og forholdet mellem tidsinvestering og resultat, som har ført til begrebet *ROI*<sup>2</sup>.
- \* Vi ved, at forbrugerne tiltrækkes af det *nye* og spændende, som lover endnu mere fantastiske resultater og tiltrækkes af stærke, karismatiske, *gurulignende* personligheder.
- \* Vi ved også, at forbrugerne bevæger sig i et paradoks<sup>3</sup> mellem på den ene side at søge højere grad (og stigende) af *dokumenteret effekt* samtidig med, at de også tiltrækkes af udbydere, som bl.a. kan give dem *håb* (om bedring, helbredelse m.v.) uden nødvendigvis at kunne dokumentere det.
- \* At der i det samme sundhedsmarked findes fundamentalt 4 forskellige tilgange til sundhed, som er drevet af, i hvilken sundhedsmæssig tilstand og situation forbrugeren befinder i: *forbedring, forebyggelse, behandling og genopbygning*. Den samme forbruger kan sagtens bevæge sig rundt mellem disse behov.
- \* At forbrugerne er mere *sundhedssultne* end nogensinde før. At sundhed er statusgivende og det nærmeste vi kommer en religion og, at der ikke er udsigt til at sundhedsinteressen vil dale – tværtimod.
- \* Forbrugerne bliver mere krævende og søger højere grad af *dokumenteret effekt* i takt med, at de bliver dygtigere og dygtigere sundhedsforbrugere.

1 Kilde: Landspatientregisteret

2 Og arbejder med flerfacetteret og specialiseret sundhedsdyrkelse indeholdende f.eks. 2-3 forskellige slags fysisk træningsformer, 1-2 træningsformer med fokus på det mentale, en træner og måske en coach tilknyttet, ambitiøse kostprogrammer, diverse teknologiske udstyr til at måle og sammenligne resultater samt naturligvis en masse gear og grej.

3 Return on Time Investment.

## Fysioterapeuterne på det private sundhedsmarked

Det er blevet tydeligere og tydeligere, som analysen har udfoldet sig, at forbrugerne ikke er indstillede på at nøjes med noget som helst når det gælder sundhedsmarkedet. Bevægelsen fra sygdomsfokus til sundhedsfokus markerer forbrugernes stræben efter sundhedsmæssig fuldkommenhed både når det gælder sundhedstilstand og forventninger til de ydelser og behandlinger forbrugerne køber på sundhedsmarkedet – ”Kun det bedste er godt nok for mig” - giver samtidig en ny strategisk mulighed for aktørerne på sundhedsmarkedet.

Ydelserne bliver i stigende grad selvvalgte, selvbetalte, købes hos private praktiserende og bliver på forbrugernes præmisser (tid og sted). Derfor skal udbyderne udover deres faglige ekspertise også være opmærksomme på *distribution af deres ydelse, pris for sin ydelse, tidsforbrug i forbindelse med ydelse og (garanteret) effekt af ydelsen*.

Fysioterapi kan i sammenhængen være yderst relevant, og stigende efterspørgsel kan potentielt dække ønsket om beskæftigelse for fremtidens tusinder af nye fysioterapeuter.

Betingelsen for stigende efterspørgsel og potentiel fremtidig succes i et forandret sundhedsmarked - præget af forbrugernes stræben efter fuldkommenhed - fordrer, at fysioterapeuter skaber udbud, der er *unik, relevant og attraktivt* – især fordi man vil være i konkurrence med andre dygtige sundhedsudbydere.

Analysen peger på fire hjørner i sundhedsmarkedet, som alle er potentielt interessante for fysioterapeuterne, og det er analysens intention, at beskrivelsen af ændringer i efterspørgslen og af udbydere kan inspirere Danske Fysioterapeuter til at bevæge sig ind på fremtidens sundhedsmarked og byde ind overfor de mange nye behov og et forandret markedsdynamik.

Det, der er helt centralt i et marked hvor kunderne bliver dygtigere og mere professionelle er, at Danske Fysioterapeuter altid tager udgangspunkt i fysioterapiens og fysioterapeuternes styrker, kompetencer, faglighed og hvor de differentierer sig fra de andre udbydere på markedet og lader denne kerne af integritet være udgangspunkt for al udvikling af services og ydelser fremadrettet.

Det er ikke sandsynligt, at fysioterapeuter kommer langt på markedet ved at forsøge at lefle for kundernes krav eller ved at overskride faglige grænser og integritet. Det er der indtil videre aldrig kommet noget godt ud af.

Dermed ikke sagt, at det ikke kan være nødvendigt for fysioterapeuterne både at ændre holdninger og adfærd

til visse ting, hvis fysioterapeuterne ønsker at spille en rolle på fremtidens private sundhedsmarked. Men de ændringer skal fortsat have rod fæste i egen faglighed og selvopfattelse da det også er i denne, at fysioterapeuternes har høj troværdighed på markedet.

Der er grænser for, hvor langt traditionelle sundhedsprofessioner kan flytte sig væk fra kerneområdet (behandling af sygdom og genopbygning), hvis man ønsker at beholde sin ”licens” til at agere indenfor de to kernefeltet i form af tillid og troværdighed. Omvendt er grænserne for, hvor langt man kan trække sin troværdighed og tillid med sig over i nye områder i opbrud, da ændringer i accepten af behandlingsformer hele tiden flytter ved grænserne for hvad, der opfattes som troværdigt for sundhedsprofessionerne at have med at gøre.

Den øgede mængde dokumentation for fysisk træning - ikke bare forebyggende og forbedrende, men også decideret helbredende egenskaber, er et eksempel på, hvordan disse grænser flytter sig og åbner helt nye muligheder for fysioterapeuters rolle, når det gælder fysisk træning.

Et andet eksempel er det voksende fokus på kostens betydning og i flere tilfælde også helbredende egenskaber, som betyder, at fysioterapeuterne med fordel kan indgå i alliancer med specialister indenfor andre fagområder, som sikrer, at fysioterapeuterne er med, når der f.eks. udvikles sundhedsydelser, der både dækker fysisk træning, kost og mental kapacitet.

De ændrede markedsmekanismer og behov kan ikke undgå også at skabe nogle udfordringer for især traditionelle udbydere på sundhedsmarkedet. For eksempel er det tydeligt, at der ligger en potentiel udfordring i forhold til forbrugerne, når det gælder tidsinvesteringens sammenhæng med det oplevede resultat (ROI), da fysioterapi af nogen forbrugere kan opfattes langsomt i forhold til nogle af de andre behandlingsmetoder på sundhedsmarkedet. Det vigtigste her er ikke nødvendigvis at gøre tingene hurtigere, men derimod at forventningsafstemme med forbrugerne, så de forstår hvad de får for deres tidsinvestering.

Det er også tankevækkende, at forbrugerne søger nyhedsværdien og hele tiden er på jagt efter den nye vidundermetode. Det kan betyde, at fysioterapeuterne (og andre traditionelle sundhedsprofessioner i øvrigt) utilsigtet alene ved at gøre som man altid har gjort, kan komme til at fremstå mindre dynamiske, fordi der er udbydere i højt tempo med store armbevægelser på markedet.

Hermed ikke sagt, at fysioterapeuterne skal optræde ligesom andre udbydere på markedet, men det er en virkelighed fysioterapeuterne skal forholde sig til. Måske kommer man i sidste ende længst som klassiker på et marked der næsten som teknologimarkedet drives af nye frembringelser og nye muligheder.



Fagligt kan fysioterapien uden tvivl komme endnu længere på det private sundhedsmarked ved at tage udgangspunkt i forbrugernes behov når man udvikler services og ydelser. Fysioterapeuter er så faglig velfunderet, at det snarere kan være et spørgsmål om at forstå kundernes behov og hvad der opstår af muligheder for fysioterapeuterne alene ved at kigge på de nye behov.

Som sundhedsforbruget udvikler sig blandt forbrugerne, bliver forbrugerne også dygtigere sundhedsforbrugere. Inden længe befinder vi os på et sundhedsmarked 2,0, hvor forbrugerne begynder at stille nye og højere krav til de fagfolk, rådgivere, eksperter m.m. de omgiver sig med når det gælder sundhed. Lige som vi ser en specialisering indenfor f.eks. løbeudstyr, så er der ingen tvivl om, at kravene til kvalitet i rådgivning om og programlægning af træning vil stige markant i takt med at forbrugerne selv bliver dygtigere og har endnu højere forventninger til resultatet af deres træning.

Fremtidens sundhedsmarked er holistisk og for forbrugeren er der ikke nogen konflikt eller diskussion af, hvorvidt krop og sind, det fysiske og det mentale hænger sammen. Det gør det, og forbrugeren agerer derefter og køber i stigende grad lige nøjagtig de sundhedsydelser, de har brug for, når de har brug for det.

Det betyder, at behovet for ydelser på tværs af faggrænser vil stige. Fordi det ikke er faggrænser eller faglighed, der definerer ydelserne, men forbrugernes behov. Det betyder, at sundhedsudbydere skaber nye tværfaglige ydelser og services og indgår i alliancer, hvor de tilsammen kan tilbyde den komplette sundhedspalet til forbrugerne.

Det fremtidige private sundhedsmarked rummer store muligheder for fysioterapeuterne. Det er bare om at gribe ud efter dem og komme i gang. På næste sider beskrives nogle overordnede strategiske retninger, som potentielt kan være lukrative – med et enkelt medfølgende illustrativt eksempel til inspiration.

## Strategiske muligheder og retninger

Ambitionen med at definere strategiske muligheder og retninger for fysioterapeuterne på fremtidens private sundhedsmarked er på ingen måde at lave en fyldstgørende beskrivelse af alle de muligheder, der springer ud af fremtidens private sundhedsmarked. Hensigten er at formulere nogle styrende principper for udvikling indenfor de fire verdenshjørner af sundhedsmarkedet ved at komme med nogle enkelte fagligt og metodisk funderede hypoteser, muligheder og retninger, som Danske Fysioterapeuter efterfølgende kan arbejde videre med. Derudover er det også hensigten at inspirere til endnu flere muligheder og ideer for Danske Fysioterapeuter og deres medlemmer fremadrettet.

Således beskrives strategiske muligheder og strategisk retning indenfor de fire verdenshjørner af sundhedsmarkedet, som fremadrettet kan fungere som styrende principper for udvikling af services og ydelser.

I forlængelse af de strategiske retninger og muligheder gives efterfølgende et illustrerende eksempel på, hvad en ydelse indenfor det pågældende område kunne være. Udover kort at beskrive dimensioner i ydelserne, har vi yderligere forsøgt at beregne værdier for hver af de illustrerende eksempler med henblik på at synliggøre markedspotentialet. Udgangspunktet er de beskrevne eksempler, som bidrager med konkrete dimensioner, som beregningerne kan tage udgangspunkt i.

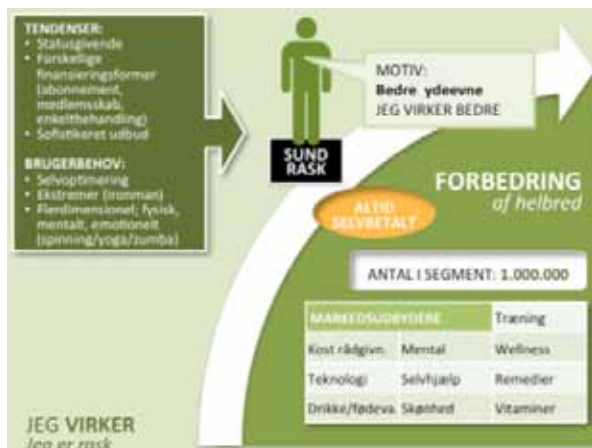
Første skridt i værdiberegningen af hvert eksempel er at beregne målgruppens størrelse via tilgængelige data. Dernæst skønnes andelen som vil realisere/købe produktet. Da der ikke findes konkrete tal for betalingsvillighed er der antaget 3 realiseringsniveauer: lav, middel og høj<sup>291</sup>. Hvor det er muligt er denne nuanceret ift. f.eks. alder eller anden kategorisering. Med udgangspunkt i eksemplet estimeres den samlede værdifastsættelse som altså giver en lav, middel og høj værdi<sup>292</sup>. Beregningerne er således ikke eksakte estimater, men kvalificerede skøn, der har til formål at skabe en indledningsvis vurdering af potentialet ved blot et enkelt eksempel indenfor hver strategisk retning.

291 Middel og høj er hhv. 50% og 100% højere end den lave antagelse. Dvs. hvis lav er 1%, så er middel 1,5% og høj 2% og hvis lav er 2% så er middel 3% og høj 4%.

292 Inkl. moms. Der er ikke taget højde for fremtidig loyalitet i værdiberegningerne samt fratrukket personaleomkostninger og andre faste udgifter

## FORBEDRING AF HELBRED – strategiske muligheder og retning

Der findes i den grad en rolle til fysioterapeuterne på FORBEDRING'S-markedet. Forbedringsmarkedet handler om at optimere sig selv i tilværelsen både fysisk og psykisk hvilket får en stor del af danskerne til at træne systematisk med begge dele.



Som forbrugerne bliver mere og mere krævende udvikler der sig en kløft mellem, hvad kunderne forventer og hvad bl.a. fitnesscentrene kan levere i form af kompetence.

Fysioterapeuten kan potentielt blive det centrale omdrejningspunkt for dette segments arbejde med at forbedre deres helbred og optimere deres liv, hvis fysioterapeuterne formår at positionere både sig selv som fagpersoner og deres ydelser som troværdige eksperttydelser baseret på nyeste viden og forskning.

Nedenfor er dette formuleret som en strategisk mulighed og en strategisk retning.

### Strategisk mulighed indenfor FORBEDRING

Tilfredsstille ønske om **FULDKOMMENHED** i forbindelse med *forbedring af helbred*:

- Den faguddannede fysioterapeut hjælper mig med at blive endnu stærkere, så jeg kan præstere mere
- Den faguddannede fysioterapeut sikrer, at den måde jeg træner på holder mig skadefri
- Den faguddannede fysioterapeut hjælper mig med at få det maksimale ud af min træning

### Strategisk retning indenfor FORBEDRING

Fysioterapeuten tilbyder mennesker, der vil præstere mere, komplet rådgivning og behandling af bevægeapparatet (kroppens muskler og led).

Med dette som udgangspunkt kan der udvikles relevante, attraktive og unikke services og ydelser indenfor FORBEDRINGSMARKEDET.

### Eksempel på ydelse indenfor FORBEDRINGSMARKEDET

Nedenfor er skitseret et eksempel på, hvad sådan en ydelse kunne være, hvad den kunne indeholde og hvad den kunne have af økonomisk potentiale:

#### FULDKOMMEN STÆRK

Beskrivelse: Abonnement til sports- og motionsudøvende mennesker indeholdende præstationsfremmende fysioterapi

- Ydelse: Fysioterapi mhp. at få bevægeapparatet til at kunne præstere endnu bedre
- Målgruppe: Sunde og raske sports- og motionsudøvende mennesker
- Pris: Månedligt abonnement på 299,- dækkende 1 ugentligt træningsterapi (Egenbetaling/Virksomhedsbetaling)
- Distribution/sted: I fitness centre (tilbydes i samarbejde med center eller som "shop-in-shop" i/ved center)
- Udbytte: Bliv stærkere (Bedre ydeevne) – Bedre arbejdskraft i virksomhed (Bedre konkurrenceevne)

### Værdi af markedsmulighed 1:

#### FULDKOMMEN STÆRK

Abonnement til sports- og motionsudøvende mennesker indeholdende præstationsfremmende fysioterapi.

Blandt voksne danskere dyrker 5% konkurrenceidræt og 24% motionsidræt<sup>293</sup>. Det giver i alt 29% svarende til knap 1,3 mio. ud af 4,4 mio. voksne danskere. Vi ved, at 29% af de voksne danskere går til fitness<sup>294</sup>. På baggrund af disse tal antager vi at 680.000 går i fitnesscenter med en vis seriositet og dermed er i marked for præstationsfremmende træning. Med antagelse om et lavt realiseringsniveau på 4% af dem, som dyrker konkurrenceidræt og 2% af dem, som dyrker motionsidræt (og som går til fitness) giver dette en samlet lav realiseringsandel på 2,5% samt middel og høj på hhv. 3,7% og 4,9%, hvilket giver markedsværdier på hhv. 60, 90 og 120 mio.kr. Dette er baseret på en månedlig ydelse på 299,- dækkende 1 ugentlig træningsterapi.

#### FULDKOMMEN STÆRK

POTENTIALE mio DKK

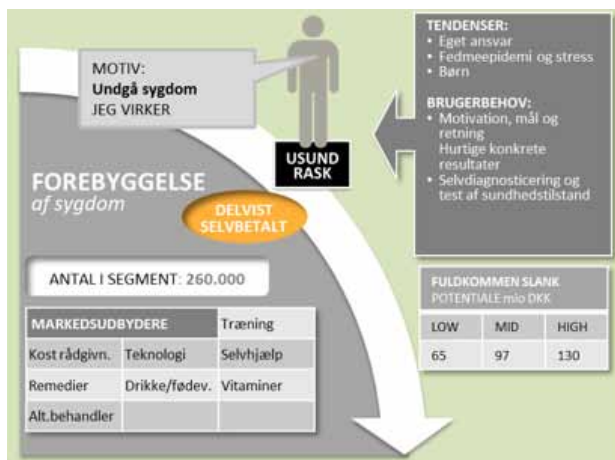
LOW	MID	HIGH
60	90	120

<sup>293</sup> Kilde: KRAM 2009, Statens Institut for Folkesundhed

<sup>294</sup> 25%, svarende til 1,1 mio. voksne dyrker motion i Fitnesscenter, danseinstitut og lignende. Kilde: KRAM 2009, Statens Institut for Folkesundhed. Baseret på antallet der dyrker konkurrenceidræt og motionsidræt antager vi at knap halvdelen (60% af dem der dyrker konkurrenceidræt og 40% af dem der dyrker motionsidræt) går til fitness og dermed i marked for mere præstationsfremmende træning.

## FOREBYGGELSE AF SYGDOM – strategiske muligheder og retning

Fysioterapeuterne er allerede aktive udbydere og etablerede spillere indenfor forebyggelse især i offentligt regi.



Forebyggelsesmarkedet har vi kun set begyndelsen af, og det vil stige voldsomt i takt med forbrugernes øgede bevidsthed om konsekvenserne af egen livsførsel, den stigende offentlig bevågenhed og den kendsgerning, at hele børneområdet bl.a. i form af forebyggelse af børnefedme er områder der vil vokse.

Igen har fysioterapeuterne en faglighed, en historik og en troværdighed, der gør, at fysioterapeuterne med styrke og troværdighed kan agere med attraktive ydelser på det private forebyggelsesmarked, hvor forbrugernes fokus i stigende grad er fuldkommenhed i forbindelse med forebyggelse af sygdom.

Nedenfor er dette formuleret som en strategisk mulighed og en strategisk retning:

### Strategisk mulighed indenfor FOREBYGGELSE

Tilfredsstille ønske om **FULDKOMMENHED** i forbindelse med *forebyggelse af sygdom*:

- Den faguddannede fysioterapeut hjælper mig med at undgå sygdom og forblive rask
- Den faguddannede fysioterapeut sikrer, at de forebyggende tiltag jeg foretager har de ønskede resultater
- Den faguddannede fysioterapeut agerer kompetent og troværdigt i krydsfeltet mellem reel risiko og motivation/frugt.

### Strategisk retning indenfor FORBEDRING

Fysioterapeuten tilbyder medarbejdere, der har en usund adfærd og risikerer sygdom, komplet rådgivning og behandling af bevægelsesapparatet

Med dette som udgangspunkt kan der udvikles relevante, attraktive og unikke services og ydelser indenfor FORBEDRINGSMARKEDET.

### Eksempel på ydelse indenfor FOREBYGGELSESMARKEDET

Nedenfor er skitseret et eksempel på, hvad sådan en ydelse kunne være, hvad den kunne indeholde og hvad den kunne have af økonomisk potentiale:

#### FULDKOMMEN SLANK

Klubmedlemskab til overvægtige mennesker indeholdende vægtreducerende fysioterapeutiske øvelser

- Ydelse: Fysioterapeutiske øvelser mhp. at tabe sig
- Målgruppe: Overvægtige mennesker
- Pris: Månedskort på 549,- dækkende 1 ugentligt træningsterapi + fri fitness i center (Egenbetaling/Virksomhedsbetaling)
- Distribution/sted: I fitness centre (tilbydes i samarbejde med center eller som "shop-in-shop" i ved center)
- Udbytte: Tabt sig (Undgå sygdom) - Mindre sygefravær i virksomhed

#### Værdi af markedsmulighed 2:

##### FULDKOMMEN SLANK

Klubmedlemskab til overvægtige mennesker indeholdende vægtreducerende fysioterapeutiske øvelser.

33% af danskere over 16 år er moderat overvægtige og 13% svært overvægtige<sup>295</sup>. Dvs. der er i alt 2,1 mio. overvægtige danskere. Med antagelse om realiseringsniveauer på 1% og 0,5% for hhv. moderat og svært overvægtige får vi samlet lav realiseringsprocent på 0,9% og middel og høj på hhv. 1,3% og 1,9%. Omregnet til markedsværdi giver dette hhv. 65, 97, 130 mio. kr<sup>296</sup>. Dette er baseret på en månedlig ydelse på 549,- dækkende 1 ugentligt træningsterapi + fri fitness i center.

#### FULDKOMMEN SLANK

POTENTIALE mio DKK

LOW	MID	HIGH
65	97	130

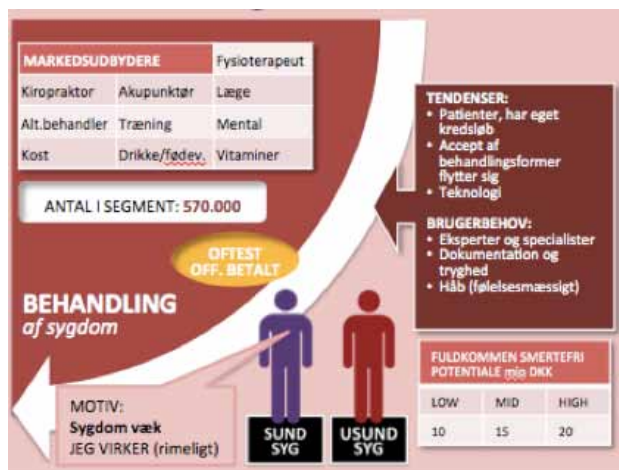
295 Kilde: Den Nationale Sundhedsprofil 2010, Sundhedsstyrelsen.

296 I værdiberegningen fratrækkes fitness abonnementet som er værdisat til 250 kr. per måned

## BEHANDLING AF SYGDOM – strategiske muligheder og retning

Fysioterapeuter er af naturlige årsager allerede etablerede indenfor BEHANDLINGSMARKEDET naturligvis mest i offentligt regi, da det er det der har eksisteret indtil for nylig.

At bistå patienter i forbindelse med et behandlingsforløb eller at tilbyde selve behandlingsforløbet i form af fysioterapi er i dag fysioterapeuternes kerneydelse.



Som analysen har illustreret, er markedet for privat tilkøb af ydelser indenfor behandlingsmarkedet i vækst, idet forbrugerne i stigende grad forventer fuldkommenhed i form af behandlingsmetode og behandlingsresultat. Det betyder, at flere patienter er villige til selv at betale for hele behandlingsforløb eller toppe op med tilkøb af behandlinger for at sikre sig det ønskede udfald af handlingerne.

Nedenfor er dette formuleret som en strategisk mulighed og en strategisk retning:

### Strategisk mulighed indenfor FOREBYGGELSE

Tilfredsstille ønske om **FULDKOMMENHED** i forbindelse med *behandling af sygdom*:

- Den faguddannede fysioterapeut hjælper mig med at fjerne sygdom, så jeg er godt på vej til at blive rask igen
- Den faguddannede fysioterapeut giver mig mulighed for at blive hurtigere rask
- Den faguddannede fysioterapeut hjælper mig med at blive lige så rask som før.

### Strategisk retning indenfor BEHANDLING

Fysioterapeuten tilbyder mennesker, der har fået en sygdom, komplet rådgivning og behandling af bevægeapparatet.

Med dette som udgangspunkt kan der udvikles relevante, attraktive og unikke services og ydelser indenfor BEHANDLINGSMARKEDET.

### Eksempel på ydelse indenfor BEHANDLINGSMARKEDET

Nedenfor er skitseret et eksempel på, hvad sådan en ydelse kunne være, hvad den kunne indeholde og hvad den kunne have af økonomisk potentiale:

#### FULDKOMMEN SMERTEFRI

Klippekort til kronikere tilbydende fysioterapeutisk behandling af tilstødende lidelser i bevægeapparatet

- Ydelse: Fysioterapi mhp. at fjerne tilstødende lidelser i bevægeapparatet
- Målgruppe: Kronikere med tilstødende lidelser
- Pris: Klippekort til 999,- dækkende 5 private normalbehandlinger (Egenbetaling/Virksomhedsbetaling)
- Distribution/sted: I hjemmet – I virksomhed
- Udbytte: Fjernelse af sygdom – Hurtigere tilbage på arbejde

### Værdi af markedsmulighed 3: FULDKOMMEN SMERTEFRI

Klippekort til kronikere tilbydende fysioterapeutisk behandling af tilstødende lidelser i bevægeapparatet

Det skønnes at knap 850.000 danskere over 16 år, svarende til 19%, har en kronisk lidelse som hæmmer bevægeapparatet<sup>297</sup>. Der findes ikke mere præcise tilgængelige tal. Niveauet virker dog fornuftigt – og måske endda konservativt sat - idet vi fra samme kilde ved at 34% har en langvarig sygdom, 21% har slidgigt og 9% angiver at de har et dårligt fysisk helbred<sup>298</sup>. Med antagelse om et lavt realiseringsniveau på 2,8%<sup>299</sup>, middel på 4,2% og højt på 5,5% får vi en lav, middel og høj markedsværdi på hhv. 10, 15, 20 mio. kr. Dette er baseret på et klippekort på 999,- dækkende 5 private normalbehandlinger.

#### FULDKOMMEN SMERTEFRI

POTENTIALE mio DKK

LOW	MID	HIGH
10	15	20

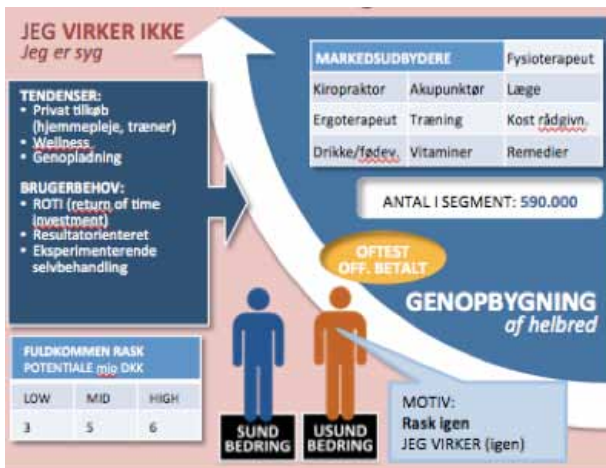
297 Estimeret på baggrund af tal fra sundhedsprofil2010.dk, Indikatorer for Specifikke sygdomme og lidelser. Specifikt er andelen af Diskusprolaps eller andre rygsygdomme adreteret med 50% af andelen der har hhv. Knogleskørhed (osteoporose) eller Leddegigt. Årsagen til reduktionen er antagelsen/forventningen om at 1 person kan have flere sygdomme

298 . Kilde: Den Nationale Sundhedsprofil 2010, Sundhedsstyrelsen

299 Realiseringsniveauerne er sat højere (4%) blandt personer 35-54 år som på veletableret arbejdsmarkedet og lavere blandt yngre (2% blandt de 16-24 årige, 3% blandt de 25-34 årige) og ældre (3% for de 55-64 årige, 2% for de 65-74 årige og 1% blandt de 75+ årige).

## GENOPBYGNING AF HELBRED – strategiske muligheder og retning

Som nævnt i beskrivelsen af genopbygningssegmentet er markedet for genopbygning på den ene side kendetegnet ved at være yderst traditionelt og et marked, hvor fysioterapeuter sammen med læge og ergoterapeuter er dominerende.



Fysioterapeuterne kan selv være en drivende kraft til at udvikle dette marked ved at udvikle ydelser og services, der retænker rehabiliteringsbegrebet.

### Strategisk mulighed indenfor GENOPBYGNING

Tilfredsstille ønske om **FULDKOMMENHED** i forbindelse med *genopbygning af helbred*

- Den faguddannede fysioterapeut hjælper mig med at genopbygge helbredet, så jeg kan blive helt rask igen
- Den faguddannede fysioterapeut muliggør optimal genopladning efter et hårdt behandlingsforløb
- Den faguddannede fysioterapeut sikrer, at jeg bliver hurtigere friskere.

### Strategisk retning indenfor GENOPBYGNING

Fysioterapeuten tilbyder mennesker, der skal genopbygges efter sygdom, komplet rådgivning og behandling af bevægeapparatet.

Med dette som udgangspunkt kan der udvikles relevante, attraktive og unikke services og ydelser indenfor GENOPBYGNINGSSMARKEDET.

## Eksempel på ydelse indenfor GENOPBYGNINGSMARKEDET

Nedenfor er skitseret et eksempel på, hvad sådan en ydelse kunne være, hvad den kunne indeholde og hvad den kunne have af økonomisk potentiale:

### FULDKOMMEN RASK

Hold for ledopererede patienter tilbydende fysioterapeutisk genopbygning af bevægeapparatet

- Ydelse: Fysioterapi mhp. at genopbygge bevægeapparatet efter kompliceret ledoperation
- Målgruppe: Behandlede ledpatienter, der har problemer med - eller frygt for at benytte - bevægeapparat lige efter sygdom
- Pris: Engangsbetaling på 799.- dækkende 10 holdtimer med max. 10 deltagere (Egenbetaling/ Virksomhedsbetaling)
- Distribution/sted: På aftenskoler/aktivitetscentre – i virksomhed
- Udbytte: At kunne bevæge sig normalt (Rask igen) – Funktionsdygtig på arbejdet

### Værdi af markedsmulighed 4:

#### FULDKOMMEN RASK

Hold for ledopererede patienter tilbydende fysioterapeutisk genopbygning af bevægeapparatet.

Cirka 50.000 danskere<sup>300</sup> bliver årligt indlagt på almindelige sygehuse pga. sygdomme i knogler, bevægelsessystem og bindevæv, heraf er ca. 27.000 mellem 15-65 år. Med antagelse om realiseringsniveauer på 10% blandt de 15-65 årige og 5% for børn og ældre får vi en samlet lav realiseringsandel på 7,7% og en middel og høj på hhv. 11,5% og 15,3%. Omregnes denne markedsværdi giver dette hhv. 3, 5, 6 mio. kr. Dette er baseret på en engangsbetaling på 799,- dækkende 10 holdtimer med max. 10 deltagere.

FULDKOMMEN RASK POTENTIALE mio DKK		
LOW	MID	HIGH
3	5	6

<sup>300</sup> Kilde: Danmarks Statistik

## Afsluttende bemærkninger

Analysen beskrev udviklingen i sundhedsmarkedet og kiggede på de vigtigste aktører på markedet.

Analysen identificerede og beskrev de vigtigste behov og ændringer i efterspørgslen blandt fremtidens sundhedskunder.

Analysen vurderede værdien af det private sundhedsmarked (på baggrund af en afgrænset definition af det private sundhedsmarked) til at være på tæt på 18 mia.

Analysen etablerede en forståelsesramme og model for sundhedsmarkedet med fire verdenshjørner – hvert af dem kendetegnet ved at centralt behov:

1. Behovet for forbedring af helbred.  
Motiv: Bedre ydeevne – JEG VIRKER BEDRE (1 mio)
2. Behovet for forebyggelse af sygdom.  
Motiv: Undgå sygdom – JEG VIRKER (260.000)
3. Behovet for behandling af sygdom.  
Motiv: Sygdom væk – JEG VIRKER (RIMELIGT) (570.000)
4. Behovet for genopbygning af helbred.  
Motiv: Rask igen – JEG VIRKER (IGEN) (590.000)

Hvert behov udgør desuden et behovsdrevent segment, som viste sig at være ikke-ubetydelige i antal (1.000.000, 260.000, 570.000, 590.000)

Afslutningsvis identificerede analysen nogle udfaldsrum for fysioterapeuterne i form af strategiske muligheder eksemplificeret ved et enkelt eksempel på en ydelse indenfor de fire verdenshjørner og behovssegmenter.

Der er allerede mange individuelle fysioterapeuter, som arbejder indenfor nogle af de nyere dimensioner på sundhedsmarkedet med stor succes. Det analysen søgte var at komme med muligheder og eksempler, som kan etableres bredt blandt Danske Fysioterapeuters medlemmer og således være et samlet skridt på vejen med nye behandlinger og ydelser.

Samlet estimeredes de fire skitserede eksempler til en værdi på hhv. 138, 208, 277 mio.kr. Afhængig af om der er tale om lav, middel og høj realiseringsgrad (dvs. hvor mange der køber ydelsen). I runde tal svarer dette til hhv. 220, 330 og 440 fysioterapi-fuldtidsstillinger<sup>301</sup>. Og det er alene baseret på en enkelt af de mange muligheder indenfor hver af de fire verdenshjørner.

Fysioterapeuterne står på mange måder i en optimal situation i forhold til at gå mere målrettet ind på det private sundhedsmarked.

Det private sundhedsmarked er bredere og værdien og aktivitetsniveauet stiger jo tættere man kommer på sundhedsforbedring og forebyggelse.

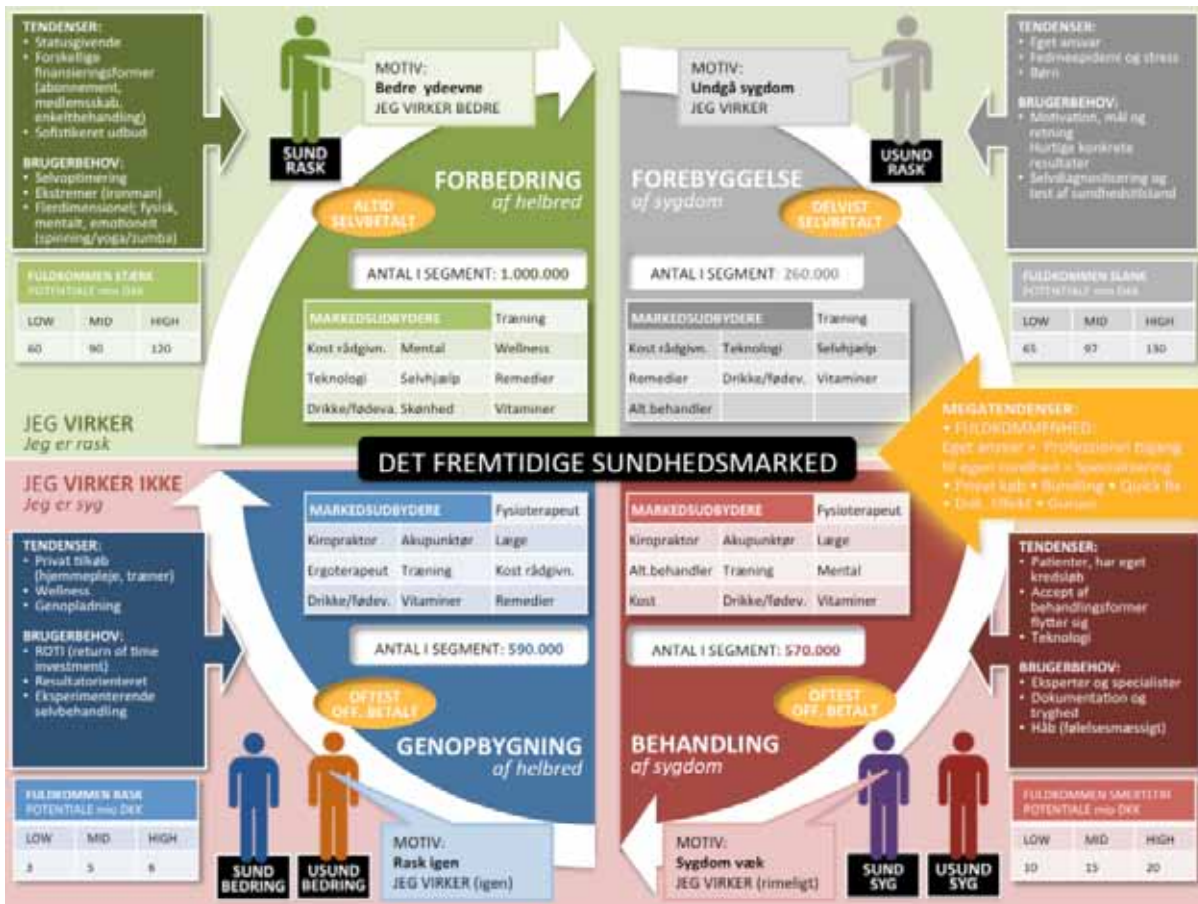
Fysioterapeuternes udgangspunkt er derimod sygdomsbehandling og genopbygning. Alene indenfor disse to kerneområder er der mange muligheder for at skabe nye ydelser, som honorerer forbrugernes ændrede behov for at tilkøbe sig hurtigere/bedre behandling og helbredelse og hurtigere og mere effektiv genopbygning.

I den øvre del<sup>302</sup> af sundhedsmarkedet er der endnu mere værdi og mange muligheder for fysioterapeuterne også selvom der er mange udbydere på denne del af markedet. At agere målrettet, professionelt med attraktive og unikke ydelser på forbedrings- og forebyggelsesmarkedet betyder på ingen måde, at fysioterapeuterne går på kompromis med fagligheden. Tværtimod er fagligheden indgangsbilletten til dette marked og det, der bl.a. kan differentierer fysioterapeuter fra mange af de andre udbydere.

Alene ved at justere de eksisterende fysioterapeutiske ydelser til brugernes behov, forventninger og krav kan fysioterapeuter komme langt på fremtidens sundhedsmarked. Hvis fysioterapeuterne derudover begynder at tænke i tværfaglige muligheder, muligheder for at bundle og konceptualisere behandlinger på nye måder og sælge disse ydelser via nye distributionskanaler så har fysioterapeuterne for alvor taget et skridt ind på det private sundhedsmarked, der hvor det både er faglig og økonomisk interessant.

<sup>301</sup> Omregningen sker ved at fratække momsen samt faste udgifter (antaget til 30%) og dividere med 360.000 kr. svarende til en gns. månedsløn på 30.000 kr. for en fysioterapeut (Kilde: <http://www.lonstatistik.dk/lonninger.asp?job=Fysioterapeut-4500>).

<sup>302</sup> Hvis man betragter markedet ud fra analysens model.



De illustrerede eksempler på sundhedsmarked