
I januar, for eksempel, skal man ikke årelates...

ARTIKKEL

OLSEN B

Sammendrag

Arja Saijonmaas bok Sauna er en var, poetisk skildring basert på Kalevalas myter og spunnet sammen med det modernemenneskets lengsel etter en helhet i tilværelsen og anslag til løsning gjennom katarsis, kvakksalveri og kopping. Dethar vært forsket mye på effekten av saunabading på fysisk helse, men når det gjelder saunaens psykologiske effekter, vet vi mindre. Forfatteren mener at badstubad har en helhetsterapeutisk virkning.

Publisert: 30. mars 1998. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 15. februar 2026.