



Tidsskriftet
DEN NORSKE LEGEFORENING

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 moderne menneskets lengsel etter en helhet i tilværelsen og anslag til løsning gjennom katarsis, kvakksalveri og kopping. Det har 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: 17. oktober 2018. Tidsskr Nor Legeforen. DOI:

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2020. Lastet ned fra tidsskriftet.no