

Ugens Billede

Saunagus kan give forbrændinger af ører

Adam Omari

Afdeling for Øre-næse-hals-kirurgi og Audiologi, Københavns Universitetshospital – Rigshospitalet

Ugeskr Læger 2025;187:V73017. doi: 10.61409/V73017

En 29-årig, sund og rask mand deltog i saunagus, hvor vanddamp tilsat æteriske olier fordeles rundt i en sauna med et håndklæde eller en vifte. Han sad tæt på saunaovnen uden filthue og blev udsat for 80-90 °C dampfyldt luft i tre perioder a 15 minutter afbrudt af korte bad i havvand. Undervejs oplevede han tiltagende svien fra auriklerne.

Efterfølgende var begge aurikler hyperæmiske og smertefulde. Ved objektiv undersøgelse dagen efter fandt man væskende, smertefuld hud på den øverste halvdel af auriklerne, og på venstre aurikel fandt man to små bullae på hhv. tragus og det inferiore crus af antihelix. Der var ingen øvrige positive fund. Bullae blev dræneret, og tilstanden remitterede ukompliceret.

Saunagus er blevet populært i Danmark i de seneste år [1] og forbindes med kardiovaskulære fordele [2]. Den høje luftfugtighed forhindrer en effektiv termoregulering og øger varmebelastningen i modsætning til forholdene i en almindelig sauna [3]. Auriklerne er særlig sårbare for varmebelastning grundet tynd hud, stort overfladeareal og den eksterne og kraniele placering, hvor bullae kan føre til perikondritis og arvævsdannelse, men tidlig intervention giver en effektiv behandling [4].

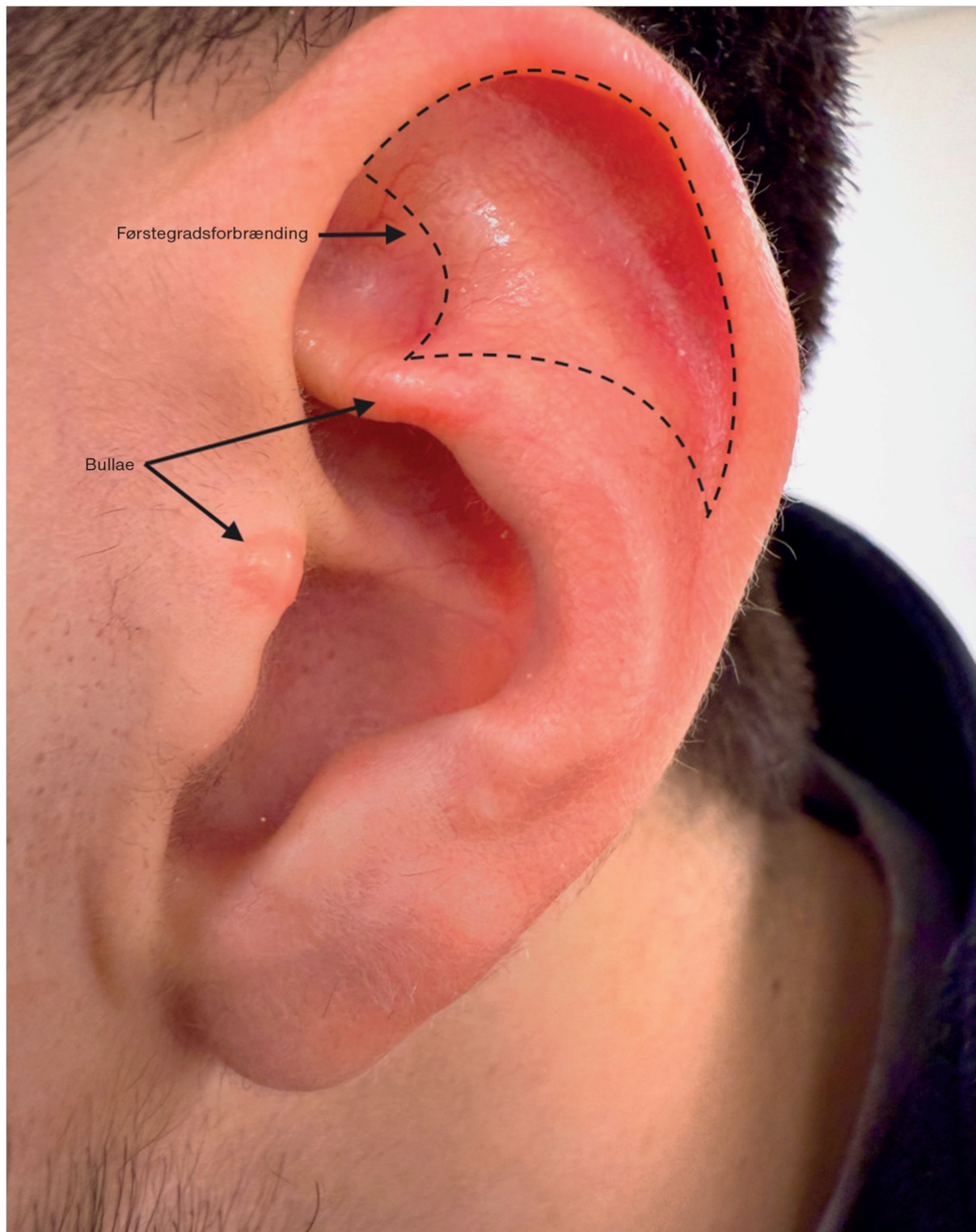


Foto bringes med patientens tilladelse.

Korrespondance Adam Omari. E-mail: adam.omari@hotmail.com

Antaget 9. april 2025

Publiceret på ugeskriftet.dk 11. august 2025

Interessekonflikter ingen. Forfatteren har indsendt ICMJE Form for Disclosure of Potential Conflicts of Interest. Disse er tilgængelige sammen med artiklen på ugeskriftet.dk.

Artikelreference Ugeskr Læger 2025;187:V73017.

doi 10.61409/V73017

Open Access under Creative Commons License [CC BY-NC-ND 4.0](#)

REFERENCER

1. Prakash T, Laursen MV. Sauna er blevet populært: Folk står i kø for at komme ind i varmen. DR, 2024. www.dr.dk/nyheder/indland/sauna-er-blevet-populaert-folk-staar-i-koe-komme-ind-i-varmen (apr 2025)
2. Laukkanen T, Khan H, Zaccardi F, Laukkanen JA. Association between sauna bathing and fatal cardiovascular and all-cause mortality events. JAMA Intern Med. 2015; 175(4):542-8. <https://doi.org/10.1001/jamainternmed.2014.8187>
3. Pilch W, Szygula Z, Palka T, et al. Comparison of physiological reactions and physiological strain in healthy men under heat stress in dry and steam heat saunas. Biol Sport. 2014;31(2):145-9. <https://doi.org/10.5604/20831862.1099045>
4. Kraenzlin FS, Mushin OP, Ayazi S, Loree J, Bell DE. Epidemiology and outcomes of auricular burn injuries. J Burn Care Res. 2018;39(3):326-331. <https://doi.org/10.1097/BCR.0000000000000586>