Sikkerhed ved afvikling af Saunagus

Deltagelse i saunagus sker på eget ansvar.

Gusmesteren afvikler gusen i overensstemmelse med viden om brug af æteriske olier erhvervet på kursus ved erfaren aromaterapeut.

Deltagerne skal følge gusmesterens anvisninger.

Det diskuteres for tiden blandt læger og andre fagfolk, om de æteriske olier, der anvendes til blandt andet saunagus, er gode eller dårlige for helbredet. Blandt andet sættes de æteriske olier i forbindelse med risikoen for at udvikle allergi. Overlæge, professor Bente Klarlund Pedersen skrev i 2016 i Politiken om problemstillingen: "Med den viden, vi har, kan man bestemt ikke udelukke, at saunagus kan være skadeligt for lungerne. Aromaterapi kan også forårsage eksem. Der er beskrevet tilfælde i litteraturen, hvor essentielle olier i saunaer har medført alvorlige former for hududslæt."

I Hellerup Roklubs Vinterbad anbefales det, at

- saunagus er for deltagere over 18 år
- gravide undlader at deltage. Dette skyldes at olierne kan have hormonlignende virkninger
- Personer, der har medicinske problemstillinger, der kan give tvivl om det tilrådelige i at deltage, konsulterer deres læge før deltagelse. Det gælder specielt allergikere og personer under medicinsk behandling. Olierne kan påvirke effekten af visse typer af medicin

Hellerup Roklub påtager sig intet ansvar i forbindelse med deltagelse i saunagus. Deltagelse i saunagus sker på eget ansvar.

Ikke alle tåler eller kan lide saunagus. Derfor er det kun tilladt at afholde saunagus på de i forvejen annoncerede tidspunkter.

Bestyrelsen