

Doping im Freizeit- und Breitensport

Schon Jugendliche und junge Erwachsene greifen zu leistungssteigernden Substanzen, um ihre sportlichen Ergebnisse zu verbessern. Aufklärung tut Not.

von **Sabine Schindler-Marlow**

Doping im Leistungssport ist ein Thema, über das die Medien pünktlich zu allen großen Sportveranstaltungen berichten. Die Olympischen Spiele in Athen waren von Dopingkandalen reichlich überschattet. Insgesamt 23 Athleten sind vor oder während der Spiele des Dopings überführt worden. Weniger bekannt ist, dass mittlerweile auch Freizeitsportler zunehmend zu Tabletten oder Spritzen greifen, um ihre Leistung zu verbessern.

In welchem genauen Ausmaß der Substanzmittelmissbrauch im Freizeitsport stattfindet, ist nicht bekannt, da repräsentative Studien fehlen. In Fitnessstudios wurden bisher in Deutschland aufgrund fehlender rechtlicher Voraussetzungen keine Dopingkontrollen durchgeführt. Die vorliegenden Zahlen zum Substanzmittelgebrauch und Doping gehen daher auf Erhebungen durch Fragebögen zurück.

Im Zusammenhang mit einer EU-Studie „Dopingbekämpfung in kommerziellen Fitnessstudios“ aus dem Jahr 2002 wurden 820 Fragebögen (Rücklaufquote 27 Prozent) ausgewertet. Die Missbrauchsrate lag bei 6 Prozent. Andere Studien wie die Lübecker Multicenterstudie kommen zu wesentlich höheren Raten. So missbrauchten laut Eigenangaben 22 Prozent der Männern und 8 Prozent der Frauen Arzneimittel zur Leistungsförderung.

Die meisten dieser Menschen sind zwischen 20 und 30 Jahre alt. Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung schätzt, dass 3 bis 5 Prozent der Jugendlichen Anabolika benutzen. Aus den bislang vorlie-

genden Studien können zwar keine verallgemeinerbaren Aussagen über die Missbrauchshäufigkeit in Fitnessstudios getroffen werden, sie zeigen aber, dass Doping- und Arzneimittelmisbrauch im Breiten- und Freizeitsport nicht unterschätzt werden darf.

Anabolika

Obwohl bereits im Jahre 1976 verboten, stammen die am häufigsten verwendeten Dopingsubstanzen im Breiten- und Freizeitsport aus der Gruppe der Anabolika. Diese Substanzen wirken „anabol“ und „androgen“. Anabol bedeutet allgemein aufbauend (also Muskelmasse, Kraft), androgen bedeutet eine geschlechtsspezifische, vermännlichende Wirkung. Im Breitensport werden Anabolika am häufigsten in der Bodybuilderszene verwendet.

Die Motivation der Männer und Frauen, diese Substanzen einzunehmen: schneller Aufbau von Muskelmasse und Kraftaufbau. Die meis-



Trotz bekannter Risiken nehmen vor allem junge Männer unerwünschte Begleiterscheinungen von Anabolika in Kauf. Foto: Photodisc®

ten der illegalen Substanzen werden aus dem Ausland nach Deutschland eingeschmuggelt und über das Internet und in einschlägigen Fitnessstudios und Treffpunkten vertrieben. In Deutschland wird als Abschätzung des Schwarzmarktes ein Volumen von 51 Millionen Euro pro Jahr angegeben.

Andere Dopingsubstanzen

Neben den Anabolika gibt es eine hohe Zahl weiterer Dopingsubstanzen mit unterschiedlichen Wirkungen und gefährlichen Begleiterscheinungen. Viele von ihnen werden regulär bei Krankheiten eingesetzt, sie sind ganz „normale“ Medikamente. Stimulanzien wie Amphetamin und Ephedrin werden in so genannten Schwarzbüchern aufgeführt, die in Fitnessstudios unter der Ladentheke zu haben sind. Darin werden Ratschläge gegeben, welche legalen Medikamente in welcher Kombination zu erwünschten Trainingszielen und Leistungssteigerung führen.

Die Ergebnisse der oben erwähnten Multicenterstudie deuten darauf hin, dass 19 Prozent der Befragten ihre Dopingsubstanzen von Ärzten, 22 Prozent über die Apotheke, 53 Prozent von Bekannten und 51 Prozent von Mitsportlern (Mehrfachnennungen waren möglich) erhalten haben. Ärztinnen und Ärzte werden hier häufig unbewusst zu Helfern von Medikamentenmissbrauch im Freizeitsport. Um das Bewusstsein der Ärztinnen und Ärzte für dieses Thema und den möglichen Arzneimittelmisbrauch, der sich damit verbindet, zu schärfen, wird das Institut für Qualität im Gesundheitswesen Nordrhein eine Fortbildung mit dem Thema „Doping im Freizeitsport – ein unterschätztes Problem für den Arzt im Alltag?“ durchführen (siehe Kasten Seite 29).

Nahrungsergänzungsmittel mit Risiken

Mitunter kann Doping auch ungewollt geschehen: nämlich dann, wenn Sportler die ebenfalls beliebten Nahrungsergänzungsmittel (NEM) zu sich nehmen. Diese Produkte versprechen pralle Muskeln und gute Trainingserfolge und stellen seit

einigen Jahren ein weiteres Problem im Freizeitsport dar. Sie enthalten Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente, Enzyme, Fettsäuren, Aminosäuren, Antioxidantien – und leider auch Hormone.

Wie der Landessportverband Baden-Württemberg berichtet, konnten Untersuchungen zeigen, dass auch in Deutschland vertriebene Nahrungsergänzungsmittel zu mehr als zehn Prozent Verunreinigungen mit anabolen Steroiden bzw. deren Vorläufersubstanzen, so genannten Prohormonen, aufweisen. Nach Studien des Institutes für Biochemie der Deutschen Sporthochschule Köln wiesen von 634 NEM 94 (14,8 Prozent) positive Befunde für verbotene anabol-androgene Steroide (Prohormone) auf, die nicht auf der Packung angegeben waren. Athleten wie Freizeitsportler sollten daher nicht wahllos Nahrungsergänzungsmittel unbekannter Herstellung einnehmen.

Neben- und Auswirkungen

Da die beim Doping eingesetzten Wirkstoffe, hauptsächlich anabole Steroide, meist über einen längeren Zeitraum in höheren therapeutischen Dosen und nicht ärztlich kontrolliert zugeführt werden, können sie erhebliche negative Auswirkungen auf die Gesundheit haben. Neben den gefährlichen kardiovaskulären und psychotropen Langzeitnebenwirkungen stellt die Doping-Akne eine wichtige Indikatorenkrankung dar. Darüber hinaus wird zurzeit auch das Abhängigkeitspotenzial von androgenen Steroiden diskutiert.

Es gibt Anzeichen dafür, dass durch die körperlichen Folgen des Arzneimittelmisbrauchs, insbesondere durch den Missbrauch von Anabolika, zusätzliche Kosten für das Gesundheitswesen entstehen. Auch Arbeitsausfälle, die im Zu-

sammenhang mit dem Medikamentenabusus stehen, belasten die Solidargemeinschaft.

Unterschiedliche Präventionsstrategien, die das Problem angehen, werden zurzeit über die Nationale Anti-Doping Agentur (NADA) koordiniert, Aufklärungsmaßnahmen für Ärztinnen und Ärzte werden dabei miteinbezogen.

Weitere Informationen

www.rki.de
 GBE Heft 34 zum Thema
 Doping beim Freizeit- und Breitensport

www.dopinginfo.de
 Informationsseite des Instituts für Biochemie der Deutschen Sporthochschule Köln

www.nada-bonn.de
 Informationsseite der Nationalen Anti-Doping Agentur

www.dopingfreier-sport.de
 Informationsseite der Expertenkommission „Doping und Medikamentenmissbrauch im Sport“ des Landes NRW



**Institut für Qualität
im Gesundheitswesen Nordrhein**

Fortbildungsveranstaltung

„Doping im Freizeitsport – ein unterschätztes Problem für den Arzt im Alltag?“

Datum: Mittwoch, 13. Juni 2007, 16.00 – 19.00 Uhr

Ort: Am Bonnhof 6, 40474 Düsseldorf

Begrüßung Dr. med. Arnold Schüller
Vizepräsident der Ärztekammer Nordrhein

Moderation Dr. med. Wilfried Wolfgarten
Mitglied der Arbeitsgruppe
„Medizin & Analytik“ der NADA,
Vizepräsident Deutscher Fechter-Bund

Einführung Dr. med. Klaus-U. Josten
Vorsitzender des Gemeinsamen
Ausschusses des IQN

Wie kommt man „unsichtbaren“ Doping-Steroiden auf die Schliche?

Dr. Axel Allera, Ph.D.
Abteilung für Gynäkologische Endokrinologie und Reproduktionsmedizin, Universitätsklinik Bonn

Diskussion

Zusammenfassung Dr. med. Petra Jasker
Institut für Pathologie
Evang. Krankenhaus Bethesda, Duisburg

„Das passiert mir nie wieder!“

Psychische Aspekte des Doping im Freizeitsport

Jörg D. Börjesson, dopingpräventionsZentrum, Dorsten
Werner Hübner, Psychologischer Psychotherapeut, Köln

Welche aktuellen Daten zum Missbrauch von Anabolika und Nootropika gibt es?

Dr. med. Peter Arbter, Facharzt für Allgemeinmedizin, Krefeld

Dopingfallen

Dr. med. Ute Mareck, Institut für Biochemie
Deutsche Sporthochschule, Köln

Doping im Freizeitsport – Erkennung und Möglichkeiten zur Prävention

Michael Sauer, Manfred Donike Institut für Dopinganalytik,
Institut für Biochemie, Köln

Anmeldung unter
E-Mail: IQN@aekno.de

Zertifiziert

4 Punkte

Rückfragen unter
Institut für Qualität im Gesundheitswesen Nordrhein
Geschäftsführerin: Dr. med. Martina Levartz, MPH
Tersteegenstraße 9, 40474 Düsseldorf

Tel.: 0211 / 43 02-1571

Fax: 0211 / 43 02-18571

IQN Institut für Qualität im Gesundheitswesen Nordrhein

Eine Einrichtung der Ärztekammer Nordrhein und der
Kassenärztlichen Vereinigung Nordrhein