

Doping im Breiten- und Freizeitsport gefährdet Herzgesundheit

Der BNK warnt: Körperkult kann aufs Herz

Immer mehr Freizeitsportler nehmen herzscheidende Arzneimittel zur Verbesserung von Fitness und K6rperoptik. Vor allem der Anteil weiblicher User steigt an.

Über 10 Millionen Menschen in Deutschland sind aktuell Mitglied in Fitness-Studios – Tendenz steigend¹. Bis zu 16 Prozent von ihnen verfügen über Erfahrungen mit dem Konsum von Dopingsubstanzen². Dieser Medikamentenmissbrauch im Freizeitsport ist mit großen Risiken für die Herzgesundheit verbunden.

K6rperoptik zu verbessern wird zu gesundheitsschädigendem Zwang

K6rperkult ist in. Für immer mehr Menschen ist ein modellierter K6rper identit6tsstiftend. Doch nicht jeder kommt mit seinem Training zu gew6nschtem Aussehen oder Fitness. Immer mehr Sportler greifen daher zu Ma6nahmen, um dem Trainingserfolg k6nstlich auf die Spr6nge zu helfen. Aktuelle Zahlen ergeben allein f6r Deutschland hunderttausende bis m6glichlicherweise 6ber eine Million User, die 6ber Erfahrungen mit dem Konsum von Dopingsubstanzen verf6gen³. Unter den Usern sind zunehmend Frauen: Ein aktueller Studienvergleich ergab ein Wachstum von 1% mehr m6nnlichen, aber 6% mehr weiblichen Usern⁴.

Der klassische Einstieg erfolgt in einer Gemeinschaft mit Gleichgesinnten vor allem in Fitness-Studios oder in Trainingsgruppen. Langsam bildet sich dort eine Gruppenmentalit6t heraus, in der das Zuf6hren von Stoffen zur Leistungssteigerung zur Normalit6t wird. Zu Beginn sind es vermeintlich

¹ DSSV: Pressemitteilung vom 12.03.2018: Eckdaten der deutschen Fitness-Wirtschaft 2018

² Striegel, H.: Doping im Fitness-Sport. Eine Analyse zwischen Dunkelfeld und sozialer Kontrolle (2008), Baden-Baden: Nomos.

³ Kl6ber, M.: Muskeln per Mausclick (2018). In: Doping. Die Zeitschrift f6r Sport, Recht und Medizin, Ausgabe 2/2018

harmlose Nahrungsergänzungsmittel, mit denen trainingsbegleitete Diäten gemacht werden. Es folgen auf der nächsten Ebene dann Arzneimittel aus der Humanmedizin wie Ephedrin, Clenbuterol, Anabolika oder Wachstumshormone. Nicht selten werden - preisgünstigere - Tierarzneien konsumiert. Der Körper gewöhnt sich zunehmend an diese Substanzen, eine Steigerung der Dosis ist die Folge. Am Ende resultiert dann nicht selten neben der Sucht nach leistungssteigernden Substanzen eine Betäubungsmittelsucht (z.B. Cocain, Marihuana).

„Sehr häufig kommt es bei der Einnahme dieser Substanzen nicht nur zu einer Suchtentwicklung, sondern auch zu schweren Schädigungen des Herzens, die teilweise nicht umkehrbar sind“, warnt Dr. Angelika Guth, Kardiologin im Bundesverband Niedergelassener Kardiologen (BNK).

Auswirkungen von Dopingsubstanzen auf das Herz

Der Langzeitgebrauch von anabolen Steroiden hat beträchtliche Folgen für das Herz. Testosteron zum Beispiel führt in Verbindung mit Sport zu einem krankhaften Wachstum von Herzmuskelzellen (Hypertrophie). Gleichzeitig werden aber nicht mehr Blutgefäße gebildet, so dass eine relative Unterversorgung mit Sauerstoff für die jetzt verdickten Herzmuskelzellen die Folge ist. Dies bereitet besonders im Rahmen von Belastungen (Sauerstoffmangel im Gewebe) Probleme. Es kommt zum Gewebsuntergang (Nekrose) und zu einer verminderten Pumpleistung des Herzens (Herzinsuffizienz). Diese Veränderungen konnten im Tiermodell nachgewiesen werden. Außerdem wird durch Testosteron das Verhältnis von gutem zu schlechtem Cholesterin nachteilig verändert. Dies mündet in einer Zunahme der Arteriosklerose, die wiederum das Risiko für Herzinfarkte und Schlaganfälle erhöht. Beide Erkrankungen werden auch durch die blutdrucksteigernde Wirkung von Testosteron begünstigt.

Herzinfarkt auch bei jungen Menschen möglich

Cocain kann schwere Verkrampfungen (Spasmen) der Herzkranzgefäße hervorrufen. Dadurch können schon ganz junge Menschen einen Herzinfarkt erleiden. Das bekannte Dopingmittel Clenbuterol begünstigt wie auch Testosteron Herzrhythmusstörungen. Darüber hinaus sind beim miss-

⁴ Kläber, M.: „Entgleister ‘Körperkult` und Medikamentenmissbrauch im Breitensport“ (2016). In: Pharmakon, Ausgabe 1/2016

bräuchlichen Konsum von Steroiden und anderen Dopingsubstanzen zahlreiche weitere Nebenwirkungen hoch wahrscheinlich. Dazu zählen Steroidakne und Schäden der Leber (Gelbsucht, Leberzirrhose) sowie Hodenschwund bei Männern oder Klitorishypertrophie bei Frauen. Hinzu kommen bei vielen Betroffenen psychische Veränderungen wie Depression oder zunehmende Aggressivität sowie Schlafstörungen.

Dauert der Konsum von Steroiden und anderer Dopingmittel an, entwickelt der Körper eine Toleranz. In der Folge steigern die User sukzessive die Dosierung und konsumieren zunehmend mehrere Präparate gleichzeitig. Damit setzen sie die Missbrauchsspirale weiter in Gang.

Gefahr für junge Frauen durch körperfettensenkende Substanzen

Ernährung spielt im Fitness-Training eine große Rolle mit teils drastischen Ausmaßen. KörpermodelliererInnen ernähren sich im Verlauf ihres sportbiographischen Werdegangs immer funktionaler. Appetitzügler und Abführmittel sind weit verbreitet. Um den Stoffwechsel im Rahmen der Diät weiter anzuheizen, greifen die SportlerInnen zu Fatburnern, Grüntee-Kapseln, L-Carnitin und anderen Nahrungsergänzungspräparaten.

„Der Einsatz von Diäten zusammen mit bestimmten Dopingsubstanzen ergibt zudem vermeintlich verführerische Synergieeffekte“, erklärt Dr. Mischa Kläber, Ressortleiter für Präventionspolitik und Gesundheitsmanagement beim Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB). „Der Körper baut gleichzeitig Muskeln auf und Fett ab. Wir beobachten aktuell besonders unter jungen Frauen den vermehrten Konsum von körperfettensenkenden Substanzen wie Clenbuterol und Ephedrin.“

Die Gefahr: Die Sporternährung kann komplett aus dem Ruder laufen mit einem erhöhten Risiko für Frauen, an Anorexie (Magersucht) bzw. an Bulimie (Ess-Brech-Sucht) zu erkranken.

Wer bietet Betroffenen eine seriöse Hilfestellung an?

Es gibt Beratungsmöglichkeiten in der Präventionsabteilung der NADA – Nationale Anti Doping Agentur (nada.de oder Kontakt Medizin medizin@nada.de / Tel.: 0228-812 92-132) sowie zahlreiche Infomaterialien zur Prävention von Doping und Medikamentenmissbrauch im Breiten- und

Freizeitsport vom DOSB (<https://sportprogesundheit.dosb.de/projekte-und-initiativen/medikamentenmissbrauch/> oder gesundheit@dosb.de). Hier können Betroffene professionelle Hilfestellung für ihren Weg aus dem Medikamentenmissbrauch erhalten.

Wer jedoch Schmerzen hat oder sich krank fühlt, sollte unbedingt seinen Hausarzt aufsuchen und sich bei Herzbeschwerden an einen Kardiologen überweisen lassen.

Über den BNK e. V.

Der BNK ist der größte Kardiologenverband auf vertragsärztlicher Ebene in Deutschland. Er hat derzeit rund 1.200 Mitglieder und repräsentiert damit über 90 Prozent der kardiologischen Praxen. Der Verband ging aus einer Arbeitsgemeinschaft hervor, die 1979 von knapp 100 Fachärzten gegründet wurde. Heute sind die Mitglieder des BNK auf regionaler und Bundesebene in zahlreichen Ausschüssen, Projektgruppen, gesundheits- und berufspolitischen Gruppierungen und in vielen Gremien der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie – Herz- und Kreislaufforschung (DGK) aktiv. Seinen juristischen Sitz hat der BNK in München. Weitere Informationen rund um den BNK finden Sie unter www.bnk.de.

Ansprechpartner für die Presse:

Pressesprecher

BNK e. V.
Dr. med. Heribert Brück
Tenholter Str. 43a
41812 Erkelenz
Tel.: 02431.20 50
Fax: 02431.76 00 3
E-Mail: presse@bnk.de

Pressebüro

LoeschHundLiepoldKommunikation GmbH
Imke Salzmänn
Tegernseer Platz 7
81541 München
Tel.: 089.720187-0
Fax: 089.720187-20
E-Mail: bnk@lhlk.de