

Doping

**Forfængelighed eller præstationstrang
– en debatbog om doping og livsstil**

Forfængelighed eller præstationstrang – en debatbog om doping og livsstil



mål om at læse sin avis, se sine nyheder og sportsudsendelser igennem ”disse briller” – så vil hæftet bevare sin aktualitet i lang tid. Afsnittene rundes af med nogle enkelte forslag til arbejds- spørgsmål, og til allersidst i bogen har vi skrevet en www-liste, hvorfra du kan komme videre inden for emnet – få inspiration til opgaver, få svar på spørgsmål, få mere viden og få forudsætning for at tage stilling til emnet!

Hæftet henvender sig naturligt til undervisningen i idræt og samfundsfag, men efter gymnasie-reformens ikrafttræden vil hæftet i høj grad kunne inspirere til emner inden for Almen Studie-forberedelse, - hvor fag som også biologi, psykologi, filosofi, dansk m.fl. kan inddrage de skitserede problemstillinger i et tværfagligt perspektiv.

God fornøjelse!

Anti Doping Danmark og

*Per Henriksen Jette Engelbreth
Fagkonsulent Fagkonsulent i idræt
i samfundsfag*

Hæftet er udgivet med støtte af tips- og lottomidler.

Kære gymnasieelev – kære gymnasielærer!

Dette hæfte er anderledes! Det handler om doping – men det handler også om ønsket om at ville kontrollere sin krop i en meget bredere forstand! Forfængelighed eller præstationstrang?

Kropskontrol er trendy – hvad enten det handler om vilje til at styre sine spisevaner, til at konstruere sine muskler, til at præstere det næsten umulige eller lyst til at ville udsmykke sin krop på alle tænkelige måder! Men hvorfor er den kontrol så vigtig, og hvad er det i tiden, der sætter lige præcis den dagsorden?

Vi har ikke ”svaret”, men finder emnet så væsentligt og interessant, at det bør danne grundlag for en debat.

Vi har inddelt hæftet i 4 hovedafsnit

- Idealer til salg – krop og identitet!
- Idræt og etik – om konsekvenser af doping!
- Idræt og politik – medaljer for enhver pris?
- Rekorder og medaljer – præstation eller kemi?

hvor en kort og provokerende manchet lægger op til at diskutere emnet ud fra de artikler, der følger efter!

Hæftet er blevet til hen over første halvdel af 2004, og det er vores erfaring, at de fleste aviser hver eneste dag bringer stof, der i allerhøjeste grad kan perspektivere til disse emner – det er således et spørgs-

Doping

**Forfængelighed eller præstationstrang
– en debatbog om doping og livsstil**

Forord

Doping optager en stor plads i idrætsbilledet. Jeg får dagligt henvendelser fra mange forskellige mennesker både i og udenfor idrætten, som alle er optaget af doping. Mange af disse henvendelser vedrører de emner, som behandles i denne dopingpublikation fra Anti Doping Danmark for gymnasiet og HF. Mange elever har mailet til mig og bedt om svar på spørgsmål til løsning af projektopgaver om doping. Jeg kan af spørgsmålene se, at selv den yngste generation er særdeles velorienteret om de seneste dopingafsløringer. Jeg er derfor ikke tvivl om, at publikationen vil udfylde et stort behov for oplysning og information.

Idrættens organisationer har med et stigende engagement igennem årtier selv forsøgt komme dopingtruslen til livs. Men bestandigt har dopingsyndere og deres bagmænd fundet på nye og stadig mere avancerede metoder at snyde på. De store dopingskandaler i cykelsporten i slutningen af 90'erne gjorde det klart, at dopingproblemet havde et omfang og en karakter, som nødvendiggjorde en mere vidtrækkende indsats fra samfundets side.

Internationalt førte det i 2000 til oprettelsen af World Anti Doping Agency (WADA) og nationalt til oprettelsen af Anti Doping Danmark (ADD) samme år.

I WADA arbejder den olympiske bevægelse sammen med verdens regeringer om kontrol, oplysning, forskning og politisk lobbyarbejde. Milestenen har været vedtagelsen af det globale kodeks for kampen mod doping. Det sikre at alle behandles ens, at alle lande og alle idrætsgrene fører den samme dopingpolitik og implementerer de samme regler. Det har været et afgørende fremskridt, og den danske regering har lagt et stort arbejde i denne proces.

I ADD arbejder de danske idrætsorganisationer sammen med den danske regering om kontrol og oplysning. ADD har i de seneste år udført et kæmpe arbejde – og med stor succes. Overalt hvor jeg færdes i det internationale arbejde, står der stor respekt om den danske indsats mod doping, og det skyldes i høj grad ADD.

Jeg håber, at denne publikation vil bidrage til at holde fast i vigtigheden af kampen mod doping. Doping er snyd. Doping er en trussel mod idrætten, og derfor skal den bekæmpes konsekvent og uden tolerance over for dopingsyndere. Alle, der holder af idræt, skal derfor også stå sammen om at bekæmpe doping. Denne publikation er et vigtigt bidrag hertil. Læs den. Diskutér den og bliv klogere.

Brian Mikkelsen
Kulturminister

Indledning

I manges bevidsthed er doping først og fremmest knyttet til sportens verden, til skandaler og til kampen for præstationer og ikke mindst til politik, penge og prestige. Dopingskandaler er godt forsidestof. Men doping er også et aktuelt emne i mange andre sammenhænge.

Denne tekstsamling er tænkt som inspiration til tværfagligt samarbejde.

De sidste års afsløringer af dopings omfang inden for verdenseliten har sat ny fokus på etik og på værdier i sporten. For hvad betyder doping for vores forestilling om sporten som et af de steder, hvor alle har lige vilkår? Hvor gadedrengen kan blive verdensstjerne, og man bliver bedømt på sin faktiske præstation og ikke på social baggrund, nationalitet, økonomi – eller villighed til at udsætte sin krop for dødsfarlige stoffer?

Men det er ikke kun sporten, der er ramt af doping. Doping har også bredt sig til det generelle samfund og optræder særligt i forbindelse med unge mænds jagt på den perfekte krop. ”Forfængelighedsdoping” medfører helt andre problemstillinger end i sporten og har stor lighed med andre former for risikoadfærd som spiseforstyrrelser og brug af rusmidler. Her bruges doping som

en risikabel strategi i unge menneskers identitetsprojekt.

Doping er desuden interessant at undersøge i forlængelse af samfundsudviklingen. Udspringer fænomenet af en generel ”pillekultur” i det moderne, vestlige samfund, og hvad har i det hele taget betydning for samfundets holdning til doping?

Næsten alle dopingstoffer er medicin udviklet til syge mennesker, og den medicinske forskning inden for området er således endnu et vigtigt aspekt af emnet. Hvad gør stofferne ved kroppen, hvordan forskes der i de medicinske sider af doping?

Vi håber denne tekstsamling om doping vil blive et inspirerende og aktuelt oplæg til tværfagligt projektarbejde, og at artikler og opgaver vil anspore til en videre udforskning af nogle af alle de spændende temaer og perspektiver, doping kan åbne for .

Anti Doping Danmark vil til slut rette en stor tak til alle de forfattere, der har stillet artikler til rådighed for udgivelsen.

God fornøjelse med arbejdet!
Anti Doping Danmark

**Forfængelighed eller præstations-
trang – en debatbog om doping og
livsstil**

© *Anti Doping Danmark* 2004

Antologien er støttet af Undervisningsministeriets Tips- og Lotto-midler og er gratis distribueret til danske ungdomsuddannelser.

Mekanisk, fotografisk eller anden gengivelse eller mangfoldiggørelse af denne bog eller dele af den er ikke tilladt ifølge gældende dansk lov om ophavsret.

Anti Doping Danmark vil gerne rette en stor tak til forfattere og forlag der har stillet materiale til rådighed til denne antologi.

Redaktion:

Morten Mølholm Hansen,
Marianne Husfeldt,
Torben Hoffeldt,
Per Henriksen og
Jette Engelbreth Holm

Grafisk design:

Kliborg Design
www.kliborg.dk

Fotograf:

Anders Hald
www.andershald.com

Alle fotografier er modelfotos

Trykt hos:

Nørhaven Book A/S, Viborg
1. udgave, 1. oplag 2004
Oplag: 12.000 eksemplarer

Anti Doping Danmark

Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
DK-2605 Brøndby
www.doping.dk

Indhold

1

Idealer til salg – krop og identitet

Rasmus Damsgaard: <i>"Jeg savner den følelse af at være hårdt pumpet,..."</i>	12
Eva Wulff Helge, <i>Den gode form. Om træning og spiseforstyrrelse</i>	17
Alice Riis Bach: <i>Mandlige kropsidealer</i>	23
Bertill Nordahl og Gideon Zlotnik: <i>"De stakkels piger"</i>	28
Michael Andersen: <i>Behov for et opgør med pillekulturen</i>	34
Steen Beck: <i>Om hvordan rusmidler indgår i ungdomskulturen</i>	38
Malene Jensen: <i>Hård kost</i>	44
Arbejdsopgaver	45

2

Idræt og etik – konsekvenser af doping

Hvidbogen: <i>Doping i et historisk og samfundsmæssigt perspektiv</i>	50
Pierre de Coupertin: <i>Den moderne olympismes filosofiske grundlag</i>	58
Inge Kryger Pedersen: <i>Voksende adgang til dopingmidler i befolkningen</i>	62
Verner Møller: <i>Sportens ånd</i>	64
Morten Mølholm Hansen: <i>Doping slører spændingsmomentet</i>	68
Sigmund Loland: <i>Doping</i>	73
Morten Mølholm Hansen og Søren Bang: <i>Dyb europæisk mistillid til sporten</i>	78
Brian Holm: <i>Smerten – glæden</i>	84
Inge Kryger Pedersen: <i>Dopingtal</i>	88
Arbejdsopgaver	89

3

Idræt og politik – magten, demokratiet og kroppen

Henning Eichberg: <i>Doping og demokratiets krop</i>	94
John Idorn: <i>Idrættens stormagter i åbenlys dopingpanik</i>	95
Rasmus Damsgaard: <i>EPO-testen drejer sig ikke om Hamburger</i>	102
Steen Ankerdal: <i>Olympisk komité går over gevind</i>	106
Karl Christian Koch: <i>Ankerdal går over gevind</i>	108
Arbejdsopgaver	112

4

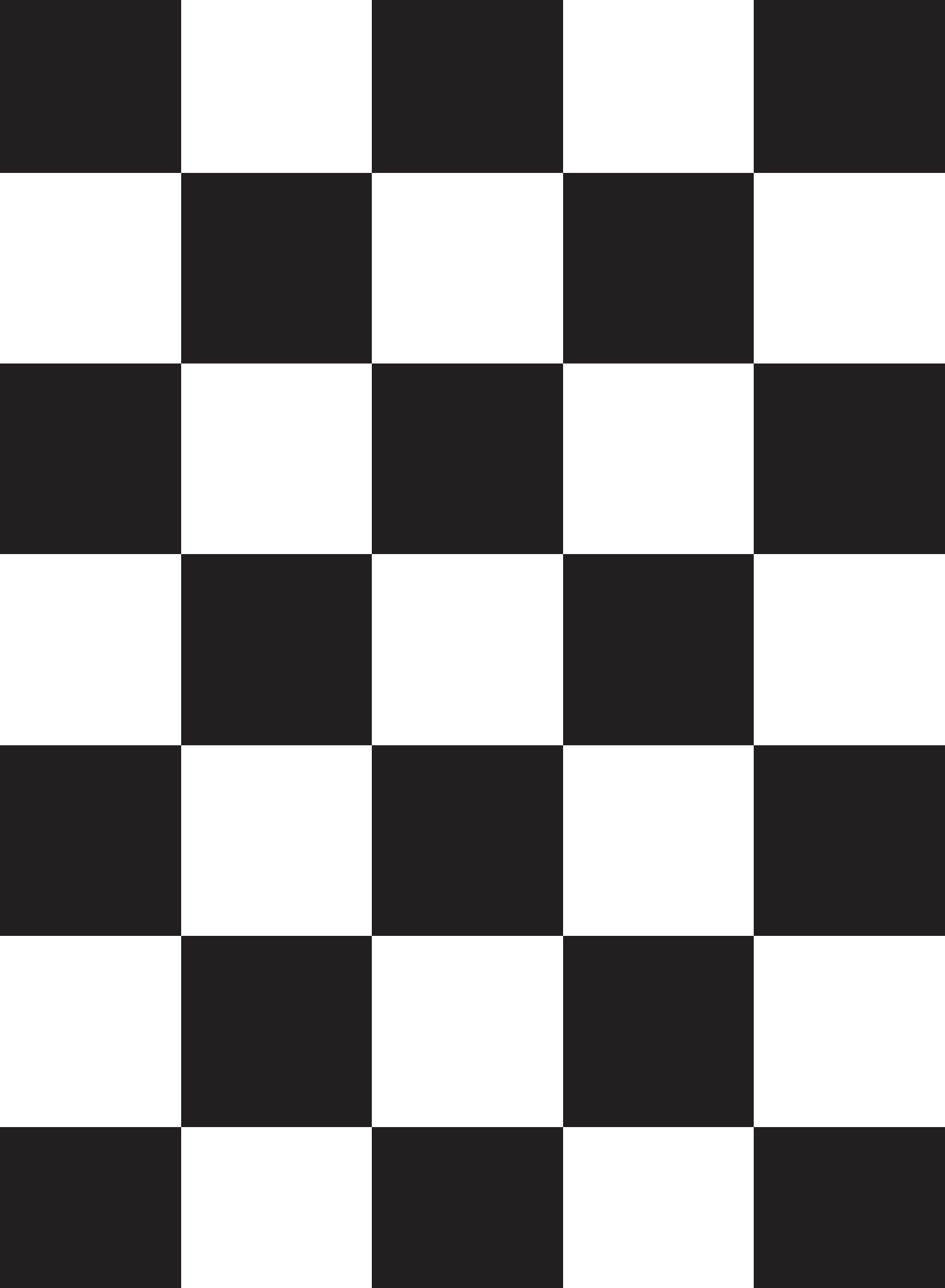
Rekorder og medaljer – præstation eller kemi

Bengt Saltin: <i>Hæmatokrit – hvad er det?</i>	118
Hvidbogen: <i>Fremtidsscenarium</i>	122
Kent Olsen: <i>Heidi blev til Andreas</i>	129
Paul Solotaroff: <i>Piller byggede denna krop</i>	133
WADA's forbudte liste	146
Ann-Marie Dock: <i>Samband mellan anabola steroider och våldshandlingar</i>	148
Arbejdsopgaver	149

5

Ressourceliste og kildefortegnelse

Ressourceliste	152
Kildefortegnelse	153





**Idealer til salg
– krop og identitet**

Medierne idealiserer den kontrollerede krop -
kropsidealene er som aldrig før en salgsvare!
Skal livsstil og kontrol være synonymmer?
Hvorfor er den ideelle krop blevet så central? Hvem er det, der
styrer denne kropsdyrkelse?
Kosmetik - cremer, farver og glimmer!
Trendy tøj, sko og accessoires, solbrændt look, stilet hår!
Tatoveringer og piercinger!
Plastimplantater, fedtsugning, ansigtsløftninger og -forandringer!
Tydelige muskelaftegninger!
Hylderne bugner i både bogstavelig og overført forstand - kosttilskud,
slankemidler og præparater for enhver smag!
Kan identitet købes?? Hvor er du henne i alt dette??
Kontrollen med kroppen er ikke kun forbeholdt den toptrænede
idrætsudøver i præstationsøjemed - kropskontrol er blevet et
signal til omverdenen om, at man har styr på sit liv!
Hvem vinder - og hvem taber i denne "kamp" om kroppen??
- og hvad taber de??

“Jeg savner den følelse pet, den følelse når fol – fuck, en stor mother

*Af Rasmus Damsgaard, læge
Ph.d. tidligere leder af Anti
Doping Danmarks oplys-
ningssekretariat*

*Oprindeligt trykt i: Beret-
ning 2002, Kulturministe-
riets udvalg for Idrætsforsk-
ning*

**Et essay af læge Rasmus
Damsgaard om et forsk-
ningsprojekt om steroiders
virkninger på kroppen støttet
af Kulturministeriets Udvalg
for Idrætsforskning.**

”Min far så gerne, at jeg stoppede med krudt, og selvom jeg på en måde gerne ville, er jeg ikke klar på nuværende tidspunkt til at opgive krudt, det har jeg indset.” Citatet er fra en af forsøgspersonerne i forskningsprojektet. Han er 24 år, måler 186 cm i højden, vejer 116,7 kg og måler 46 cm rundt om venstre overarm – det samme som jeg måler rundt om mit lår!

Den ideelle undersøgelse

Baggrunden for projektet er, at der kun findes meget få gode undersøgelser af steroiders negative effekt på menneskets krop. En god undersøgelse omfatter normalt en sammenligning af to grupper mennesker, den ene gruppe får det stof, man ønsker undersøgt, den anden gruppe får et stof uden virkning. Ingen af grupperne ved, om de modtager det virksomme eller uvirksomme stof. Med andre ord skulle man tage en gruppe mennesker og give dem steroider, som ville få amerikansk kvæg til at blive grønne af misundelse, mens den anden gruppe skulle have noget, der ligner uden at virke fx madolie sprøjtet ind i samme mængde i musklerne. Jeg kan afsløre, at en godkendelse fra Etisk Komité til et sådant projekt ikke ligger lige om hjørnet.

De sundhedsmæssige konsekvenser

På den anden side må man spørge sig selv, om det er etisk forsvarligt at lade idrætsudøvere og motionister fortsætte

af at være hårdt pum- k ser en og tænker fucker"

uden at kende til omfanget af de åbenlyse sundhedsmæssige konsekvenser. Og her tænker jeg ikke kun på udviklingen af bryster hos mænd (de såkaldte tævepatter), bumserne på ryggen, hårtabet og de små testikler.

Nej, det er også dels de psykiske forstyrrelser, som kan bringe andre menneskers liv og levned i fare, som de senere invaliderende smerter fra sener og muskler og udsættende funktioner af indre organer, som jeg her tænker på. Det er tankevækkende at levealderen for en amerikansk fodboldspiller i 2000 var 50 år, og at der er fundet en overdødelighed blandt styrkeløftere. Tallene skal ses i sammenhæng med, at 25% af alle prøverne i NFL er positive for steroider, og at styrkeløftere både nationalt og internationalt er den idrætsgren, som både absolut og relativt har flest positive dopingtests for steroider.

Omkring 20.000 steroidbrugere i Danmark

Omfanget af brugen af steroider i Danmark er svær at spå om. Inden for idrætten er antallet meget lavt under 1%, men uden

for idrætten altså i fitnesscentrene varierer antallet fra mindre end 1% i et fitnesscenter til mindst 40% i et andet fitnesscenter. Hvis antallet af motionsdyrkende danskere i fitnesscentre sættes til 200.000 og andelen af steroidbrugere til omkring 10%, så findes der altså i omegnen af 20.000 steroidbrugere i alderen fra 17 til 40 år. Formålet med projektet var at finde et lille udpluk af disse steroidbrugere, som jo egentlig er ganske almindelige unge, raske mænd og undersøge deres krops egenproduktion af naturligt forekommende hormoner, fedtindholdet i blodet, lever- og nyrefunktionen, frugtbarheden, hjertefunktionen og indholdet af kalk og mineraler i knoglerne efter at de har haft et årelangt forbrug af store mængder af steroider.

Forsøgspersonerne er på steroider

Steroidmisbrugere er kriminelle og selvsagt svære at få i tale. Men med den anonyme telefonrådgivning, Dopinglinien, hjemmesiden doping.dk og mund til mund-metoden har det været muligt at finde 12 brugere, der alle var i et forløb, hvor de indtog et

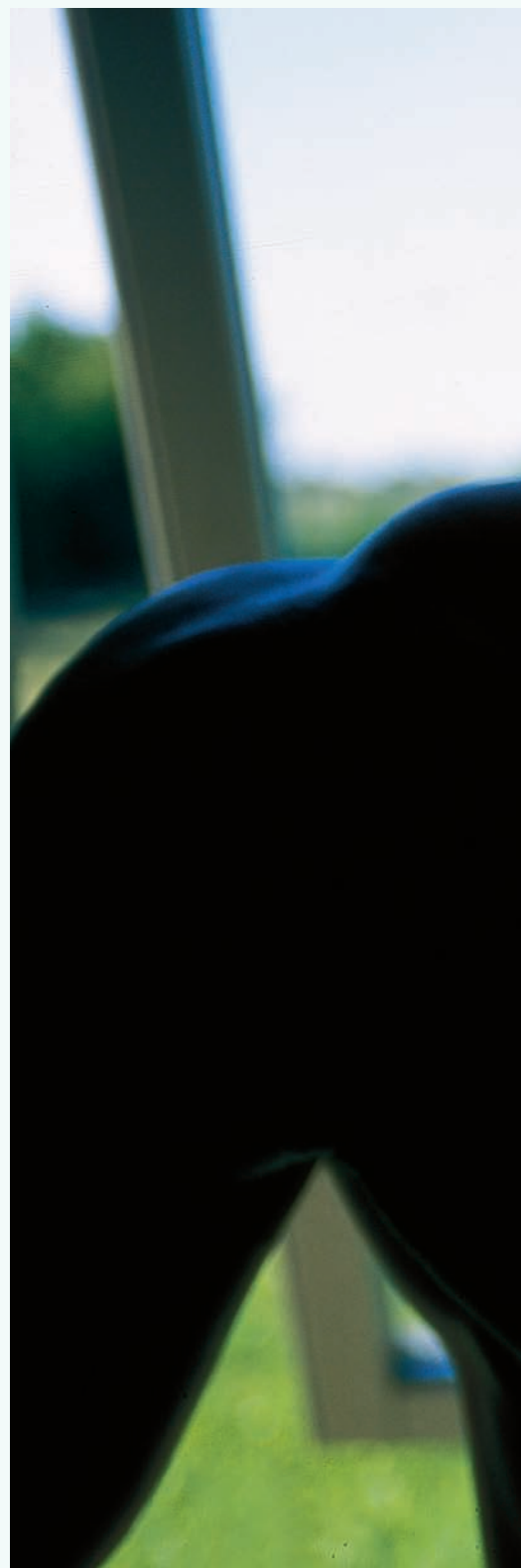
eller flere steroider. Betingelsen for at indgå i projektet var, at de i de følgende 6 måneder skulle holde sig fra indtaget, hvilket simpelt kan kontrolleres både på blod- og urinprøver. Deltagerne måles tre gange, første gang mens de er på ”kur”, og de følgende to gange hvor de holder pause. De fleste af deltagerne er nu blevet målt to gange, og enkelte har været igennem alle tre undersøgelser. Gennemsnitsalderen på de foreløbige 12 personer er 28 år. De har været i gang med kure, siden de var 18 år, og da nogle af deltagerne er i slutningen af trediverne, ja så findes der altså mennesker, som har taget steroider i 20 år. Deltagerne er meget forskellige og meget ens. Forskellighederne strækker sig fra de geografiske forhold over valg af steroider til formålet med brugen af steroider. Ensartetheden ligger i deres fokus på at ændre

De vil altså have mere, og det mere er suset, når 2000 tilskuerer stamper i gulvet for at udtrykke deres glæde, ved det de ser

den nuværende kropsform, deres viden om medikamenter og kemi og i de uheldige virkninger, som steroiderne påfører dem. De fleste af deltagerne er motionsbodybuildere, som tager steroider for at blive større, få en flottere krop, opnå respekt eller opmærksomhed og derigennem selvværd. Enkelte stiller op til konkurrence om, hvis krop er størst, pæneste proportioneret og mest symmetrisk. De vil altså have mere, og det mere er suset, når 2000 tilskuere stamper i gulvet for at udtrykke deres glæde, ved det de ser.

Bivirkningerne er gode nok

Deres erfaringer med steroiderne er resultater i sig selv og står i skarp kontrast til det fornuftige menneske, som står bag misbruget. Således har deres kærestes og børns flere





gange oplevet fysisk overlaster undervejs i forløbet, og som reaktion de ikke kan styre, og som udløser gråd og fortvivelse, uden dog at misbruget ophører. De har erfaringer med udviklingen af knuder i brystet, hvor flere af dem stadig består, og som jeg mærker på. En lille ærtstor, uøm og frit forskydelig knude under brystvorten, der vokser og bliver øm under kur, men som fortager sig igen gennem projektets 6 måneders forløb. Ligesom bumserne på overkroppen og de bitte små testikler. Strækmærkerne består. Rygtet taler sandt, de kosmetiske bivirkninger er gode nok. Men nu er det ikke kun spejlet på væggen, som afslører. Det indre spejl viser, at de alle har leverbetændelse, at fedtindholdet i blodet er stigende, at hormonproduktionen i koglekirtlen i hjernen og i stenene i pungen er stoppet, at de er ufrugtbare, og at nogle har temmelig belastede nyrer. Ligeledes er deres hjerter store til forstørrede, trykket i hjertets kar er for højt, og en enkelt har sågar for hyppige perioder med dobbeltslag. En anden har 120 i puls efter 20 minutters hvile og spørger, om det kan skyldes det samtidige indtag af stofskiftehormoner, der skal til for at skrælle det sidste fedt af. Han vejer 136 kg og har en fedtprocent ifølge skanningen på ...1%!

Og bivirkningerne forsvinder igen – næsten

Det er skræmmende og samtidig en lettelse at opleve lever, nyrer og blodets fedtindhold vende tilbage til normalen i perioden efter kuren. At produktionen af deres egne hormoner går i gang igen, og stenene i pungen vokser til normal størrelse. Sædkvaliteten er fortsat ringe i mere end et halvt år efter. Hjertet bliver aldrig mindre, og vi ved fortsat ikke, om trykket i hjertets kar bliver normalt. En person dør fortsat med forhøjede værdier af diverse nyreparametre i blodet.

En øjenåbner-oplevelse

Konkurrencedeltagere er på kur igen. Denne gang med mindre stofskiftehormon og mere omtanke med mængden af steroider.

”More is better” holder ikke – men det gør ”none is better” heller ikke for dem. Nogle af de resterende er svære at tyde. Oplevelsen af at kroppen føltes rask, men var syg under kuren, gør dem eftertænsomme, men formentlig ikke mere end at de kommer til at hyggefikse et par gange endnu. Resten, og det er en håndfuld, er stoppet. Hjerterytmeforstyrrelser, nyrepåvirkning og leverbetændelse ud over de kosmetiske og psykiske forandringer i kombination med at kærester er skredet, HF-studier gået i vasken samt fysiske overgreb på sagesløse har været en for hård cocktail det sidste halve år. Steroidbrugeren fra indledningen er en af dem, og dog skriver han til mig: ”Jeg savner den følelse af at være hårdt pumpet, den følelse når folk ser en og tænker – fuck, en stor motherfucker”. Jeg beder en stille bøn for ham.

Ligesom bumserne på overkroppen og de bitte små testikler. Strækmærkerne består. Rygtet taler sandt, de kosmetiske bivirkninger er gode nok

Steroidbrugerne efterlyser selv et ambulatorium, hvor der findes læger med viden om steroider, der kan foretage relevante undersøgelser og føre en åben og fordomsfri samtale. Med den begrænsede erfaring fra nærværende studium er jeg tilbøjelig til at give dem ret.

Den gode form – om træning og spiseforstyrrelser

Af Eva Wulff Helge, Lektor ved Institut for Idræt ved Københavns Universitet, bestyrelsesmedlem i Anti Doping Danmark.

Teksten er oprindeligt bragt i Focus – tidsskrift for idræt (1999)

**En kuglestøder -
en højdespringer -
en sprinter -
en gymnast -
en sumobryder -
en yogi -
en**

Vi ser dem for os. Vi ved, hvordan de ser ud. Kropsbilleder, billeder *af* kroppen, billeder *med* kroppen. Kroppens tavse viden og kroppens tavse sprog, en størknet form. Signaler - om hvem jeg er - om hvad jeg er - om hvad jeg gør. *Klæder skaber folk*, men tøjet er ikke nok. *Krop skaber folk*: Her er jeg. Hvem er jeg? Sin krop kan man ikke løbe fra - den kan man løbe med!

Det er ikke længere nok at skabe sig selv gennem sin påklædning og sin adfærd. Kroppen er kommet i fokus med en signalværdi, som kræver et stykke arbejde af den enkelte. Kroppen som et bevis på det liv, man lever. Er løbet kørt, står andre parate til at tage over med skalpeller, sugemaskiner og plastikposer med gelé. Kroppen kan formes og modelleres efter for godt befindende, og ofte er netop det argumentet: Jeg får det så godt, når jeg er tilfreds med min krop.

Kroppens udstillingsvindue: svømmehallen, aerobicsinstituttet, stadion, idrætshallen. Her bliver alle kroppsmodeller præsenteret og stillet til skue. Kravet om kropslig effektivitet og funktionalisme gør, at vi kan kende eliteudøvernes kroppe fra hinanden. De rette gener og den rigtige træning vil forme kroppen. Er kroppen tilmed attraktiv at kigge på, er det synd og skam at dække den med for meget tøj. Kan man overhovedet spille elitevolleyball i løse bluser og bukser? Den slanke krop er sagen: For alle et signal om ungdom, sundhed, aktivitet, viljestyrke og kontrol; et *mål* som træning kan være et *middel* til. For de fleste eliteidrætsudøvere tillige et middel til at opnå en høj præstationsevne. Men træning er ikke altid nok til at blive slank nok; slank nok til at se godt nok ud - slank nok til at præstere godt nok. Men

så kan man jo bare spise lidt mindre og kontrollere lidt mere. Er det en spiseforstyrrelse? Hvad er en spiseforstyrrelse? Hvad er spiseforstyrret adfærd? Sker der noget ved det?

JA! Der er grænser for, hvordan kroppen kan formes.

Et kropsbillede

NN, 14 år, fortæller om sin idræt:

“Man skal selvfølgelig ikke veje 80 kg, vel? Det er også meget godt, hvis man har lange ben.”

Hvorfor betyder det noget?

“Hvis det er, at man har lange ben, så ser det ud som om, at man er tynd, ikk’ - altså, at man er spinkelt bygget. Hvis man har korte ben og er sådan rimelig , så ser det ud som om, at man er buttet.”

“Jah , jeg spiser ikke så meget slik. Jeg spiser grøntsager. Her i de sidste 14 dage har jeg levet af broccoli og blomkål. Det ser ikke så godt ud, hvis man ikke er spinkel.

Vi har haft det sådan, at vi er begyndt at blive vejret - altså ikke sådan noget strikt noget med, at det og det skal du veje og sådan noget. Og så har vi aftalt, at vi spiser grøntsager og sådan noget og ser, om vi taber os. Altså ikke noget sådan”

Du har fået at vide, at du skal tabe dig lidt?

“Jah, her på det sidste.”

Hvad vejer du?

“Jeg vejer ca. 43½.”

Hvad skal du veje?

“Cirka 43, så det er ikke så meget.”

Det er jo ikke så meget.

“Nej, men det er alligevel noget.”

At have en spiseforstyrrelse - et forstyrret forhold til mad

Har man en spiseforstyrrelse, er det et helt dominerende mål at tabe sig eller at opretholde sin vægt. Dette mål søges opnået gennem ekstrem adfærd, der ofte omfatter helbredsskadelige metoder til regulering af vægten. Bulimi (ugentlige ædeflip og opkastninger) og anorexi (fornægtelse af lysten og behovet for at spise) kan alle blive enige om er spiseforstyrrelser, der sætter

Er det fx helt normalt fra tid til anden at grovæde og kaste op?

individets sundhed og trivsel over styr, og som i sidste ende kan føre til døden. Men de to er ikke de eneste spiseforstyrrelser - begrebet er meget videre. Internationalt har man defineret et sæt kriterier til diagnose af forstyrret spiseadfærd (EDNOS); bare ét af punkterne skal være opfyldt:

EDNOS (Eating Disorders Not Otherwise Specified), DSM-IV

A Kriterierne for anorexi er opfyldt, bortset fra at personen har regelmæssige menstruationer.

B Kriterierne for anorexi er opfyldt, bortset fra at personens vægt - på trods af vægttab - er indenfor normalområdet.

C Kriterierne for bulimi er opfyldt, bortset fra at grovæderi foregår færre end 2 gange pr. uge i mindre end 3 måneder.

D En person med normal kropsvægt benytter sig jævnligt af uhensigtsmæssige kompensations-metoder, fx opkastning eller faste, efter at have spist endog meget lidt.

E En person som konstant har noget spiseligt i munden, men tygger og spytter ud igen uden at synke de store mængder mad.

F Grovæderi: Gentagne perioder af grovæderi uden den kompensatoriske adfærd, som er karakteristisk for bulimi.

Indenfor både læge- og idrætsskredse er der uenighed om, hvor alvorligt man bør tage spiseforstyrret adfærd (EDNOS).

Er det fx helt normalt fra tid til anden at grovæde og kaste op?

Er det helt normalt at mene, at man er for tyk og derfor undgå al fedende mad, selv om man ligger indenfor normalvægten?

Er det helt normalt at bruge vanddrivende piller for at komme hurtigt ned i vægt?

Er det helt normalt at faste i et par dage, hvis man synes, at man har spist for meget?

Er det helt normalt at løbe ½ time morgen og aften for at holde vægten?

Efter min mening, bør det absolut ikke opfattes som normalt at benytte disse metoder til at holde vægten nede, men sikkert er det, at sådan adfærd i visse (ungdoms) miljøer anses for at være normen - ja, måske endda beviset på, at man er både handlekraftig og målrettet. Kroppens tavse sprog - den slanke krop - er en manifestation af budskabet.

Imidlertid kan spiseforstyrret adfærd ikke ses som et isoleret fænomen. Nu og her fører det bl.a. til social isolation, og på kortere eller længere sigt er det den største risikofaktor for at udvikle egentlig anorexi eller bulimi.

Konsekvensen af at spise for lidt

Uanset om man mener, at spiseforstyrret adfærd skal tages alvorligt, kan der ikke være nogen diskussion om, at et for lavt dagligt energiindtag igennem længere tid vil medføre hormonale forstyrrelser. Forstyrrelser, der først og fremmest viser sig som menstruationsuregelmæssigheder eller helt udebleven menstruation, og som bevirker, at kalkindholdet i knoglerne mindskes (faldende knogletæthed). Herved øges risikoen for træthedsbrud samt risikoen for udvikling af tidlig knogleskørhed øges. Den samtidige tilstedeværelse af de tre symptomer, menstruationsuregelmæssigheder, spiseforstyrret adfærd og lav knogletæthed, hos kvindelige idrætsudøvere har under ét fået betegnelsen "The Female Athlete Triad", og dette syndrom ses bl.a. hos hårdt

trænende løbere med lave koncentrationer af kønshormoner. På trods af en stor mængde fysisk aktivitet af vægtbærende karakter, som normalt øger knogletætheden, har man hos denne gruppe fundet en stærkt mindsket knogletæthed, især i lænderyggen. I modsætning hertil finder man en normal eller øget knogletæthed hos gymnaster med et lavt hormonspejl. Hvilken mekanisme, der ligger bag denne forskel på løbere og gymnaster, er ikke kendt, men man har en hypotese. For opretholdelse af en vis knogletæthed kræves en balance mellem knogleformation og knogleresorption, og både fysisk aktivitet og koncentrationen af kønshormoner fremmer knogleformationen. Hypotesen er, at et lavt hormonniveau bevirker, at der skal en større mekanisk stimulus til, før knoglerne reagerer med vævsdannelse. Er stimulus stor som i gymnastikken med mange maximale afsæt og landinger, vil der trods det lave hormonspejle ske en knogleformation; er stimulus lille som i løb med mange repetitioner med lav belastning, vil balancen blive forskubbet mod knogleresorption og deraf følgende lav knogletæthed. Har man derfor accepteret menstruationsforstyrrelser som værende en naturlig konsekvens af at træne meget og spise lidt - som en naturlig del af det dannede kropsbillede - er det af hensyn til knoglesundheden helt afgørende at sørge for, at knoglerne stimuleres maksimalt og varieret.

Årsager til udvikling af spiseforstyrret adfærd

De udløsende faktorer for udvikling af spiseforstyrret adfærd kan selvsagt være mange, men generelt bunder det i en *utilfredshed* med aspekter af livet - det være sig i skolen, i idrætten, blandt kammeraterne eller i familien, og adfærden bliver et redskab til at få *kontrol* over sig selv (præstation og /eller udseende). For at forebygge denne situation bliver det indenfor idrætten vigtigt at fokusere på glæden ved at træne og konkurrere, glæden i processen, i stedet for på præstationen, glæden over resultatet. Det

er af stor betydning, at udøveren oplever at have kontrol over sin egen trænings-situation, fx gennem indflydelse på egen træningsproces og ansvar for sig selv og sin sundhed. Endvidere må træneren skabe et trygt og åbent træningsmiljø, hvor man tør at tale om problemer og forsøger at finde fælles løsninger til at løse dem.

Det er vigtigt at nedtone betydningen af en lav kropsvægt som det eneste saliggørende og i stedet fortælle om *alle* de mangeartede faktorer, som præstationen er afhængig af. Offentlig vejning, ukritisk måling af fedtprocent samt vittigheder og hentydninger til vægt må være bandlyst. Træneren har pligt til at sørge for, at udøverne er grundigt informeret om The female Athlete Triad, fx gennem DIF's og Team Danmarks materialer om emnet. Både træner og udøver må have adgang til ernæringsvejledning, herunder vejledning om vægttab, hvis det er ønskeligt. Sidst, men ikke mindst, må træneren huske, at han/hun selv er en vigtig rollemodel - også når det gælder spisning

Trænerens ansvar

Selv om man som træner mener at have taget alle forholdsregler, er det ikke altid nok til at forebygge spiseforstyrrer adfærd og spiseforstyrrelser blandt udøverne. Den udbredte opfattelse af kroppen som et objekt, man kan forme og behandle efter behag, reducerer kroppen til et redskab, der kan bringe en nærmere målet: Store idrætspræstationer og/eller et attraktivt udseende. Kroppen bliver derved sat uden for indflydelse; den skal bare bruges. Er denne norm herskende i gruppen, har træneren en svær opgave, men ansvaret for at tage spiseforstyrrer adfærd alvorligt er det samme. Som træner er der visse symptomer man må være opmærksom på. Disse kan groft set opdeles i to kategorier: Adfærdsmæssige - og fysiske symptomer:

Adfærdsmæssige symptomer:

- store og hyppige humørsvingninger
- isolation fra andre
- hyppige toiletbesøg





måltider alene
misforhold mellem synligt energiindtag
og vægt
hyppige kommentarer om vægt og
udseende
træning til hver en tid

Fysiske symptomer:

svimmelhed
uforklarlig træthed
menstruationsforstyrrelser
hyppige skader/stressbrud
vedvarende uforklarlige smerter
stort vægttab eller vægtsvingninger

... et for lavt dagligt energiindtag igennem længere tid vil medføre hormonale forstyrrelser

Men vigtigst af alt er måske, at man følger sin intuition - og husker, at de egenskaber, som gør en udøver til "den bedste", samtidigt indebærer en stor risiko for udvikling af spiseforstyrret adfærd.

Hvis man føler, at noget er galt - må man reagere over for udøveren! Før man gør det, kan det være nødvendigt at søge råd hos nogen, der har en specifik viden om problemstillingen, sådan at man har en plan at støtte sig til, når man henvender sig til udøveren med sin mistanke.

Til eftertanke

XX, 14 år:

Kender du nogen, der har problemer med det her med pludselig at lade være med at spise?

"Ikke rigtigt. Jeg kender én, der tænkte på det, men hun kom ikke længere end til at tænke."

Hvorfor tror du, at man kommer til at tænke på det?

"Det ved jeg ikke, altså Det er, hvis hun får at vide af sin træner, at hun skal holde igen, og så går hun hjem foran spejlet, og så syn's hun lige pludselig, at hun er overfed. Og så tænker hun, at nu skal hun slet ikke spise. Jeg ved det ikke, - jeg tror, at det er det."

LITTERATUR:

- Center for Idrætsforskning/Danmarks Idrætsforbund: *Kvinder og hård fysisk træning*, 1995
- Leidhammar, I-M. (red.): *Maten som fiende*. Sveriges Riksidrottsförbund, Idrottens Forskningsråd, 1992.
- Hansen, E.W.: *Menstruation og idræt*. Danmarks Højskole for Legemsøvelser, 1988.
- Helge, E.W.: *Kvinder og idrætstræning. I "Idrettens Træningslære"* Gad, 1995.
- Helge, E.W.: *The female athlete triad - et problem indenfor fitness-kulturen?* Tidsskrift for Idræt, 61 (2), 1996.
- Pearl, A.J. (red.): *The Athletic Female*. Human Kinetics Publishers, 1993.
- Otis C. L. et al: *The female athlete triad*. Medicine and Science in Sports & Exercise, 29 (5) 1997.
- Danmarks Idræts-Forbund og Team Danmark: *Spiseforstyrrelser i Idrætten*, 1998.
- Sundhedsstyrelsen: *Spiseforstyrrelser*, 1997.
- Endvidere to videoer fra Danmarks Idræts-Forbund, 1999: *Lige-vægt?* og *Bagsiden af medaljen*

Mandlige kropsidealiser, motionsdoping og spiseforstyrrelser

Af Alice Riis Bach, forfatter

Arnold Schwarzenegger står for nogle mænd stadig som manden med den perfekte krop, og manden der opnåede filmkarriere, berømmelse, økonomisk succes og senest guvernørposten i Californien, USA på baggrund af karrieren som bodybuilder. Han omtales stadig som et forbillede på trods af, at han har indrømmet at have taget anabole steroider som ung (hvilket blandt andet kan have haft indflydelse på hans hjerteoperationer), og på trods af at han offentligt måtte undskylde at have udsat en del kvinder for sexchikane. De anabole steroider var altså med til at skabe et nyt uopnåeligt kropsideal for mænd personificeret ved Schwarzenegger og andre bodybuildere, ligesom hans optræden i actionfilm iscenesatte en mandekrop af overdrevne dimensioner.

Under de danske mesterskaber i bodybuilding i 2003 havde Dansk Bodybuilding og Fitness Forbund (DBFF) for første gang valgt at samarbejde med Anti Doping Danmark og lod alle medaljevindere samt enkelte øvrige deltagere teste for dopingstoffer. Ni af 25 prøver blev fundet positive, heraf var de otte fra medaljevindere.

Motionsdoping

Ikke alene bodybuildere tager dopingstoffer som anabole steroider, væksthormon, amfetamin og efedrin. De senere år har medierne omtalt flere sager, hvor helt almindelige mænd tager disse dopingstoffer i forbindelse med fitnessstræning og styrketræning i motionscentre i håbet om at forandre kroppen og blive større og stærkere. Det kan man betegne som motionsdoping, fordi det ofte foregår i forbindelse med træning i motionscentre, og fordi der ikke er tale om konkurrencedeltagelse, men om træning der har til formål at opbygge en større, mere muskuløs og ekstrem slank krop, hvor fedtdepoterne trænes væk for at få musklerne til at blive mere synlige.

Doping er farlig af flere grunde: Stofferne kan give langvarige og livstruende bivirkninger, både fysisk og psykisk. Typiske bivirkninger er ledskader, formindskede testikler, varig mandlig brystudvikling (også kaldet "bitch-tits" eller tæve-patter), hjerte-kredsløbsbelastninger, skader på indre organer som lever og nyrer, hårtab, aggressive anfald og depressive anfald. Hertil kommer at stofferne er dyre og ulovlige, så der er en risiko for at blive involveret i kriminalitet som køb og salg af forbudte stoffer. Desuden har der væ-

Reklamebillede fra det danske månedsmagasin Workout & Fitness nr. 94, april 2004, s. 45. Trykt med tilladelse fra Sport media Aps.



ret eksempler på, at aggressive anfald har ført til voldssager, ofte når alkohol eller narkotiske stoffer tages samtidig med de anabole steroider.

Megareksi

Hos nogle mænd bliver dette ønske om at forandre kroppen med fokus på større muskler til en besættelse af træning, vægt, mad og kroppens udseende. Disse bestræbelser på at "opbygge" kroppen kan være med til at udløse en spiseforstyrrelse, idet styrketræningen sætter fokus på proteinholdig og fedtfattig kost. Desuden synes indtaget af anabole steroider at forstyrre kroppens naturlige stofskifte under perioderne med en steroid-kur.

Tankerne om træningen, maden og om at forandre kroppens udseende og vægt kan hos nogle mænd blive tvangsmæssige og dermed blive vigtigere end alt andet. Ønsket om at blive større og mere mu-

skuløs minder på en omvendt måde om symptomerne ved spiseforstyrrelsen nervøs spisevægring, også kaldet anoreksi. På dansk anvendes udtrykket megareksi i stigende grad for beskrivelsen af disse symptomer hos mænd.

Mange læger, psykologer, psykiatere, forskere, journalister og andre har den stereotype opfattelse, at spiseforstyrrelser kun rammer piger og kvinder. Det kan derfor være dobbelt skamfuldt for mænd at erkende at have en spiseforstyrrelse. Men mænd rammes også af spiseforstyrrelser som anoreksi, bulimi, overspisning og megareksi. Man kan imidlertid ikke konkludere, at alle som tager anabole steroider, eller alle som er optaget af kroppens udseende og vægt, har megareksi. Som ved andre spiseforstyrrelser er megareksi ofte udtryk for dybereliggende psykologiske og følelsesmæssige kriser. Den norske psykiater og ekspert i spiseforstyrrelser Finn Skårderud siger generelt om spiseforstyrrelser:

"At forandre sin krop er en foranstaltning, hvis formål er at fremme selvfølelse og kontrol. Spiseforstyrrelser er ikke kontrol, men "som-om-kontrol", efterligning af kontrol og illusorisk kontrol" (Finn Skårderud i bogen Stærk / svag, København 2002, s. 24-25).

Mere specifikt om mænd fremhæver han: at drenge og mænd oftere end piger og kvinder er overvægtige; at drenge og mænd oftere har været udsat for mobning og

vold; at drenge også udsættes for seksuelle overgreb. Undersøgelser viser, at cirka 30% af alle med spiseforstyrrelser har været udsat for seksuelle overgreb. Omvendt kan man ikke konkludere, at hvis man har været udsat for seksuelle overgreb, så vil man udvikle en spiseforstyrrelse.

De underliggende problemer bliver ofte overset ved spiseforstyrrelser. Det er meget vigtigt at fokusere på selvfølelsen, altså hvordan man tænker om sig selv, ligesom skamfølelsen spiller en meget central rolle for selvhad, selvforagt og utilfredshed med kroppens udseende.

Mediernes fremstilling af mandekroppen

Der har i årevis været stor diskussion blandt forskellige forskere om, hvorvidt mediernes fremstilling af et undervægtigt kvindeideal og i mange tilfælde retoucherede modelfotos har indflydelse på nogle pigers og kvinders problemer med kropsudseende, vægt og spiseforstyrrelser. Denne diskussion kan med rette også føres over på drenge og mænd.

“Vores kultur er først lige begyndt at blive opmærksom på stereotypier om mænd og det, de siger om maskulinitet. Faktisk er det sådan, at hver kvindelig stereotypi almindeligvis har en mandlig stereotypi på slæb” (Susan Bordo i bogen Mandekroppen, København 2000, s. 129). Siden begyndelsen af 1980'erne er mandekroppen blevet stadig mere eksponeret i medierne, eksempelvis i Calvin Klein og Jockey Internationals banebrydende og erotiserede undertøjsreklamer, der talte til både det heteroseksuelle og homoseksuelle blik. Mandekroppen er blevet mere afklædt i reklamerne, og samtidig er den erotiske udstilling blevet tydeligere.

Et populært eksempel på den muskuløse mandekrops betydning som sexsymbol og påvirkning af mandlige kropsidealer i den

vestlige verden er mandestrippergruppen Chippendales. De kunne i 1990'erne og kan stadig fylde haller og koncertsale med klappende, begejstrede – og når sidste tøjstump falder – også skrigende kvinder. Mandekroppen er et sexobjekt, ganske som kvindekroppen er det. Ved sexobjekt menes, at kroppen bliver objektgjort eller tingsliggjort, at kroppen bliver til en “ting”, hvor mennesket bag “tingen”, bag kroppen, er lige gyldig og uden værdi. Mandekroppen er da kun til for at vække kvinders og andre mænds blikke, beundring og begær.

Både Arnold Schwarzeneggers hårdt pumpede muskelhelte i actionfilmene samt stripperne i Chippendale fremstiller stereotype mandefigurer med den overdimensionerede muskuløse krop i centrum.

**Typiske
bivirkninger er varig
mandlig brystudvikling,
hjerte-kredsløbsbelastninger,
skader på indre organer,
hårtab, aggressive anfald
og depressive anfald**

At helt almindelige mænd siden 1980'erne er begyndt at stræbe efter disse uopnåelige kropsidealer, kan netop aflæses i reklamerne. Meget muskuløse mandekroppe bruges i stigende grad til at sælge eksempelvis undertøj (Calvin Klein), parfume (Yves Saint Laurent) og sportsartikler til mænd.

Fitnessmagasiner præsenterer fotos af bodybuildere som angiveligt efter at have tømt store bølter med proteinpulver er blevet meget muskuløse og næsten helt uden fedt på kroppen. Eller som i reklamen fra Workout & Fitness, hvor den muskuløse v-formede overkrop idealiseres og anvendes til at sælge to illusioner: For det første, at det er muligt for alle mænd at forandre kroppen, så den kommer til at ligne reklamen. Her er billedet af overkroppen ifølge denne reklame ikke nok, teksten underbygger budskabet. Den anden illusion er, at også mænd bliver lykkeligere, hvis de får en "perfekt" krop.

Ganske som hos de kvindelige modeller, så skal de mandlige modeller være fedtfri. For at mavemusklene skal kunne ses som "æggebakker" eller "vaskebræt", så må den mandlige model nødvendigvis meget langt ned i kroppens fedtprocent, ligesom musklerne træder tydeligere frem gennem en mørk glatbarberet hud end eksempelvis gennem en hvid eller behåret hud. Disse reklamefotos kan meget vel være retoucherede eller manipulerede i et billedbehandlingsprogram på en computer, før de trykkes i magasinerne, sådan at der på de mandlige modeller fjernes deller, biceps får mere fylde, og der lægges skygger på bryst- og mavemuskulatur, så den træder tydeligere frem.

"Vi lever i et imperium som ikke styres af konger og selv ikke af præsidenter, men af billeder" (Susan Bordo i *Mandekroppen*, København 2000, s. 253).

I virkelighedens verden er mænds kroppe lige så mangfoldige i deres udtryk, højde, vægt, knoglestørrelse, muskulatur, øjenfarve, hårvækst, atletiske evner med videre som kvinders kroppe og udseende er mangfoldige – heldigvis!





"De stakkels piger"

Af Bertill Nordahl
& Gideon Zlotnik

Uddrag af bogen "De stakkels piger" (2004)

Flere og flere piger udsender foruroligende signaler. Flere undersøgelser viser, at antallet af piger med vanskeligheder er stigende, og at deres sundhedsadfærd er blevet mere risikobetonet. Det gælder både i forhold til tobak, alkohol og medicin. Samtidig er deres oplevelse af egen tilstand og tilværelse blevet mere negativ. I 2002 viste en landsdækkende undersøgelse af 6000 9. klassers elevers trivsel, at 7 ud af 10 piger svarede ja til, at de:

*Var angstelige og deprimerede
Havde indsovningsproblemer
Følte at alt var uoverskueligt*

Man kan ikke undersøge alle piger i Danmark, men en del undersøgelser peger på den samme konklusion, nemlig at:

Moderne piger har ondt i livet!

I 2002 ydede Børns Vilkår, BørneTelefonen, cirka 5000 rådgivninger. 71,80% af dem var samtaler med piger. Børns Vilkår har også etableret fem sorggrupper for børn. I 2001 var der 102 børn i disse fem grupper, heraf var 64 piger.

Ungekontakten i Odense melder om 612 henvendelser fra piger og kun 79 fra drenge i 2001. Tallene i 2002 var henholdsvis 518 og 242. Det bekræfter en ny tendens, nemlig at drengene også er begyndt at røre på sig, selvom pigerne fortsat fører.

*Har pigerne virkelig flere problemer?
Eller er piger bare mere villige til at tale om dem?*

*Er pigerne virkelig mere belastede?
Eller er de bare mere åbne?*

Er pigerne reelt i knibe?

Eller er det den moderne måde at være feminin på?

Svaret på alle disse spørgsmål er:

Ja! Pigerne er alt dette!

Her følger en gennemgang af de centrale områder i en moderne piges liv, når det gælder risikoadfærd og mistrivsel:

Misbrugsadfærd

Hvorfor piller Pernille? bliver der spurgt i en reklame for en smertestillende medicin. Et godt spørgsmål, fordi der i stigende grad er problemer med hensyn til både det nødvendige/legale og det uhensigtsmæssige/ulovlige forbrug af smertestillende midler. I aldersgruppen 15-19 år blev næsten dobbelt så mange piger behandlet med receptpligtig medicin i 2001 i forhold til drengene. Pigerne fører især an, når det gælder smertestillende piller. Moderne piger har nemlig ondt i:

Kroppen

Hovedet

Maven

Underlivet (menstruation)

og (underforstået):

I livet!

Nutidens piger ryger og drikker også meget

mere end tidligere. Drengene debuterer tidligere med hensyn til både tobak og alkohol. Men allerede fra 13-årsalderen, hvor der sker en voldsom stigning i alkoholforbruget og dermed forekomsten af fuldskab, drikker pigerne lige så meget som drengene. Det er især forbruget af:

Alkopops og alkoholsodavand,

der tordner frem, navnlig hos pigerne:

Cinzano Five

Sierra Tequila Slammer

Bacardi Rigo

Caribbean Twist

Smirnoff Ice

Campari Mix

Bacardi Breezer

hvor indholdet af alkohol i gennemsnit udgør 5%.

Når det gælder rygevaner, er mønstret det samme:

Drengene begynder først, men pigerne følger hurtigt efter. Uanset hvad, vil det at ryge, drikke og bruge (smertestillende) medicin indeholde en reel risiko for at komme ud på et skråplan eller en glidebane, hvis udgang er betinget af flere individuelle forhold. Men som især vil være negativt for de børn og unge, som i forvejen har problemer med deres:

Kønsidentitet og kønsrolle

Forældre og familie

Skole

Kammerater

Eller er ensomme

Samt parametrene:

Gruppepres

Nysgerrighed

Lysten til at eksperimentere

Der er således tale om en spændvidde fra det uskyldige til det patologiske.

Til misbrugsadfærd hører også det, som i daglig tale omtales som stoffer. Følger de det samme mønster, som gør sig gældende med hensyn til tobak og alkohol? Det vil tiden vise, når de første undersøgelser fremkommer på dette område. Men det vil ikke undre os, hvis de gør!

Kriminalitet

Pigerne er blevet mere kriminelle i de senere år. Ifølge Rigspolitiets kriminalregister, er deres andel af indberetninger om børnekriminalitet begået af børn under 15 år markant stigende. Omkring halvdelen af indberetningerne handler om butikstyveri, mens de resterende lovovertrædelser angår hærværk, stoffer og vold. Det sidste er i kraftig stigning. Antallet af 15-19-årige piger, der er blevet dømt for simpel vold, hvor der ikke bruges redskaber, er vokset fra 34 i 1990 til 131 i 2001. Da antallet af piger i denne aldersgruppe er faldet betragteligt i denne tidsperiode, er stigningen i virkeligheden mere signifikant.

Det kan selvfølgelig diskuteres, om disse tal

er udtryk for, at flere piger udviser voldelig adfærd. Eller om der er tale om flere anmeldelser på grund af ændret holdning. Antallet af afgørelser for at have overtrådt straffeloven i årene 1992-1997, viser hos de 0-15-årige et fald hos drengene og en stigning hos pigerne. Mens der hos de 15-17-årige gør sig en stigning gældende hos begge køn.

Konklusion: *Flere piger på kant med loven!*

Med til billedet hører også et stigende antal af piger med sociale- og skoleproblemer. Her er der tale om de såkaldte:

Vilde piger

som udløser en række foranstaltninger. Herunder et stadig stigende antal anbringelser uden for hjemmet, hvor der for piger i aldersgruppen 13-19 år er sket en stigning på 11% inden for de sidste 5 år. Det interessante her er, at der faktisk er tale om en stigning på mellem 15-20%, når tallet korrigeres for det totale antal piger i denne aldersgruppe.

Selvmutilation

Det stigende antal piger med selvmutilation eller selvskadende adfærd, viser sig først og fremmest i form af at:

Skære sig i maven

Eller på armene.

Alle opgørelser både herhjemme og i udlandet viser en klar og udtalt overvægt af piger i gruppen 15-19-årige, når det gælder selvmutilation. Slagsiden bliver endnu mere markant, når det drejer sig om selvforgiftning.

De forskellige former og grader af selvmutilation er beslægtet med både:

Selvmondsadfærd

Piercing

Tatovering

og kan således være udtryk for en søgen efter:

Identitet

Opmærksomhed

Et råb om hjælp

Selvdestruktion

Piercing og tatovering er eksempler på, hvordan kulturelle fænomener kan kamme over, når de får for meget opmærksomhed og rampelys; nemlig fra små og diskrete forskønnelser (øringer og pynt) til sundhedsfarlige angreb på kroppen. Her taler vi f.eks. om piercinger på:

Øreflipperne

Øjenbrynene

Næsen

Læberne

Tungen

til

Brystvorterne

Navlen

Skamlæberne

Problemet er blevet så stort, at Sundhedsstyrelsen har fundet det nødvendigt at udgive en piece om piercing, fordi det åbenbart ofte finder sted uden nogen form for tilsyn eller kontrol.

Pointe: Det er blevet normalt og legalt at skade sig selv!

Selvmondsadfærd

”Kvinde, dit navn er depression”, er der nogen, der siger. Hertil kan man tilføje:

”Pige, dit mellemnavn er tristhed!”

Det er karakteristisk for den moderne pige, at hun – udover at være fokuseret på sin krop – også er meget optaget af og opmærksom på sit eget stemningsleje. Det kommer bl.a. til udtryk ved, at hun:

Læser om det

Skriver i sin dagbog om det

Samtaler med veninderne om det

Søger råd og vejledning om det

Med andre ord: *Den moderne pige er meget optaget af sit humør!*

Det betyder, at hun derfor også er mere tilbøjelig til at formulere mere eller mindre alvorlige tanker om selvmord. Således viser en række undersøgelser, at cirka 40% af unge mellem 15-24 år har døjet med selvmordstanke. Af disse er de fleste piger og unge kvinder!

Telefonrådgivningen, *Livslinien*, havde 5.136 opkald i 2002. Af disse opkald var 10,6% fra personer mellem 10 og 19 år. Næsten alle samtaler var fra piger! Det er en stigning på 7,4% i forhold til året før. Mens antallet af selvmord i Danmark generelt er faldet i de senere år, så er antallet af selvmordsforsøg hos piger i alderen 15-49 år stigende.

Center for Selvmordsforskning melder om en stigning i både selvmordsforsøg og i forekomsten af selvmordstanke i denne aldersgruppe. Særlig foruroligende er den kendsgerning, at mange af pigerne, som skader sig selv, går alene med deres tanker.

Generelt henvises til, at hvert fjerde dødsfald blandt unge i Danmark skyldes selvmord. Ligesom det betyder, at Danmark indtager førstepladsen i Europa, hvad angår den procentvise andel af dødsfald på grund af selvmord blandt de yngre aldersgrupper.

Konsekvens: *Flere og flere piger underkaster sig behandling for depression.*

Med andre ord: *Lykkepiller er pigepiller!*

Spiseforstyrrelser

Den moderne piges andet mellemnavn er: *Tykke!*

Undersøgelser viser nemlig, at:

*Hver 2. til 3. pige føler sig for tyk
22% af pigerne i folkeskolens ældste klasser er på slankekur
Mens endnu flere overvejer at slanke sig*

Og samtidig: *Hver 10. pige føler sig for tynd*

En undersøgelse af 7-årige piger fortæller, at:

*27% af dem havde overvejet at slanke sig
20% af dem rent faktisk havde forsøgt at gøre det*

Overalt i behandlingssystemet konstateres der en stigning i antallet af spiseforstyrrede piger, ligesom en række rådgivende foreninger melder om markante stigninger i antallet af søgende piger. Mange flere piger end drenge er på slankekur, og deres andel stiger med alderen. Det gælder især inden for bestemte miljøer eller aktiviteter:

Dans, fotomodel, idræt

Ligesom flere piger end tidligere bliver henvist til behandling på grund af spiseforstyrrelser:

*Spisevægring (anoreksi)
Episodisk overspisning (bulemi)
Tvangsspisning (binge eating)*

Ligesom de bliver yngre med hensyn til debutalder.

Alt peger i retning af, at moderne piger lider af en kollektiv angst for at veje for meget og en frygt for at have en forkert form (=fedtfordeling).

Dette understøttes af, at der i disse år i mode- og reklameverdenen er et ideal, som siger, at kvinder skal være radmagre. Derfor mødes nutidens piger overalt af dette kvindeideal, som betyder, at mange piger drives ud i en tvangspræget adfærd, hvor de beskæftiger sig manisk med:

*Krop og udseende
Vægt og kalorier
Fedtprocenter
Afmagringskure
Slankekost*

Faresignal: Der er tale om en angst, som under de rette betingelser kan udvikle sig sygeligt!

Det hører med til beskrivelsen af dette signalement af den moderne pige, at hun dagligt er omringet af en hurtigt voksende slankeindustri, som har en dobbelt rolle, fordi den på en og samme tid både er årsag og virkning. Der går ikke en uge uden, at dame- og kvindebladene og de husstandsomdelte reklameblade, er fyldte med artikler og reklamer, som lancerer det sidste nye inden for slankeindustrien i form af mirakelmidler og kure og kosttilskud.

Morale: I dag er angsten for at blive gravid blevet erstattet af angsten for at være for tyk!

Opmærksomheden samler sig forståeligt nok om den livstruende spisevægring, men der er faktisk flere piger (og drenge) med sundhedstruende overvægt. Hos en repræsentativ gruppe af 11-15-årige børn var der i 2002:

13,9% overvægtige mod 10,5% i 1998

Pigerne har alt i alt bedre kostvaner end drengene, bl.a. fordi de holder øje med vægten, men til gengæld motionerer de mindre.

Med andre ord: *Danske børn er blevet tykkere!*

Samlet konklusion: *Piger har svært ved at finde en levebar balance i forhold til deres krop!*



Behov for et opgør med pillekulturen

Af Michael Andersen

Teksten er oprindeligt bragt i Politiken 17. marts 2002

Problemstillingerne i forhold til doping er komplekse. I medierne er det ofte enkeltsager med fokus på præstationsfremmende midler som sætter dagsordenen, hvilket er både logisk og forudsigeligt. Det er en god - eller snarere en dårlig - historie, når en dansk eliteidrætsudøver testes positiv eller frifindes for brug af EPO i forbindelse med en national eller international sportsbegivenhed. Der er imidlertid meget god grund til også at fokusere på en anden dimension af doping-komplekset, som har fået stadig større betydning for børn og unges idrætsdeltagelse. Det er spørgsmålet om den stigende medicinering af kroppen, som enhver idrætsudøver, træner og leder bør forholde sig aktivt til - hellere i dag end i morgen.

Medicineringen af kroppen er såvel historisk, kulturelt som samfundsmæssig betinget. Og problemstillingen knytter sig tæt til de kropsidealer og sundhedsidealer, som er gældende i samfundet. Inden for den internationale eliteidræt har der udviklet sig en række samarbejdsrelationer mellem de to verdener: "topsporten" og "medicinalindustrien". Medicinske eksperter er blevet ansat til specifikt at søge at forbedre eliteidrætsudøvere og sportsholds præstationer, og eksperterne omkring eliteidrætsfolkene har udvidet grænserne for medicin ved at benytte forskningsresultater til udvikling af dopingpræparater. Selv om en del eliteidrætsudøvere har haft viden om de forskellige præparaters effekt og virkning, samt hvordan man udgår at blive afsløret for brug af dopingmidler, så forudsætter doping i mange tilfælde et tæt samarbejde mellem biologer eller medicinere. Den historiske udvikling - især i udlandet - har entydigt vist, at der eksisterer et udbygget netværk mellem brugere af doping, "vejledere" og distributører. I de seneste 20-25 år er udviklingen på verdensplan blevet betegnet som en "farmakologisk revolution", og den forklarer langt hen ad vejen stigningen i brugen af dopingmidler ved fremskridt i den kemiske teknologi. Medikaliseringen i form af en voksende afhængighed af professionel hjælp og farmakologiske præparater har imidlertid langt fra været isoleret til den voksende anvendelse af

præstationsfremmende midler. Medikaliseringprocessen - eller pillekulturen - præger i stigende grad de vestlige samfunds hverdagsliv, og denne "kultur" sætter sig igennem på en række områder i mange danskeres hverdag. Man søger i stigende grad inden for en række områder, f.eks. alderdom, graviditet, depression og alkoholisme, at "løse" problemerne gennem medicinsk intervention. Både alderdom og graviditet har tidligere været anset for at være normale processer, som ikke - eller kun i meget begrænset omfang - har krævet nogen form for medicinsk behandling. Depression og alkoholisme, som tidligere blev opfattet som menneskelige "svagheder", er også i stigende omfang genstand for medicinsk behandling, ofte i samspil med en psykologisk og/eller social indsats. Derfor kan det også konstateres, at et stigende antal mennesker i det danske samfund anses af et voksende antal professionelle eksperter for at have brug for medicinsk servicering.

I dag er op imod 600.000 danskere ifølge Lægemiddelstyrelsen på nervemedicin på grund af lidelser som angst, depression, søvnbesvær og uro. Især er det foruroligende, at en stærkt stigende andel, som får medicinsk behandling for disse lidelser, er børn og unge. Mere foruroligende er det dog, at forskere mener, at op imod 450.000 danskere, der er på nervemedicin, lige så godt kunne behandles uden piller, f.eks. med samtalerapi. Tillige kan medikamenterne have en række forskellige bivirkninger som afhængighed, angst, hukommelsessvigt og svimmelhed. Desuden er langtidseffek-

terne på vitale organer som hjerne, lever og nyrer ved overdreven brug af antidepressiv medicin ofte ukendt. Endelig tyder meget på, at der ved medicinsk behandling af en del psykiske lidelser er en stor risiko for tilbagefald, og det kan i værste fald ofte ende med livslang medicinering.

En væsentlig forklaring på, hvorfor dette skråplan har indfundet sig, er, at samtaler med bl.a. psykologer er en langt dyrere løsning end den receptpligtige nervemedicin. Ofte kan den medicinske behandling klares for under 10 kroner om dagen, mens en enkelt konsultation hos en psykolog på 45-60 minutter i gennemsnit koster 650 kroner. Psykologhjælpen skal betales af egen lomme, hvis man ikke har været udsat for voldsomme hændelser som invaliditet, alvorlig sygdom eller dødsfald i familien.

**I dag er op imod
600.000 danskere ifølge
Lægemiddelstyrelsen
på nervemedicin på grund af
lidelser som angst, depres-
sion, søvnbesvær og uro**

Selv om man hos den praktiserende læge får valget mellem medicin og psykologbehandling, vælger langt de fleste derfor den billige løsning - nervemedicinen. Som en konsekvens af dette forhold kan det nævnes, at den offentlige sygesikring i år 2000 brugte knap 310 mio. kr. på tilskud til nervemedicin, mens der tilsvarende samme år blev brugt 47 mio. kr. på tilskud til psykolog-

bistand. Det er dog vigtigt at understrege, at ansvaret for det stigende medicinforbrug langt fra alene er lægernes og psykiaternes. Den enkelte må selvstændigt og kritisk vurdere, om det er en god idé at spise masser af f.eks. sovepiller og lykkepiller. Det er ingen sygdom at lide af søvnbesvær eller opleve skuffelser og nederlag i livet, selv om det alt for ofte behandles således.

Pillekulturen har i dag også sat sig voldsomt igennem, når det gælder de unges fester i fritiden. Nye tal fra Sundhedsstyrelsen viser, at forbruget af narkotiske stoffer som f.eks. ecstasy, kokain og amfetamin er vokset markant i de seneste år. Fra 1994 til 2000 er der sket en tredobling af antallet af personer, som har prøvet stoffer i aldersgruppen 16-24 årige. Stoffer som ecstasy, amfetamin og kokain er let tilgængelige i bestemte diskoteksmiljøer, og det er naivt at tro, at disse stoffer ikke hurtigt og nemt kan overføres til andre miljøer, bl.a. inden for motions- og fitnesscentre.

Især i relation til børn og unges idrætsaktivitet er der meget vigtige grunde til at være bekymret over den stigende medicinering af kroppen, f.eks. i relation til helbredelse og forebyggelse af skader. Udviklingen i retning af en mere generel anvendelse af lægemidler blandt raske mennesker er en hårfin balance mellem brug og misbrug. Medicinske præparater kan anvendes til at dulme smerter, dæmpe nervøsitet, sikre nattesøvn, være vågen, kompensere for "dårlige" kostvaner, tage på eller gå ned i vægt - også selvom præparatet ikke står på IOC's officielle dopingliste. Derfor er det naturligvis heller ikke overraskende, at mange "almindelige" idrætsudøvere i stigende grad benytter sig af en række farmakologiske midler. Det er naturligvis et "frit" valg for den enkelte udøver, om man vil spise kosttilskud, lykkepiller eller smertestillende piller, så længe præparaterne ikke står på dopinglisten.

Men i forhold til børn og unge under 18 år bør især forældre, trænere og ledere være meget opmærksomme på, hvilke præparater man spiser, og ikke mindst hvorfor man

spiser det. Det er en kedelig kendsgerning, at der også i dansk idræt er et stort forbrug af kosttilskud. Og det er bekymrende, hvis børn og unge tror, at kosttilskud - f.eks. kreatin - kan være en hurtig genvej til at opnå bedre sportslige resultater eller til at få en flot krop. Internationale undersøgelser har vist, at kreatin har en minimal effekt sammenlignet med varieret kost og optimal træning. Ligeledes viser forskningsresultaterne, at der ikke er dokumenterede bivirkninger, men der findes heller ingen internationale undersøgelser af længere tids brug af kreatin, eller undersøgelser af børn og unge, som har brugt kreatin. Omfanget af brug af kosttilskud blandt danske børn og unge er ukendt, men en undersøgelse blandt børn og unge i Rom viser bl.a., at omkring 10 procent af de 11-13 årige bruger protein- og kreatintilskud. Den italienske undersøgelse viste også, at brugerne af kreatin tager flere vitaminer og mineraler end andre, og at brugen af kreatin meget let kan være det første skridt på vejen til anvendelse af langt farligere lægemidler, som f.eks. anabole steroider.

På samme måde bør ingen undervurdere det psykiske og sociale pres over for en "halv-skadet" 13-17-årig pige eller dreng, som holdkammerater, træner, leder eller forældre kan lægge på ham eller hende ved at anbefale at spille kampen eller deltage i stævnet, "bare" ved at spise nogle smertestillende "gigt-piller" inden konkurrencen. Der er brug for, at trænere og ledere i den enkelte idrætsforening forholder sig meget kritisk, når børn og unge anvender medicin, som er udviklet til syge mennesker - og ikke til raske. Omkostningerne, som børnene og de unge betaler for at deltage for enhver pris gennem (mis)brug af piller, kan blive for store.



Unge og rusmidler

Af Steen Beck, Mag.art.

I Danmark er alkoholforbruget blandt unge det højeste i Europa, og også hvad angår hash, følger vi godt med. Hvorfor er det sådan? Og skal vi bare leve med, at det er sådan – eller se nærmere på de faktorer, der har skabt denne situation og gøre noget ved det?

Senmoderniteten

Rusmidlerne blev for alvor en del af ungdomskulturen i slutningen af 60'erne og har været det siden. Der synes således at være en klar sammenhæng mellem rusmidlerne og det moderne liv, der for alvor kom til Danmark med det norm- og livsstilsopbrud, som ungdomsoprøret indvarslede. Vi lever i dag i et samfund, hvor der er færre og færre regler for, hvordan man skal gøre tingene. Individet har et langt større spillerum end i det traditionsstyrede samfund, hvor overgangen fra barndom til voksenliv var meget styret og voksenkontrolleret. Det er den ikke længere.

Det er fascinerende at være ung i det senmoderne samfund. Meget skal afprøves, og det giver mange unge en følelse af frihed at stå over for mange valg, som man skal lære at navigere i forhold til. Det kan imidlertid også skabe usikkerhed og angst at være et ungt menneske, som i høj grad selv er ansvarligt for sit liv. Ungdommen er så at sige blevet én lang øvelse i at lære at spille sine kort rigtigt i et miljø af integrations- og udstødemekanismer. Rusmidler spiller en rolle i både integrationen og udstødelsen. Det gør dem både dybt fascinerende og livsfarlige.

Den eksistentielle afprøvning

I det senmoderne samfund er det blevet attraktivt at være ung. Mere end nogensinde før er det dynamiske og uafsluttede blevet en kvalitet. Livet går ikke ud på at blive gammel og sat, men at være i bevægelse og holde alle døre åbne i forhold til nye oplevelser, nye identiteter, nye muligheder. At være ung er at kunne begå sig i det, sociologen Zygmunt Bauman kalder 'den flydende modernitet', og for at matche den flydende modernitet må ens identitetsform ikke være for fast, men netop - flydende. Og det vil både dem, der er yngre end de unge og dem, der er ældre end de unge gerne have del i. For de store børn kan det ikke gå hurtigt nok med at blive unge – og ældre gør i stigende grad, hvad de kan med plastikoperationer, hårfarvninger, skilsmisser osv. for at fastholde

deres image som unge, eksperimenterende.

Det er ikke mindst på denne baggrund, at man skal forstå det foruroligende fænomen, at alkoholdebuten de seneste 20-30 år er faldet dramatisk. Mange unge begynder at drikke – og drikke sig fulde – allerede i 12-årsalderen (og tidligere endda), og diverse undersøgelser har vist, at de unge, der begynder tidligt, også er dem, der senere i deres teenageår drikker mest. Et godt bud på, hvorfor det mon er sådan, lyder, at alkoholindtagelse signalerer, at man ikke længere er et 'uskyldigt' barn, som er fremmedstyret, men et ungt menneske som selv bestemmer. Der sker altså noget med ens identitet, når man begynder at drikke: Man bliver sej og myndig – i egne øjne. Begynder man at drikke tidligt, skifter man så at sige til en voksenidentitet (for) tidligt.

Rusen – en social handling

I weekenden vil man til en typisk ungdomsfest og på diverse cafeer og værtshuse finde de førnævnte flydende identitetsformer for fuld skrue. Mennesker bevæger sig afsøgende omkring og taler og griner med folk, de ellers ikke ville tale med. Kommunikationen flyder – og det samme

Alkoholen sætter den enkelte fri til at afprøve en anden identitetsform og andre kommunikationsspil, end vedkommende realiserer til daglig...

gør fadøl, drinks osv. fra baren. Og der er selvfølgelig en sammenhæng. Ungdommens identitetseksperimenter folder sig ud under indtagelse af større eller mindre mængder alkohol. Alkoholen sætter den enkelte fri til at afprøve en anden identitetsform og andre kommunikationsspil, end vedkommende realiserer til daglig, og hermed forbinder det sociale drikkelag sig med noget så elementært som en eksistentiel afprøvning af en anden identitet.

Når man er ung, drikker man stort set altid i en social sammenhæng, og det sker ofte gennem udfoldelsen af nogle 'ritualer'. Når man leger ølstafet, laver gættekonkurrencer eller spiller diverse kortspil, hvor øl og spiritus er involveret, er der tale om en slags rituelle handlinger, hvor øvelsen er at vise, hvor dristig og modig man er i forhold til at tage de våde varer indenbords. Fx handler det i drikkeøvelsen EBBA om at se, hvor meget man kan drikke fra en slange, der skrues op og ned for. Formålet

for den, der drikker af slangen, er at vise, hvor sej man er, og hvor meget man kan hælde indenbords uden at brække sig eller dejse omkuld. Man øver sig så at sige på at blive optaget i de modiges og dristiges orden. Overgangsriter – fx mellem barndom og voksenliv – er en tradition med mange tusinde år på bagen. I traditionelle samfund var sådanne riter imidlertid indlejret i lokale og religiøse traditioner, hvor kulturens voksne regulerede og kontrollerede ritualerne. Dette er ikke tilfældet inden for den moderne ungdomskultur. Unge skaber med deres alkoholriter en anti-struktur i forhold til voksensamfundet. De øver sig på at blive en del af kammeratskabskulturen og ikke en del af 'samfundet' udenfor.

De flydende kommunikationsformer til festen og ritualerne i forbindelse med alkoholindtagelse har selvfølgelig en logisk forklaring. Meget bliver nemmere, når man drikker. Man kommer i en anden tilstand (og hvem ønsker ikke at slippe for sig selv engang imellem?) og kan afprøve sider af sig selv, som man normalt ikke afprøver. Den stille begynder at snakke. Den generte danser pludselig med den person, man længe har ønsket at danse med. Alting går ligesom lidt lettere. I drikkeritualerne bliver det lidt lettere at komme ind i midten af kredsen, for alle kan grine ad det samme, og det normale hierarki mellem de populære og de mindre populære er for en stund afløst af andre spilleregler.

Bagsiden

Men en for voldsom omgang med de fascinerende rusmidler kan også for nogle få problematiske konsekvenser. Det behøver man blot at se på sundhedsudgifterne til behandling af alkoholrelaterede sygdomme for at blive klar over. Den bitre side er, at mange mennesker i ungdomsårene lægger bunden til et stort alkoholforbrug, som gør deres livschancer dårligere end de ellers ville have været. Nogle lægger i ungdomsårene bunden til leverskader og andre fysiske dårligdomme, som kan få store konsekvenser senere. Nogle drikker så meget, at det ligefrem går ud over deres skolearbejde, og dermed får de ikke de kundskaber, som de burde have haft. Hertil kommer at sammenhængen mellem at være sej, drikke og blæse på, hvad de voksne siger, kan være med til at udvikle en 'stemning', fx i skoleklasser, som kan gøre hverdagen træls, simpelthen fordi blandingen af lige gyldighed og træthed mindsker lysten til samarbejde. Den fede stemning i weekenden kan med andre ord skabe en ufed stemning i hverdagen.

Den bitre side er, at mange mennesker i ungdomsårene lægger bunden til et stort alkoholforbrug, som gør deres livschancer dårligere end de ellers ville have været

Det er svært at sige, hvor grænsen mellem forbrug og misbrug går. Der er dog ikke tvivl om, at danske unges førnævnte Europarekord i alkoholindtagelse betyder, at flere end godt er, befinder sig på den problematiske side af grænsen. Det gør de bl.a., fordi den danske kultur er sådan, at vi drikker tit og meget. Det gælder i øvrigt ikke kun unge, men i allerhøjeste grad også voksne. Danskere er så at sige rigtig gode til at finde situationer, hvor vi kan lave en 'time out'. Når vi skal forklare, hvorfor det er sådan, nævner vi vores frisind og vores forestilling om individets ret til selv at bestemme. Sådan får vi en brandert til at rime på frihedsideal! Og noget er der måske om snakken.

Problemet er imidlertid, at denne kulturelle selvforestilling samtidig er med til at svække vores kulturelle sensitivitet i forhold til rusmidlernes skyggesider. Og det bliver sværere og sværere at tale om de problematiske sider uden at fremstå som den store våde fests lyslukker. Som mange i øvrigt har store interesser i. Det gælder fx øl- og spiritusproducenterne, som gerne vil sælge de våde varer, og staten som gerne vil have de rare skattekroner ind (tænk på afgifts-sænkningen på spiritus for ikke så lang tid siden: lavere priser, mere forbrug, resultat: flere skattekroner i statskassen).

Perspektiver

Ifølge den engelske rusmiddelforsker Kevin Brain skaber det moderne forbrugersamfund to forbrugertyper. Den kontrollerede forbruger er i stand til at styre sit forbrug og skelne mellem arbejdets og fritidens

virkelighed, mens den ukontrollerede forbruger nedbryder grænsen mellem de to verdener med fx hverdagsdrikkeri til følge. Denne forbrugertype vil man primært finde blandt mennesker, som er blevet udgrænset i forhold til arbejde og familie, og som derfor ikke længere understøttes af strukturer, der danner forskel mellem hverdags- og festuniverset. Også blandt skoletrætte elever kan man se tendenser til en sådan udskridning. For hvis skolen (den unges arbejde) ikke længere giver mening, hvad giver så mening? I et samfund som bliver mere og mere individualiseret, kan der være endog meget god grund til at undersøge, hvordan man kan opbygge beskyttende miljøer, der styrker den enkeltes mulighed for at udvikle en reflekteret og afbalanceret omgang med rusmidler.

Sådan får vi en brandert til at rime på frihedsideal!

Sådanne mekanismer bør give anledning til, at vi i Danmark diskuterer, hvad vores Europarekord i alkoholindtagelse blandt unge er udtryk for. Det er en diskussion, som forældre må tage med hinanden (hvornår er det fair, at børnene begynder at drikke øl?) og deres børn (hvordan kan man lave rimelige aftaler om disse sager?), som unge må tage med sig selv og hinanden (hvad er 'god stil', og i hvilke sammen-





hænge hører rusmidler til og ikke til?) – og den må føres på ungdomsuddannelserne (hvilken form for rusmiddel- og festkultur ønsker vi at have på skolen?).

LITTERATUR:

Zygmunt Bauman: *Work, Consumerism and the New Poor*, Buckingham 1998.

Kevin Brain: *Youth, Alcohol, and the Emergence of the Post-modern Alcohol Order*, London 2000.

ESPAD 1999

Unge livsstil og dagligdag 2000, Sundhedsstyrelsen og Kræftens Bekæmpelse 2002

Willy Pedersen: *Bittersøtt, Ungdom/sosialisering/rusmidler*, Universitetsforlaget, Oslo 1998.

Steen Beck og Stine Reesen: *Festkultur og rusmidler i gymnasieskolen*, Syddansk universitet 2004.

Hård kost

Mange kosttilskud indeholder stoffer der er på dopinglisten

»Kosttilskud betragtes som et sikkert og lovligt alternativ til doping. Men hvis du tror det, tager du fejl. Du tager endda meget fejl. Men du er ikke den eneste. Millioner af mennesker verden over bruger kosttilskud,« siger Christiane Ayotte, der er canadisk forsker og professor i doping.

»En undersøgelse af 634 forskellige kosttilskud fra 15 forskellige lande viste at 289 produkter var forurenede og indeholdt stoffer der ikke var angivet på pakningen, heraf indeholdt 94 for eksempel testosteron. Men ingen af produkterne var ulovlige. Så længe der ikke er mere end ti procent af stoffet i produktet er det ikke lovpligtigt at oplyse det på emballagen,« siger Christiane Ayotte.

»Det kræver ingen recept at købe kosttilskud og du vælger selv din egen dosis. Det er en farlig kombination,« siger Christiane Ayotte. Ifølge hende er kosttilskud ofte slet ikke nødvendigt. Sportsudøvere kan måske have brug for tilskud i form af vitamin c, jern og kalk. Men det er også alt.

Der er et enormt marked for kosttilskud – farlige produkter eller ej. Bare i USA var der i 1999 eksempelvis en omsætning på 31 milliarder dollars. Men kosttilskud er også nemt få fat i. Et hurtigt klik på nettet og du kan købe spandevise af proteinpulvere, vitaminer og mineraler. Og i supermarkedet kan du finde alverdens kosttilskud ved siden af andre madvarer.

»Det er vigtigt at forbrugere kræver dokumentation. Beder regeringen om regulativer og kontrol. Hvis du bliver taget for doping efter brug af kosttilskud, kan du forsøge at sige at du ikke vidste det, men det ændrer ikke på at du er ansvarlig,« siger Christiane Ayotte.

Danske Gymnastik- & Idrætsforeningers hjemmeside (www.dgi.dk/redaktionen/dui/34-2002/kost.asp)

Arbejdsopgaver

1. Diskuter kropsidealer og mode i historisk perspektiv fra antikken over renæssancen til moderne tid.
2. Diskuter hvorfor kontrollen med kroppen er blevet så betydningsfuld for din generation.
3. Vælg nogle reklamer fra de blade I læser, analyser dem med særlig vægt på de rolleværdier, som reklamerne signalerer.
4. Diskuter hvad I forbinder med henholdsvis feminin og maskulin udstråling.
5. Hvad vil "spiseforstyrrelse" sige? – hvordan vil I som kammerater forholde jer til én, der begynder at vise tegn på spiseforstyrrelse?
6. Hvor sidder din identitet? Diskuter om jeres egen opfattelse af jer selv stemmer overens med gruppens.
7. Hvorfor er alkohol og piller en så væsentlig del af ungdomskulturen, når I samtidig bruger energi på at signalere kontrol?
8. Find billeder (evt. videoklip) af forskellige mandekroppe (bodybuilder, kuglestøder, langdistanceløber/cykelrytter, etc.) og prøv at rangordne dem efter idealer.
9. Udarbejd en spørgeskemaundersøgelse vedrørende mandlige kropsidealer (er der forskelle mellem mænds og kvinders opfattelser af 'den perfekte krop'?)
10. Holdet opdeles i grupper. Hver gruppe tildeles en artikel fra temaet, som de skal formidle til holdet i form af:
 - a) et bundet mundtligt oplæg med følgende indhold
 - problemstilling
 - undersøgelse: dokumentation af problemet, som et samfundsproblem
 - forklaring(er) på udviklingen
 - diskussion af løsninger
 - og/eller*
 - b) et rollespil der illustrerer gruppepres i forbindelse med brug af alkohol/stoffer
 - og/eller*
 - c) et læserbrev i den lokale avis om problemet og krav om at der skal handles fra politisk side.
 - d) gennemføre en undersøgelse af omfanget af misbrug/brug af alkohol/kosttilskud blandt eleverne på skolen.



Idræt og etik
– konsekvenser af doping

**I idræt gælder det kun om at sejre? Eller gør det?
Men man må ikke snyde. Og doping er snyd. Bl.a. derfor
er doping forbudt. Hvorfor er doping snyd? Hvad med løberen
der har bedre sko end konkurrenterne? Er det også snyd? Og hvad
med den skadede fodboldspiller der tager et smertestillende præparat
inden en kamp – er det doping? Og er det overhovedet muligt at opret-
holde et ideal om lighed mellem konkurrenterne? Er doping ikke en logisk
konsekvens af det olympiske motto: altius, citius, fortius? Er den 'rene',
dopingfrie idræt ikke en illusion? Har det øgede antal afsløringer af doping
som konsekvens, at vi har mistet tilliden til idrætten? Eller forventer vi som
tilskuere og seere så ekstreme præstationer af udøverne, at medicinering
og doping er nødvendigt for overhovedet at kunne gennemføre?**

**Etik betyder moral. Debatten om doping tydeliggør en række moralske
dilemmaer i idrætten.**

Doping i et historisk og samfundsmæssigt perspektiv

Teksten er et uddrag af Kulturministeriets hvidbog "Doping i Danmark" (1999)

”Oprindeligt betegner Doping en Foranstaltning, ved hvilken man søger at forøge Ydeevnerne hos Idrætsfolk ved hjælp af stærkt virkende Medikamenter. Nu bruges Ordet om alle Midler, der anvendes under Træning og Konkurrence til at frembringe en øjeblikkelig Forbedring af Idrætspræstationerne. D.v.s., at foruden egentlige Pharmaca som Kokain, Koffein, Benzedrin o.s.v. må man under begrebet Doping henregne Ernæringspræparater, Glukose, Vitaminer, forskellige ugiftige Salte, som F.eks. Fosfater, endvidere ren Ilt, ultraviolet Lys, ja man kunde maaske endog gaa saa vidt at medregne opmuntrende Tilraab til de kæmpende. Seel mener, at man som Doping maa opfatte overhovedet alle Afvigelser fra naturlig Levevis, et Standpunkt, jeg tror, det vil blive lidt svært at opretholde, da man vel ogsaa kan kalde haard Specialtræning og Idrætskonkurrence for Afvigelse fra “naturlig levevis.” (Bøje 1939; 1)

Citatet fra 1939 af professor, dr. med. Ove Bøje, den første idrætslæge i Danmark, kan illustrere usikkerheden omkring, hvad der skal betragtes som doping. En vanskelighed, der har været og stadigvæk er, ved at trække en skarp grænse mellem såkaldt gode og dårlige stoffer og mellem såkaldt kunstige og naturlige stoffer benyttet inden for idrætsudøvelse.

Udtrykket doping stammer fra det hollandske ord “doop”, som betyder “sovs, dyppelse”. I Sydafrika blev ordet brugt,

når boere dyppede brødet i en drik, som stimulerede kroppen under religiøse ceremonier og langvarigt arbejde. I 1889 kom ordet ind i engelske ordbøger som betegnelse for en blanding af opium og narkotiske stoffer til brug for heste. I 1933 blev doping for første gang medtaget i et engelsk sportsleksikon, hvor såvel den medicinske som en moralsk side af begrebet var inkluderet. I dag benyttes ordet som betegnelse for anvendelsen af stoffer, som er fremmede for kroppen eller benyttes i store mængder eller på en særlig måde med det formål at forøge præstationer inden for idræt og sport. I formel, juridisk forstand er der tale om doping i tilfælde af:

“..tilstedeværelsen i den menneskelige organisme af stoffer, der er forbudt i henhold til Den Internationale Olympiske Komites og/eller den pågældende medlemsorganisations internationale liste over forbudte stoffer”. (Danmarks Idræts-Forbunds dopingkontrolregulativ, § 1)

1.1. Doping er ikke et nyt fænomen

Anvendelse af stoffer, som antages at have en præstationsfremmende effekt, er ikke et

nyt fænomen. Sporten var ikke så nobel og ideel tidligere, som man ofte antager. Præstationsfremmende midler er blevet anvendt i sportslignende aktiviteter i mindst 2000 år, selvom vi i dag ved, at effekten af flere af disse metoder og midler var af tvivlsom karakter eller af ringe betydning. I litteraturen henvises der til mange eksempler på, at forskellige midler bliver anvendt i bestræbelsen på at klare sig bedre i konkurrencer.

I det tredje århundrede før vores tidsregning benyttede græske atleter forskellige slags svampe, fordi de troede, det ville forbedre deres præstationsevne. Tilsvarende brugte de romerske gladiatører stimulanser, som gjorde, at de hurtigere kom sig efter en skade. Medlemmer af Inka-folket tyggede på kokablade, når de skulle udføre særligt anstrengende aktiviteter, og vikinger spiste rød fluesvamp, når de skulle i kamp.

Fra 1800-tallet, hvor den moderne sport opstod, er der også mange beskrivelser af sportsudøvers anvendelse af forskellige præstationsfremmende midler, deriblandt stryknin, nitroglycerin, opium, alkohol, kokablade og koffein. Mange af beskrivelserne



er knyttet til cykling og andre udholdenhedsidrætter. Fra 1865 er der rapporter om svømmeres anvendelse af præstationsfremmende midler i deres bestræbelser på at svømme over den engelske kanal. Tilsvarende fortæller kilder også, at bokkere benyttede stryknintabletter, kokain, heroin m.v. Fra seksdagesløbene, som begyndte i 1879, er der mange beretninger om anvendelse af forskellige midler til at forøge præstationssevnen. Det første kendte dødsfald som følge af doping var i 1896, da cykelrytteren Arthur Linton døde under cykelløbet Bordeaux-Paris, formentlig på grund af en overdosis stryknin (Donohoe & Johnson 1986; 4). For en mere udførlig fremstilling af dopinghændelser i cykelsportens historie kan i øvrigt henvises til den danske idrætsforsker Verner Møllers bidrag i hans bog Dopingdjævelen (Møller 1999a; 47-76).

Allerede i 1958 viste en undersøgelse i USA, at en tredjedel af 441 trænere havde personlige erfaringer med stimulerende stoffer

I første halvdel af 1900-tallet var anvendelsen af præstationsfremmende midler også kendt i Danmark. I ovenfor citerede artikel fra 1939 af Ove Bøje skriver han:

“Ved meget langvarige Idrætspræstationer som Seksdagesløb, Langdistancesvømning o.l. gives ofte et lille Glas Spiritus som

Stimulans selv af erfarne Idrætsledere; jeg kender også fremragende Bokkere, der tager et Glas Cognac lige før Kampen for at dæmpe Nervøsiteten med tilsyneladende godt Resultat” (Bøje 1939; 12-).

Indtil midten af 1900-tallet blev anvendelsen af præstationsfremmende midler imidlertid ikke i samme grad som i dag betragtet som illegitimt og blev derfor heller ikke i samme grad fordømt og bekæmpet. Reportager fra fodboldkampe indeholdt undertiden beskrivelser af, hvorledes spillerne brugte stimulanser af forskellig slags, uden at det var ledsaget af kritik eller fordømmelser. En af fodboldens store legender, Jens Peder Hansen, som i 1950'erne og 1960'erne spillede 38 landskampe og 465 førsteholdskampe for sin klub, Esbjerg FB, beretter således om, hvordan han måtte benytte sig af “doping” før en vigtig kamp mod KB:

“Efter adskillige toiletbesøg var der ingen anden udvej end “doping”. Det skete i form af en nervetablet (...). Nervetabletten blev indtaget i enerum. For hvad ville de “menige” ikke sige og føle, når “generalen” var så hundenervøs, at sablen skulle slibes med en nervetablet.” (Hansen 1962; 94)

Doping bliver et problem

Doping er altså ikke et nyt fænomen, men fra midten af 1900-tallet ændrede det karakter. Her er der eksempler på, at idrætsudøvere begyndte at tage medicinske præparater, udviklet til forebyggelse og behandling af sygdomme, i anvendelse. Med sigte på at forbedre idrætsudøveres præstationer blev

der foretaget eksperimenter med og udviklet forskellige midler. Endvidere fremkom der moralske syn på doping i offentligheden, hvorved dopingfænomenet blev problematiseret.

Eksperimenter med præstationsfremmende midler

I mellemkrigsårene voksede interessen for præstationsfremmende midler i den medicinske forskning. Effekten af blandt andet fosfat og benzedrin blev undersøgt. Ove Bøjes artikel fra 1939 vidner om, at der allerede på dette tidspunkt fandtes en omfattende viden om forskellige stoffers virkning. Blandt de grupper af stoffer, præparater og metoder, hvis præstationsfremmende og sundhedsskadelige virkning Bøje gennemgår i artiklen, er "ernæringspræparater" (især kulhydrat), vitaminer og leverpræparater (især fosfat og calcium), alkohol, kokain, koffein og "andre oplivende midler", hormoner samt ekstra tilførsel af ilt og ultraviolet lys.

Efter De Olympiske Lege i Los Angeles i 1932, hvor nogle af de bedste kvindelige idrætsudøvere ikke vandt, fordi de menstruerede på konkurrencedagen, begyndte japanere at arbejde på at udskyde menstruationen ved hjælp af et hormonpræparat, ovariefollikelhormonpræparatet "Pelanin".

Under og efter 2. verdenskrig blev anvendelsen og udviklingen af dopingmidler meget mere systematiseret. Udviklingen af anvendelsen af to af de mest kendte og anvendte dopingpræparater, amfetamin og testosteron, kan illustrere dette.

I 1920'erne blev amfetamin syntetiseret til behandling af blandt andet spontan næseblødning og af børn med alvorlige koncentrationsvanskeligheder. Omkring 2. verdenskrig begyndte især cykelryttere at bruge stoffet. Anvendelsen af amfetamin på dette tidspunkt blandt idrætsudøvere, kan ses i lyset af anvendelsen af amfetamin i militæret under 2. verdenskrig.

I 1920'erne begyndte forskningen i udviklingen og anvendelsen af hormoner. Først eksperimenterede videnskabsfolk med indsprøjtning af ekstrakter af dyre-testikler, og snart begyndte man at udvikle mere forfinede procedurer til ekstraktion og isolering af mandlige hormoner fra urinen. I 1935 lykkedes det at isolere testosteron, give en kemisk karakteristisk deraf og afdække hormonets basale anabole effekt. Kort derefter blev hormonet udviklet i syntetisk form. Allerede i 1936 huserede rygter om, at tyske atleter fik testosteron under deres forberedelse til De Olympiske Lege i Berlin. Ligeledes refererer en række litterære kilder til, at soldater brugte anabole steroider under 2. verdenskrig for at fremme deres aggressivitet under kamp, uden at der dog kan fremføres sikre beviser herfor.

I slutningen af 1940'erne viste en række forsøg med testosteron, at der var en positiv effekt ved at anvende det nye medikament. Det fik snart bodybuildere i USA til at interessere sig for stoffet. I begyndelsen af 1950'erne opnåede de sovjetiske vægtløftere store rekordforbedringer, og det blev forklaret med, at de brugte anabole steroider. Efter verdensmesterskaberne i vægtløftning i 1954, hvor en amerikansk fysiolog fik bevis for de sovjetiske vægtløfters brug af testosteron, begyndte han at eksperimentere med såvel testosteron som dianabol og beskrev resultaterne af disse eksperimenter i tidsskrifter for fysisk træning. Snart spredtes nyheden om disse stoffers effekt til andre styrkekrævende sportsgrene, og trænere og udøvere loypriste helt åbent anvendelsen af anabole steroider.

Det var først i 1950'erne, at testosteron fra såvel mennesker som dyr blev bredere tilgængeligt, og det blev angiveligt i højere

grad taget i anvendelse i sporten, da vægttræning og styrketræning fandt indpas i en række sportsgrene. I begyndelsen af 1960'erne var brugen af anabole steroider givetvis begrænset til sovjetiske atleter og enkelte amerikanske vægtløftere, men i midten af 1960'erne var brugen deraf spredt til alle de styrkekrævende idrætsgrene og til mange andre lande.

Indtil slutningen af 1960'erne var det primært stimulerende stoffer som efedrin og amfetamin, som blev anvendt i dele af eliteidrætten. Sådanne stoffer blev taget i direkte tilknytning til konkurrencer, og dopingkontrol under stævner og konkurrencer kunne være et effektivt middel til afsløring af disse dopingmidler.

I 1960'erne spredtes anvendelsen af anabole steroider yderligere. Effekten af disse midler viser sig først efter en vis tid, og de anvendes derfor under den hårde træningsfase, som går forud for en konkurrence. Kontrol under træning blev således taget i anvendelse.

Ændret syn på doping

Det var først fra slutningen af 1950'erne, at modstanden mod anvendelsen af doping for alvor voksede. Blandt andet angrede flere læger og fysiologer, som havde været med til at anbefale og afprøve dopingmidler, deres handlinger. Samtidig blev de første organisatoriske og politiske initiativer taget til en bekæmpelse af doping:

- I 1959 blev doping for første gang taget op som et væsentligt problem under en sportsmedicinsk kongres i Paris.
- I 1961 nedsatte Den Internationale Olympiske Komité, IOC, en kommission til at se på problemet. Arbejdet førte samme år til en resolution mod doping.
- I 1962 erklærede Europarådet "krig" mod doping, og året efter nedsatte rådet en ekspertkommission, som især var optaget af at få defineret og afgrænset, hvad der





var doping. De første forsøg på at præcisere, hvad doping egentlig var, resulterede i definitioner af doping som brug af stoffer, der er "fremmede for kroppen", "indtages på unaturlig måde" eller "indtages i abnorme mængder" med det formål "at øge præstationsevnen på en kunstig eller unaturlig måde".

- I midten af 1960'erne blev de første nationale initiativer taget i form af kommissioner og lovgivning. Den første antidopinglov blev vedtaget i Frankrig i 1963 og den næste to år senere i Belgien.
- De første dopingtester ved et internationalt stævne gennemførtes af FIFA, det internationale fodboldforbund, ved verdensmesterskaberne i fodbold i England 1966.
- I 1967 udarbejdedes den første liste over forbudte dopingstoffer, og året efter vedtog IOC en dopingparagraf.
- Antallet af dopingtester og afsløringer af doping voksede mod slutningen af 1960'erne, og stadigt flere idrætsudøvere vedkendte sig, at de havde brugt diverse præstationsfremmende stoffer. Under De Olympiske Vinterlege i Grenoble i 1968 gennemførtes de første kontroller, og senere på året under sommerens Olympiske Lege i Mexico gennemførtes 668 tester, hvoraf kun én var positiv. IOC overlod imidlertid ansvaret for kontrollen til de internationale specialforbund. De havde ofte et mere liberalt – og forskelligt – syn på doping, og kontrollen var ikke nødvendigvis standardiseret og ikke altid lige effektiv. Fire år senere under De Olympiske Lege i München i 1972 blev antallet af tester udvidet til 2079, hvoraf syv var positive. De stoffer, som blev sporet, var efedrin, nicotinamid, phenmentrazin og amfetamin. På dette tidspunkt var brugen af anabole steroider ikke forbudt, og i øvrigt fandtes der heller ikke en testmetode til afsløring deraf.

Hvorfor ændredes holdningen til doping?

Men hvorfor ændredes synet på og indsatsen mod doping i løbet af 1960'erne? Den første og nærliggende forklaring er, at selvom doping altid har eksisteret, så blev anvendelsen deraf mere udbredt og havde flere synlige konsekvenser.

Omtalen af flere dødsfald i 1960'erne skabte som en følge af viden om idrætsudøveres anvendelse af præstationsfremmende midler øget opmærksomhed om stoffernes helbredsskadelige virkning. Det gælder omtalen af den danske cykelrytter Knud E. Jensens dødsfald under De Olympiske Lege i Rom i 1960. Dødsfaldet gav stor omtale i tv, der for første gang sendte transmissioner fra De Olympiske Lege. Det samme gælder den engelske cykelrytter Tommy Simpsons dødsfald under Tour de France i 1967.

Allerede i 1958 viste en undersøgelse i USA, at en tredjedel af 441 trænere havde personlige erfaringer med stimulerende stoffer. Kun 7 pct. af trænerne kendte intet til sådanne stoffer. En undersøgelse i 1965 i Belgien viste, at en tredjedel af de professionelle cykelryttere og 23 pct. af amatørerne brugte amfetamin. Tilsvarende viste undersøgelser fra Italien, at halvdelen af de professionelle cykelryttere brugte stimulerende midler (Donohoe og Johnson 1986; 1-17).

Yderligere en forklaring på, at anvendelsen af doping i højere grad blev fordømt og forsøgt bekæmpet fra begyndelsen af 1960'erne, er, at brugen af diverse præstationsfremmende midler blev sammenkædet med den almindelige fordømmelse af brugen af narkotika, som på samme tidspunkt for alvor

blev et samfundsmæssigt problem. Igennem 1950'erne og 1960'erne blev brugen af narkotika i høj grad forbundet med afvigende livsformer og holdninger, som blev opfattet som en trussel mod det etablerede samfund. Holdningen til og bekæmpelsen af narkotika er således præget af denne moralske modstand mod de livsformer, hvor forskellige narkotiske stoffer især fandt indpas.

Den offentlige holdning til og de politiske forsøg på at bekæmpe brugen af narkotika synes at have bemittet af på såvel holdningen til anvendelsen af præstationsfremmende midler som på metoderne til bekæmpelse deraf, deriblandt de forholdsvis strenge straffe. Således tales der ofte om doping-”misbrug” ligesom om misbrug af alkohol og narkotika. Ifølge forklaringen, der jævnfører doping med narkotikamisbrug, skyldtes den øgede problematisering af doping i høj grad frygten for, at doping ville skade idrættens image.

En tredje forklaring er, at sundhedsdimensionen har fået en voksende betydning i idrætten i takt med den øgede fokusering på sundhed i samfundet generelt. Ud fra en sådan synsvinkel skal den voksende fordømmelse og bekæmpelse af doping ses parallelt med, at idrætten skal tjene sundheden. Sundheden er blevet vor tids moralske grund.

Intensivering af dopinganvendelsen og dopingbekæmpelsen

I 1970'erne blev opfattelsen af doping som et problem yderligere forstærket. Frustrationerne i den vestlige verden voksede over de østeuropæiske landes dominans inden for en række idrætsgrene, og mistanken om doping som en af forklaringerne på denne dominans var udbredt.

Ydermere satte jævnlige afsløringer af idrætsstjerner brug af doping fokus på spørgsmålet om udbredelsen af doping. Hver større afsløring har givet ny indsigt i problemets karakter og årsag og har

samtidig givet stødet til en intensivering af bekæmpelsen. Afsløringen af den canadiske sprinter Ben Johnsons brug af anabole steroider under De Olympiske Lege i Seoul 1988 førte således til en stor høring om problemet i Canada. Den såkaldte Toronto-høring. Afsløringerne af, at medicinske og fysiologiske laboratorier i det tidligere DDR i mange år havde arbejdet på at udvikle og systematisere brugen af dopingmidler, gjorde det klart, at doping ikke blot kunne undskyldes med enkelte idrætsudøveres afvigelser fra sportens regler og etik. En række bemærkelsesværdige resultater af kinesiske idrætsudøvere, blandt andet ved De Olympiske Lege i Barcelona 1992 og ved Verdensmesterskaberne i atletik i Stuttgart 1993, samt samtidige afsløringer af brugen af dopingmidler, hvoriblandt 11 kinesiske svømmere blev testet positive ved verdensmesterskaberne i svømning i 1995, rejste ny mistanke om statsstøttet doping. Men de omfattende afsløringer af doping blandt cykelryttere under Tour de France i 1998, som var den direkte anledning til en IOC-konference om doping i Lausanne, februar 1999, viste, at den systematiske udvikling og anvendelse af dopingmidler ikke forsvandt med den kolde krigs ophør.

Anvendelsen af dopingmidler, især muskelopbyggende hormoner, syntes endvidere at have spredt sig til nye idrætsmiljøer, som ikke er knyttet til den traditionelle konkurrencesport og dens organisering. Her tænkes især på kommercielle motions- og helsecentre, hvor motions- og træningsformer som blandt andet styrketræning og bodybuilding har fået stor tilslutning.

Tilsammen har disse aspekter bidraget til en skærpelse af kampen mod doping. Der er sket en udvidelse af listen over forbudte stoffer til at omfatte stadigt flere stoffer, og nye og bedre metoder er taget i anvendelse for at afsløre doping. Endvidere er indført hårdere straffe og en organisatorisk og politisk indsats, såvel nationalt som internationalt, for at bekæmpe doping.

Den moderne olympismes filosofiske grundlag

*Af Pierre de Coubertin,
stifter af den internationale
olympiske bevægelse*

*Radiobudskab fra Berlin
den 4. august 1935
Trykt i Pax Olympia, Berlin
1936*

I min egenskab af grundlægger og ærespræsident for De Olympiske Lege er jeg blevet inviteret til at indlede en serie radioudsendelser om betydningen af De Olympiske Lege. Jeg tager med glæde mod denne æresbevisning, og jeg tror ikke, at jeg kan besvare invitationen bedre her, end ved at fremlægge min oprindelig idé til legene, sammen med det filosofiske grundlag, som jeg har forsøgt at bygge mit arbejde på.

Jeg følger med meget stor interesse, i dette fjerde år af den 10. Olympiade, forberedelserne til den 11. Olympiade. Forberedelserne skrider frem efter en storstilet plan med en perfekt fremstilling af helheden og med en ikke mindre fuldendt omhu i detaljen. Jeg har indtryk af, at hele Tyskland, fra den øverste leder til den mindste skoledreng, brændende ønsker, at 1936-legene må blive nogle af de bedste, som verden nogen sinde har set – og det på trods af, at London, Stockholm, Amsterdam, Los Angeles... allerede har arrangeret sande mesterværker.

Om et år vil påskeklodderne bebude den forestående indmarch på stadion i Berlin af atleter fra alle verdenshjørner. Allerede nu vil jeg takke den tyske regering og det tyske folk for den indsats, de har ydet til ære for den 11. Olympiade.

Det første vigtige træk ved både den gamle og den nye olympiske bevægelse er, at det drejer sig om en religion. Antikkens atlet »ærede guderne« ved at forme sin krop gennem træning, på samme måde som en billedhugger skaber en statue. Den moderne sportsmand ærer på samme måde sit fædreland, sin oprindelse, sit flag. Jeg mener derfor at have

gjort rigtigt i lige fra begyndelsen at knytte en religiøs følelse til den genskabte olympiske bevægelse; en følelse der er påvirket og udvidet af de idéer om internationalisme og demokrati, der præger vor tid, men som alligevel er den samme, som førte de unge grækere til foden af Zeus-altrene i deres stræben efter, at deres kroppe skulle triumfere.

Deraf udspringer alle de kulturelle indslag, som ceremonierne består af i de moderne olympiske lege. Jeg har været nødt til at skaffe anerkendelse for dem, én efter én, over for en almenhed, der mente, at det var alt for teatraliske udtryk, at det drejede sig om unyttige optrin, og at det ikke passede godt sammen med alvoren og værdigheden i internationale sportskonkurrencer. Sportens religiøse idé, *religio athletae*, har kun meget langsomt vundet indpas i konkurrencedeltageres bevidsthed og mange af dem beskæftiger sig endnu kun ubevidst med den. Men de vil forlige sig med den efterhånden.

Det er ikke kun idéerne om internationalisme og demokrati, grundpillerne i et nyt og mere menneskeligt samfund under opbygning i de civiliserede lande, der er interesserede i den olympiske bevægelse; det er også naturvidenskaben. Dens fortsatte fremskridt har givet mennesket nye midler til at udvikle dets krop og hjælpe naturen på vej og genopbygge den; midler til at befri den indespærrede krop fra de nedbrydende lidenskaber, som man hengav sig til under dække af individuel frihed.

Det andet typiske træk ved den olympiske bevægelse er, at den udgør et aristokrati, en elite; men naturligvis et aristokrati med udspring i fuldstændig lighed, eftersom det kun defineres af den enkeltes legemlige overlegenhed, hans muskelmæssige evner til en vis grad multipliceret med hans vilje til træning. Det er ikke enhver ung mand, der er bestemt til at blive atlet. I fremtiden vil man uden tvivl, via en bedre privat og offentlig sundhedstilstand og ved velgen-

nemtænkte forbedringer, kunne nå til i væsentlig grad at øge antallet af dem, der vil være i stand til at modtage en omfattende sportslig opdragelse; det er usandsynligt, at man nogen sinde vil kunne nå til, at det bliver meget mere end halvdelen eller højst to tredjedele af hver generation. I øjeblikket er vi i alle lande langt derfra; men selv om et sådant resultat var opnået, ville det ikke medføre at alle disse unge atleter blev »olympiske«, dvs. i stand til at blande sig i kampen om verdensrekorderne. Det er det, jeg tidligere har udtrykt som den lov, der ubevidst er anerkendt i næsten hele verden: »For at hundrede mennesker skal give sig af med fysisk aktivitet, er det nødvendigt, at halvtreds dyrkersport. For at halvtreds skal dyrke sport, er det nødvendigt, at tyve specialiserer sig. For at tyve skal specialisere sig, er det nødvendigt, at fem er i stand til at udføre fremragende præstationer.«

Det er en utopi at tro, at man kan underlægge idrætten et tvunget system af begrænsninger. Dens udøvere har brug for »frihed til overdrivelse«. Det er derfor, man har givet dem mottoet: *Citius, altius, fortius* – hurtigere, højere, stærkere, mottoet for dem, der vover at stræbe efter at slå rekorder!

Men det er ikke tilstrækkeligt at udgøre en udvalgt skare. En sådan elite må også udgøre et ridderskab. Først og fremmest er ridderne »våbenbrødre«, modige mænd, energiske og bundet til hinanden af bånd, der er stærkere end kammeratskabets almindelige og ellers stærke bånd. Hos ridderen føjes til kammeratskabets grundlæggende idé om hjælpsomhed en idé om kappestrid,

om styrke sat over for styrke for styrkens egen skyld, om ridderlig og til tider heftig kamp. Sådan var antikkens olympiske ånd i sit grundprincip. Det ses let, hvilke umådelige konsekvenser udbredelsen af dette princip vil kunne få inden for de internationale konkurrencer. For fyrre år siden mente man, at jeg nærede illusioner, da jeg ville genindføre dette princip i De Olympiske Lege. Men det har vist sig helt klart, at dette princip ikke blot kan og bør praktiseres ved de højtidelige olympiske fireårs fester, men at det allerede anvendes også ved mindre højtidelige lejligheder. Fra det ene land til det andet har det langsomt, men sikkert vundet indpas. Nu skal princippet også ud til publikum selv, og det er da også allerede ved at ske, f.eks. i Paris under en fodboldkamp den 17. marts i år. Målet er at nå dertil, hvor bifaldet ved sådanne lejligheder – og endnu mere ved De Olympiske Lege – udelukkende gælder den præstation der ydes, uden nogen form for national præference. Alle ensidige nationalfølelser må holde borgfred og så at sige »sendes midlertidigt på ferie«.

Idéen om at holde borgfred er også en vigtig del af den olympiske bevægelse; den er tæt forbundet med begrebet rytme. De Olympiske Lege bør afholdes i en rytme af højeste astronomiske præcision, fordi de angiver det menneskelige forårs fireårsfest og holdes til ære for de nye generationer, der fortsat kommer til. Det er derfor, denne rytme skal overholdes strengt. Som i antikken kan en Olympiade heller ikke i dag fejres, hvis uforudsete omstændigheder stiller sig hindrende i vejen; men hverken rækkefølge eller antal kan ændres.

Hverken barnet eller ynglingen er det samme som det menneskelige forår. I vore dage begår vi en meget alvorlig fejl i mange og måske alle lande ved at lægge alt for stor vægt på barndommen og tillægge den en selvstændighed og give den overdrevne og forhastede privilegier. Man tror, at man på denne måde kan forlænge den periode, hvor der kan skabes resultater. Det stammer fra en fejlagtig forståelse af slagordet »Time is money«, som blev udtryk for ikke en bestemt race eller civilisationsform, men for det amerikanske folk, som dengang oplevede en periode med usædvanlige produktionsmuligheder.

Menneskets forår udtrykkes ved den unge voksne, ham der kan sammenlignes med en fantastisk maskine, som er færdigmonteret og klar til at køre for fuld kraft. Det er til hans ære, De Olympiske Lege skal afholdes, deres rytme overholdes, fordi den nærmeste fremtid afhænger af ham ligesom den harmoniske sammenkædning af fortid og fremtid.

Hvordan skulle han bedre kunne hædres, end ved at der proklameres et midlertidigt ophør af uenighed, diskussion og uoverensstemmelser? Menneskene er ikke engle, og jeg tror ikke, at menneskeheden ville være tjent med, om flertallet blev det. Men han er stærk, ham der er stærk nok til at få sig selv og sine omgivelser til at indstille enhver forfølgelse af egne interesser og enhver hersker- og besiddertrang, selv om de er fuldt lovlige. Jeg ville meget gerne se de væbnede parter afbryde deres kampe midt under krigen for en stund med det formål at afholde loyale og ridderlige sportslege.

Af det, som jeg netop har sagt, kan man slutte, at den sande olympiske helt i mine øjne er den enkelte voksne mand. Skal man så udelukke holdsport? Det er ikke nødvendigt, hvis man anerkender endnu et vigtigt element i både den moderne og den antikke olympiske idé: eksistensen af et Altis, et helligt område. I Olympia foregik mange

begivenheder uden for Altis. Der udfoldedes et livligt fællesliv rundt om det, men det kunne aldrig få lov at komme inden for. Altis selv var som en helligdom, hvor der kun var adgang for den indviede, lutrede atlet, som fik adgang til de vigtigste konkurrencer og på denne måde blev en slags udøvende præst inden for musklernes religion. Netop sådan opfatter jeg den moderne olympiske bevægelse, skabt i et midtpunkt som en slags moralsk Altis, en hellig borg, hvor konkurrencedeltagerne mødes for at kæmpe inden for de mandlige sportsgrene par excellence – de sportsgrene, som sigter på menneskets forsvar og selvbeherskelse, dets magt over farer, elementerne, den dyriske natur, ja over livet selv. Det er gymnaster, løbere, ryttere, svømmere og roere, fægtere og brydere. Og uden om dette Altis findes så alle øvrige former for sportsaktiviteter, som man kunne ønske at arrangere... fodboldturneringer og andre spil, holdsport af forskellig art osv... De vil på den måde være ærefuldt tilknyttede, men i anden række. Dér vil kvinderne også kunne deltage, hvis nogen syntes det var nødvendigt. Personligt bifalder jeg ikke kvinders deltagelse i offentlige konkurrencer, hvilket ikke betyder, at de skal afholde sig fra at dyrke en hel række sportsgrene, men det skal foregå uden at de stiller sig offentligt til skue. Ved De Olympiske Lege bør deres rolle først og fremmest, som i fortidens turneringer, være den at kranse sejrherrene.

Til slut er der et sidste element: skønheden, repræsenteret ved kunstens og åndslivets deltagelse i legene. Kan man overhovedet afholde festen for det menneskelige forår uden at invitere ånden med? Men så dukker det meget påtrængende spørgsmål op, om den gensidige virkning mellem krop og ånd,

om hvad karakter samarbejdet mellem dem skal have.

Der er ingen tvivl om, at ånden dominerer og kroppen skal blive ved med at være dens vasal, men på betingelse af, at det drejer sig om de ypperste kunstneriske og litterære udtryk og ikke de lave udtryksformer, som en stadig voksende tøjlesløshed har tilladt at vokse frem til stor skade for civilisationen, sandheden, den menneskelige værdighed og også internationalt samarbejde.

På baggrund af det ønske, jeg har fået lov til at formulere, véd jeg, at legene ved den 11. Olympiade skal åbnes til tonerne fra den uforlignelige finale af Beethovens niende symfoni, fremført af et fremragende kæmpekor. Intet kunne fryde mig mere, da denne finale lige siden min barndom har begejstret og henrevet mig. Det var som om dens harmonier havde kontakt med det guddommelige. I fremtiden håber jeg, at korværker, der er lige så velegnede til at tolke styrken i ungdommens stræben og glæde, i stadig højere grad vil ledsage sceneriet med de olympiske præstationer. Og på samme måde håber jeg, at historien, ved siden af poesien, vil indtage en fremtrædende plads i de kulturelle arrangementer i tilknytning til legene. Det er naturligt, thi den olympiske idé tilhører historien. At fejre De Olympiske Lege, det er at påberåbe sig historien.

Det er ligeledes historien, der bedst vil kunne sikre freden. At kræve af jordens folkeslag, at de skal elske hinanden, er den rene barnagtighed. At bede dem respektere hinanden er næppe en utopi, men for at respektere hinanden må man først kende hinanden. Verdenshistorien, som den i fremtiden bør formidles under behørig hensyntagen til dens nøjagtige, århundredgamle og geografiske forhold, er det eneste sande grundlag for en sand fred.

Her ved mit livsværks afslutning vil jeg benytte mig af den forestående 11. Olympiade til at sende Dem mine bedste ønsker og tak. Samtidig vil jeg gerne udtrykke min urokkelige tro på ungdommen og på fremtiden!

Voksende adgang til dopingmidler i befolkningen

*Af Inge Kryger Pedersen,
Lektor ved Sociologisk Institut,
Københavns Universitet.
Bragt på www.doping.dk
(2002)*

Ny dopingundersøgelse viser, at en voksende del af den danske befolkning ved, hvorfra de kan skaffe sig forbudte dopingmidler. Især unge mænd har et udbredt kendskab til midlerne. Brugen af dem er dog stadig relativ beskedent og oftest kortvarig.

En ny undersøgelse blandt 15-50 årige danskere tyder på, at muskelopbyggende hormoner er tilgængelige for mere end en tredjedel af den danske befolkning. Tilfældige udsnit af befolkningen har indenfor det seneste tiår jævnligt fået stillet forskellige spørgsmål om doping. Derfor er det nu muligt at konstatere, at viden om anskaffelse af muskelopbyggende hormoner er vokset. 36 % svarer i en Gallup-undersøgelse foretaget for Anti Doping Danmark i 2002, at de kan få fat på sådanne midler, hvor det gjaldt 26 % af befolkningen i 1999.

Det er forbudt at besidde, distribuere eller handle med muskelopbyggende hormoner (anabole steroider). Alligevel mener mange unge, særligt mænd, at de kan skaffe sig disse midler, hvis de ville. 44 % af de adspurgte mænd i den nye undersøgelse svarer, at de kan få fat i disse stoffer, hvor det gælder 28 % af kvinderne. Sammenlignes tallene med en lignende undersøgelse i 1999 er de steget, også blandt de unge. Spørgsmål om brug af dopingmidler, kendskab til andre, der bruger dem, samt holdninger til forskellige dopingspørgsmål har også haft undersøgelsesernes interesse.

Udbredelse

Kun ganske få siger, de selv har erfaringer med muskelopbyggende hormoner. 0,9 % angiver i den nye undersøgelse at have prøvet muskelopbyggende hormoner, hvor det i 1999 var 0,3 %. På grund af usikkerheden ved de små tal kan udviklingen imidlertid ikke konstateres at være hverken faldende eller stigende. Danskere, der angiver at have erfaringer med anabole steroider, adskiller sig ikke fra svenskere og nordmænd i tilsvarende undersøgelser. Muskelopbyggende hormoner er i undersøgelsesernes søgelys, fordi de anses for at

være blandt de "tunge" dopingmidler, der er relativt udbredte og tilgængelige i visse miljøer og sociale grupper. ADD's nye undersøgelse viser ikke overraskende, at unge (2 % blandt de 20-29 årige) og især mænd melder om erfaring med muskelopbyggende hormoner.

Kendskab

Flest blandt de unge mænd svarer, at de personligt kender nogen, som bruger muskelopbyggende hormoner. Det gælder især de, som træner i motions- og fitnesscentre. Undersøgelsen fra 1999 viser, at blandt de 20-24 årige mænd, der træner i motions- og fitnesscentre, mener 61 % personligt at kende brugere af muskelopbyggende hormoner. Blandt de hyppigt trænende er andelen med kendskab til brugere af disse midler næsten ligeså høj blandt kvinderne som blandt mændene.

Køn, alder, men også uddannelse er af størst betydning for, om man angiver at have erfaringer med muskelopbyggende hormoner, eller om man har overvejet at bruge dem eller kender nogen, der bruger sådanne midler. Blandt de lavest uddannede er udbredelsen, åbenheden og kendskabet størst. Bopæl og erhverv har ikke den store betydning.

Holdninger

Anti Doping Danmark har med den nye undersøgelse også været interesseret i at få en pejling på holdninger til forskellige dopingspørgsmål blandt befolkningen. Her er det værd at bemærke, at slip-dopingens løst fortalerne næppe kan hente ammunition til deres argumenter. Stort set alle i undersøgelsen svarer, at de er uenige i, at "doping bør tillades, fordi det er ens eget valg". Holdningen til straffe for idrætsudøvere, der benytter sig af doping, er mindre entydig, da halvdelen er enige eller delvist enige i, at straffene er strenge nok, hvor den anden halvdelen ikke finder straffene tilstrækkelige. De fleste i undersøgelsen mener, at doping er mere udbredt i andre europæiske lande end i Danmark, og næsten alle svarer,

at der "i høj grad" eller især "i nogen grad" bliver gjort mere i dag end tidligere for at kontrollere og forebygge doping.

Unge mænd

Hvorfor det især er yngre mænd, der skiller sig ud på de undersøgte forhold, findes der sandsynligvis mange forklaringer på. Kulturministeriets hvidbogsundersøgelser om doping fra 1999 viser, at 62 % af mandlige brugere af motions- og fitnesscentre trænede med henblik på at blive større. Modsat 88 % af de kvindelige udøvere, der trænede for at blive mindre. Muskelopbyggende hormoner forstærker netop muskel- og vægtforøgelsen ved træning og appellerer i overvejende grad til mandlig forfængelighed og til aktive indenfor styrkekrævende og mandsdominerede idrætsaktiviteter.

At stofferne især af de unge anses for at være attraktive, gør sig også gældende for andre typer af stoffer, eksempelvis euforiserende midler. Det er ikke et ukendt fænomen, at unge generelt er mere åbne overfor at eksperimentere med forskellige medikamenter og måske også har et større netværk, der øger kendskabet til nye midler og fremmer tilgængeligheden af dem. Til gengæld viser de få eksisterende undersøgelser, der er foretaget jævnlige over en årrække, f.eks. i Sverige, at denne "eksperimenterende fase" blandt unge mænd i de færreste tilfælde fører til en længerevarende anvendelse af muskelopbyggende hormoner. Undersøgelser i forskellige idrætsmiljøer herhjemme (Pedersen & Benjaminsen: Doping i den danske befolkning og i danske idræts- og motionsmiljøer, Sociologisk Institut) viser, at den sundhedsskadelige effekt er af størst betydning for, at åbenheden overfor at bruge dopingmidler vender sig til en skepsis.

Sportens ånd og væsen

Af Verner Møller, Cand. mag, Ph.d. ved Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet.

Bragt i Politiken d. 26. august 1998

Efter årets Tour de France, hvor heltene ikke skulle findes blandt rytterne, men blandt toldere og politifolk, er det tid til eftertanke

Da Bjarne Riis, hin mindeværdige dag i 1996, faldt tilbage gennem favoritfeltet for sekunder senere at sætte i et uimodståeligt kraftfuldt ryk væk fra gruppen og fighte sig op ad bjerget Hautacam for at konsolidere sin gule førertrøje, begejstrede han alverdens cykelentusiaster. Herhjemme hensatte præstationen publikum i en tilstand af eufori. Det han gjorde var så koldt, så overlegent og så stor en iscenesættelse af sejren, at også et mere cykelfremmed sportspublikum måtte overgive sig. Dette års Tour de France har været et antiklimaks. Forventningen om igen i år at se et storslået cykeldrama forblev uindfriet, for dramatikken blev flyttet uden for cykelsporten og helterollen overtager af toldere og kommissærer. Pressens vedholdende interesse for ikke ubetydelige fund af dopingmidlet EPO i en Festina-bil fik løbsleder Luc Leblanc til at smide Festina på porten. At han gjorde det nødtvungent er klart, eftersom det ikke alene betød farvel til Frankrigs store håb Virenque, men også til et af feltets stærkeste og mest spektakulære hold med navne som Dufaux, Zülle og verdensmester Brochard. Med Festina ude så det ud til, at alle trusler mod Telekom-holdet med Ullrich og Riis var væk. Heldigvis for løbet viste Casino-mandskabet sig i stand til at angribe. Tidligt med Hamburger og Durand som de ivrigste, senere i bjergene ved især Massi, der erobrede bjergtrøjen og beholdt den, indtil han måtte forlade løbet efter at være blevet taget af politiet for videresalg af dopingmidler. Herefter var der kun Pantani til at holde dette års udgave i live. Med sin storslåede kørsel på etappen til Les-deux-Alpes, knuste han i realiteten Ullrich. Pantani, der havde sat næsten et minut til på den diminutive prolog, var som forvandlet. Enten er han forbløffende cool og eminent til at bluffe, eller også har han en overmenneskelig evne til at køre sig i form. Sådan lød den sportsjournalistiske forklaring på Pantanis spektakulære massakre uden mindste antydning af muligheden for at hans forvandling kunne have noget at gøre med det nye potente dopingmiddel PFC, der giver en markant forbedret iltoptagelse. Midt i alle afsløringer blev

Pantani tilsyneladende gjort til genstand for drømmen om renhed og uskyld: den fair sejr i den rette sportsånd.

En ren sport

Af hensyn til samme drøm blev Riis afkrævet svar på, om han nogensinde havde brugt doping. 'Jeg er aldrig blevet testet positiv, og jeg går ind for en ren sport', svarede han ærligt. Men det var ikke nok. Stik os hellere en løgn og lad os drømme videre om dit livs form i 1996-udgaven, hvor du sønderknupte et felt med folk som nu har indrømmet systematisk brug af EPO gennem flere år. Det var underteksten på det senere: 'Ja eller nej, Bjarne?', hvortil han svarede: 'Nej selvfølgelig har jeg ikke det, ligner jeg måske en junkie'. Dette svar stillede moralens vogtere tilfreds.

Underligt nok for øvrigt, for den forsikrende tilføjelse havde nærmest karakter af selvmål, da Zülle, Dufaux og de andre bekendende dopingbrugere også ser sunde ud. Afgørende var imidlertid, at Riis nu havde erklæret sig 'ren'. Dermed var det på ny muligt at mobilisere naiviteten. 'Problemet' var ikke omfattende og strukturelt, men begrænset til enkelte brådne kar, som skulle bekæmpes. Retableringen af illusionen om den rene dopingfri (cykel)sport var i gang. Spørgsmålet er nu hvorfor denne illusion er så vigtig? Hvad er det i grunden, der gør, at doping opfattes som et særligt problem? Typiske argumenter, der har været fremført, lyder, at doping er unfair snyd, der nedbryder forestilling om konkurrence på lige vilkår. Det er usundt. Det ødelægger sportens identifikatoriske mulighed, hvorfor den i sidste ende bliver uinteressant. Det medfører at det gode eksempel for børn og unge fortabes. Disse argumenter er fælles om at udtrykke bekymring for, at doping underminerer sportsånden, som er forbundet med begreber som sportsmanship og fairness.

Sportens væsen

Sportsånd er en ting, en anden ting er sportens væsen, og det er øjensynligt kun

sportens udøvere, der forstår at forene disse ikke umiddelbart forenelige begreber. For sportsånden knytter sig til det holdningsmæssige. Når idrætsledere og folk uden for sportens verden bekymrer sig om brugen af doping, er det ikke mindst fordi de værdsætter sporten som en karakterdannede eller opdragende faktor. Sportsånden, hyllet i fraser som:

'Tab og vind med samme sind', dyrkes på bekostning af sportens væsen, der viser sig i viljen til sejr og udtrykkes i mottoet: 'Hurtigere, højere, stærkere'. Den aktuelle fordømmelse af dopingbrug ligner i meget fortidens fordømmelse af professionalismisme. I forrige århundrede blev bådsmand nægtet deltagelse i kaproninger, fordi de mentes at have en fordel i kraft af deres profession. Og så sent som i 1960'erne var professionelle fodboldspillere i den hellige amatørismes navn udelukket fra at spille på landsholdet. Siden er holdningen ændret radikalt. Professionalisme i sport er blevet bredt accepteret, og denne forandring er sket, uden at sportsånden har taget ubodelig skade. Fairness og sportsmanship trives stadig. Det ser man aktuelt i cykelsporten, hvor ingen angiver, anklager eller fordømmer hinanden i dopingsager, hvilket undrer udenforstående, der nægter at indse, at rytterne ikke identificerer noget dopingproblem eller opfatter det som moralsk forkasteligt snyd, før de som nu tvinges til det. Og det ikke fordi der mangler moral blandt rytterne, blot hersker der en anden orden. Sportsånden viser sig i en anden kodeks. Man går ikke i udbrud i forplejningszonen, ligesom man ikke stikker af, hvis man opdager, der er defekt. Og hvis


en rytter f.eks. sidder med i et udbrud uden at ville tage føringer, så bliver vedkommende gjort opmærksom på, at de andre finder det uacceptabelt. Man skal have et alibi for ikke at tage sin del af slæbet, ellers stigmatiseres man som baghjulsslikker, og de andre begynder at køre på en.

Vild og ustyrlig

Når sportsånden hyldes af folk, der står uden for selve sportskonkurrencen, er det udtryk for en særlig ideologi, som mobiliserer en vilje til formynderi. Man ønsker sporten, men netop som tjener for et højere formål.

Sporten i sig selv er meningsløs. Dens væsen måske ligefrem farligt. Den skal derfor tøjles og tæmmes. Men sporten er vild og ustyrlig, og som sådan dyrkes den af udøverne. På samme måde som professionalismen er en konsekvens af sportens fascinerende stræben mod stadige præstationsforbedringer, er brugen af stimulanser og præstationsfremmende medikamenter det også. Og spørgsmålet er, om det er så galt endda? I hvert fald er de hidtil fremførte argumenter imod ikke overbevisende. Tydeligvis opfatter cykelrytterne ikke doping som snyd, men som en gavnlig - måske endda nødvendig - medicinering, for at gennemføre hårde etapeløb med sundheden i behold. Allerede med dette viser sundhedsargumentet sig problematisk - hvad det også er af en række andre grunde. Hvis en forudsætning, for at sport kan accepteres, er, at den ikke truer helbredet, har cykelsporten og en række andre yndede sportsgrene under alle omstændigheder et problem. For undersøgelser har påvist, at hård fysisk træning svækker immunforsvaret og øger sygdomsrisikoen. Det er udmærket, at der informeres om risici, men når det er sagt, må man samtidig prise sig lykkelig for, at det endnu er den enkeltes ret at tage vare på sit eget liv og helbred, så vi stadig efter lyst og behov kan dope os gennem dagligdagen med kaffe, sprut og smøger. Hvis man i stedet for sundhedshensynet holder sig til lighedsargumentet, løber

man ind i det problem, at de lige konkurrencevilkår hører en anden tid til. Forskellen i sponsorstøtte etc. har for længst gjort vilkårene aldeles ulige. Og i virkeligheden har der aldrig været tale om lige vilkår, eftersom mennesker af naturen er udstyret med betydelige forskelle i iltoptagelses-evne. En uretfærdighed som dopingbrug kan kompensere for. At sport på grund af doping fremdeles skulle blive uinteressant



Tydeligvis opfatter cykelrytterne ikke doping som snyd, men som en gavnlig - måske endda nødvendig - medicinering...

er vanskelig at tro. Bjarne Riis' målrettede indsats for at vinde Tour de France er et sublimt udtryk for sportens sande væsen. Hvad enten hans fantastiske præstationer er hjulpet på vej af EPO eller alene er blevet til på baggrund af en ihærdig træningsindsats under kyndig træningsvejledning, de var under alle omstændigheder fascinerende... ligesom Pantanis store togt dette år, der for en stund fik os til at fokusere på cykelløbet. Det eneste dopingbrugen truer, er (foruden rytternes helbred) en mådeholden og påpasselig idealisme. Og sporten er anderledes romantisk. Den handler om mod, målrettethed, risiko- og offervilje. I sportens sære univers hersker en særlig generøs ånd.



Doping slører spændingsmomentet

Af Morten Møhlholm Hansen, kommunikationschef i Danmarks Idræts-Forbund og tidligere medlem af Anti Doping Danmarks bestyrelse.

Bragt i Politiken d. 31. marts 2002

Snyderiet er først og fremmest slemt for sporten, fordi doping krænker de regler, der er sat op for at beskytte sportens væsentligste attraktionsmoment: Den gennemskuelige konkurrence, hvor intet er givet på forhånd.

Hvorfor er doping så stor en dødsynd i sportens verden, når rockmusikeres stofmisbrug nærmest glorificeres? Hvorfor udløser idrætsudøveres brug af dopingmidler lange karantæner og offentlig fordømmelse, når vi samtidig lever i et samfund, hvor det at tage lykkepiller, hovedpinetabletter, Viagra, nervemedicin og kosttilskud er en folkelig forlystelse? Både farmaceut Claus Møldrup og idrætsforsker Verner Møller har gjort sig til talsmænd for, at fordømmelsen af dopingbrug inden for sport er helt ude af proportioner. De finder det om ikke i orden så dog forståeligt, at topudøvere har svært ved at stå for fristelsen til at dope sig. Og de forudsiger begge, at sporten snart bliver nødt til at få et mindre dobbeltmoralsk og mere realistisk forhold til dopingbrug. For dopingbruget i sporten er ifølge dem begge kommet for at blive.

Hvordan skulle det være anderledes, når sporten i så ekstrem grad dyrker optimeringen af præstationen, og når sporten samtidig indgår i et samfund, hvor det er blevet mere og mere acceptabelt at skyde 'kunstige genveje'?

Hvorfor i alverden skulle sportens verden være bedre i stand til at holde sig 'pillefri' end alle de andre samfundssektorer? Er det ikke bedst for os alle, hvis sporten bekender kulør og afdramatiserer det dopingbrug, som vel næppe er en større forbrydelse end så meget andet, som foregår i kulturverden og samfundet i øvrigt?

Sportens særegne natur

Hvad Møldrup, Møller og andre kritikere af sportens 'besættelse' af at bekæmpe doping imidlertid ikke synes at have forstået er, at sporten har en helt særegen natur, som adskiller den markant fra andre kulturområder. Doping rammer

sporten i sin hjertekule, fordi den sætter spørgsmålstegn ved hele konkurrencesportens eksistensberettigelse. Derfor bliver det så vigtigt for sporten at bekæmpe doping. Lad mig illustrere konkurrencesportens særegenhed ved følgende sammenligning med musik, litteratur og billedkunst: Inden for musik, litteratur og billedkunst er det slutresultatet - værket - der normalt er alt afgørende. Vi er i princippet fuldstændig ligeglade med, hvordan forfatteren får skrevet sin bog, musikeren får komponeret sit musikstykke og maleren får malet sit billede. Det, der tæller, er selve værket. Vi lever som oftest i total uvidenhed om kunstnerens proces henimod værket. Vi ved ikke, om det tog flere år eller blot en uge at male billedet. Vi ved heller ikke, om forfatteren var igennem en smertelig skilsmisse, eller om komponisten var bedøvet af stoffer. Men vi kender slutresultatet. Det er ene og alene det, vi bedømmer kunstneren ud fra. Anderledes forholder det sig inden for sportens verden. I konkurrencesport er processen henimod slutresultatet mindst lige så afgørende som slutresultatet. Det er det åbne forløb, hvor vi kan følge med i begivenhederne forud for slutresultatet, der er det fascinerende ved sporten. Resultatet af en fodboldkamp eller en skihopkonkurrence er interessant, men

er som oftest ikke nok i sig selv. At få at vide at en fodboldkamp er endt 2-1 vækker med det samme en nysgerrighed efter at vide, hvordan det skete, om sejren var heldig eller fortjent, om spillet var underholdende eller kedeligt, hårdt eller fair m.v. Sporten ville ikke kunne beholde sin tiltrækningskraft, hvis alle sportskonkurrencer blev afviklet som lukkede arrangementer uden tilskuere og mediedækning, og hvor man efterfølgende lakonisk blot formidlede et resultat. I sportens verden kan slutresultatet ikke stå alene, det kan det sagtens i kunstens verden.

Vigtig sammenlignelighed

Når processen henimod slutresultatet er så vigtig inden for konkurrencesportens verden, er det naturligvis vigtigt, at vi er i stand til at kunne følge med i selve konkurrencen om at nå frem til resultatet. Konkurrencesport er derfor bygget op omkring vedtagne objektive regler, således at alle er på det rene med inden for hvilke rammer, at konkurrencen foregår. Sporten er derfor også kendetegnet ved en høj grad af gennemsigtighed og sammenlignelighed. Alle har mulighed for og kan i de fleste tilfælde forholdsvist nemt sætte sig ind i den pågældende idrætsgrens regelsæt for, hvad man må og ikke må, og hvad formålet er med selve konkurrencen. Vi er derfor i stand til at give vores egen engagerede vurdering af, om det nu var retfærdigt, at Brøndby slog FCK på et mål i overtiden. De øvrige kulturområder opererer derimod normalt ikke med objektive love. Der findes

ingen vedtagne regler eller love, der skal overholdes, når man skriver en bog eller maler et billede. Tværtimod er det nogle gange en kvalitet at bryde rammer frem for at leve op til standardiserede normer. Sker det i fodbold, bliver der bare fløjtet for frispark! Begås der et frispark i en fodboldkamp, eller overtræder en længdespringer, kan vi nemlig alle se, at der er sket et brud på et alment accepteret regelsæt, som fordrer en sanktion. Og selv om vi måske er uenige om, hvorvidt der nu også var frispark eller overtrådt, så har vi en fælles synlig oplevelse at diskutere vores uenighed ud fra. Doping derimod er noget, der foregår i det dultede. Det er derfor ikke blot et brud på en vedtagen regel, men også et anslag imod konkurrencesportens ambition om at være åben og transparent. Af samme grund forbyder en række idrætsgrene faktisk en række tekniske hjælpemidler, ligesom der findes særlige regler for, hvorledes racer-cykler, sejlbåde mv. skal være konstrueret. Aftalt spil er i øvrigt på samme måde som doping alt ødelæggende for de præmisser, konkurrencesporten er bygget op omkring. Det er også derfor, at det værste, man kan anklage en idrætsgren for er, at den minder om amerikansk wrestling, hvor forløbet er iscenesat og aftalt på forhånd. Konkurrencesport fascinerer folk på grund af sin uforudsigelighed. Denne uforudsigelighed ødelægges, hvis aftalt spil eller doping bliver et udbredt fænomen. Så mister konkurrencesporten sin særegenhed og 'reduceres' til blot at være et cirkuslignende show.

Et spørgsmål om sundhed

Doping er altså først og fremmest slem for sporten, fordi doping krænker de regler, der er sat op for at beskytte sportens væsentligste attraktionsmoment:

Den gennemskuelige konkurrence, hvor intet er givet på forhånd. Men kunne man så ikke bare give doping fri? Hvis det var tilladt at dope sig, og alle vidste, at udøverne kæmpede imod hinanden med EPO og anabole steroider i kroppen, ville sporten så ikke fortsat være tro mod sine ambitio-





ner om at være åben og gennemsigtig og dermed kunne bevare sin attraktionsværdi? Her er det, at sundhedsargumentet kommer på banen. En frigivelse af doping ville for det første betyde, at alle udøvere ville blive tvunget til at tage stoffer for at kunne klare sig i konkurrencen. De betydelige sundhedsrisici, der er forbundet hermed (især i forbindelse med stoffer som EPO, NESP, anabole steroider m.fl.), er ikke rimelige at påføre alle, der ønsker at kunne gøre sig gældende på konkurrenceplan. Signalgivningen til de unge idrætsudøvere er et andet problem. Elitesport har en ungdomsforbilled-effekt, som vi ikke finder i samme grad i andre kultursektorer. Jo, det er da sandt, at rockmusikere også fungerer som ungdomsforbilleder. Men der eksisterer ingen klar 'regel' i de unges forestillingsverden om, at hvis man vil være en rigtig god musiker, så skal man også bruge stoffer. Sammenhængen mellem præstation og doping er anderledes stærk inden for sportens verden, og en frigivelse af doping vil derfor være et umiskendeligt signal til børn og unge om, at de skal tage stoffer, hvis de vil drive det til noget i sportens verden. Det vil ikke være ønskværdigt. Jeg synes selv, at hysteriet omkring dopingafsløringerne en gang imellem når uanede højder. Men der er - som det forhåbentlig fremgår af det foregående - en grund til, at sportsverdenen reagerer så voldsomt på dopingtilfældene. Måske burde kritikerne af sportens besættelse af dopingproblemet i stedet være glade for, at der er nogle, der forsøger at holde fast i

sportens særegenheder, frem for at kritisere dopingbekæmperne for at kæmpe en håbløs kamp og være ude af trit med samfundsudviklingen. Det kunne jo være, at bestræbelserne på at bevare konkurrencesport som en åben, gennemskelig konkurrenceform uden al for meget pillespiseri kunne virke inspirerende på andre samfundssektorer. Hvem ved?

Doping

Af Sigmund Loland, Dr. Scient, Professor ved Norges Idrettshøgskole.

Teksten er et uddrag af bogen "Idrett og etikk – en innføring" (2002).

Doping illustrerer spesielt godt behovet for et gjennomtenkt syn på idrettsprestasjoner. I det følgende skal jeg se nærmere på doping som etisk problem.

I regelverket til IOK og i utkastet til internasjonale dopingregler som utarbeides av World Anti-Doping Agency (WADA) finner vi formuleringer om at doping bryter med både idrettsetikk og medisinsk etikk. Bruk av midlene og metodene som er nevnt i dopinglista, er strengt forbudt i all idrett. Hvordan kan vi utdype disse generelle formuleringene? Hvilke argumenter synes å være de best begrunnede i diskursen om doping?

Dopingmidler og dopingmetoder påvirker på ulike vis. De kan ha prestasjonsfremmende effekt i selve konkurransene, eller de kan stimulere grunnleggende egenskaper over tid. Eksempler kan være syklisten som under et langt ritt bruker amfetamin for å undertrykke kroppens naturlige trøtthetsfølelse, eller kroppsbyggeren som bruker anabole steroider over tid for å kunne trene hardere og med større effekt.

Dopingmidler samvirker og endrer kroppens biokjemi. Noen midler, slik som anabole steroider, har oppbyggende effekter. Andre midler, som for eksempel betablokkere som senker hjerterytmen, har hemmende (inhibiterende) virkninger. Felles for alle dopingmidler er imidlertid at de først og fremst kan virke på grunnleggende egenskaper som er knyttet til vår biologiske utvikling, slik som styrke, utholdenhet og hurtighet. Ferdigheter som tekniske og taktiske bevegelsesmønstre må vi lære ved trening og samhandling – de kan ikke uten videre manipuleres biokjemisk.

Spørsmålet er om ulikheter som er konsekvenser av dopingbruk, skal telle som relevante eller ikke-relevante i målingen av idrettsprestasjoner. Bør vi søke å eliminere eller kompensere for slike ulikheter, eller bør vi tillate dem? De fleste argumentene i dopingdebatten har å gjøre med fairness, rettferdighet og helse.

Fairness og rettferdighet

Dopingforbudet blir gjerne begrunnet med at doping er unfair. Fairness er som vi har sett en forpliktelse om å følge reglene, og doping er forbudt. Vi omtaler dopingtatte som

jukse­makere. Det er riktig i en forstand fordi dopingbrukere har brutt reglene og (i det minste i de fleste idrettsmiljøer) et etos som forbyr doping. Men argumentet holder ikke som en avvisning av doping. Vi kan ikke begrunne dopingforbudet med å vise til at doping er forbudt. Da argumenterer vi i sirkel. Og hva gjør vi dersom vi trener og konkurrerer i et miljø med et etos som sier at doping er akseptabelt?

Fairness-normen gjelder forutsatt at vi er frivillig engasjert og at reglene er rettferdige. Kan argumenter om rettferdighet gi grunnlag for et dopingforbud? Ikke nødvendigvis. Faktisk er det slik at rettferdighetskrav like gjerne kan peke i favør av legalisering som av forbud. Kan vi vise til at mange, kanskje flertallet, bruker doping i enkelte konkurranser, vil ikke-dopere faktisk ha tapt på forhånd. Regelbryterne får fordeler. Etter avsløringene av den utstrakte dopingbruken i sykkelrittet Tour de France i 1998, har slike argumenter fått nytt liv. Dersom dopingmidler ble legalisert, ville det være opp til hver enkelt utøver å velge. Deltakerne ville konkurrere på like vilkår. Urettferdigheten ville i så fall blitt mindre enn ved et dopingforbud.

Her peker noen på utøvernes rettigheter som moralske aktører (Brown 1984, Tamburrini 2000). Dopingforbudet angår først og fremst voksne utøvere som selv må få bestemme over sitt liv og sin karriere, og selv velge hvilke sjanser de vil ta for å nå sine mål. Spesielt gjelder det utøvere som lever av idretten sin. Ifølge sosiologen Ivan Waddington (2000) er dagens samfunn inne i en medisineringsprosess. Medikamentbruk og forestillinger om helse og uhelse spiller en stadig større rolle i menneskers liv. Mange aksepterer moderat alkoholkonsum for «å skape stemning» i festlig lag, oppkvikkende piller for å klare en hektisk arbeidsperiode, eller slankepiller og plastisk kirurgi for å rette på utseendet. Profesjonelt topputøver utsettes for et sterkt prestasjonspress. Vi kan spørre hvorfor de ikke som andre kan

få utnytte effektive medikamenter for å prestere bedre? Forbudet kan arte seg som formynderi.



**Vi kan ikke begrunne
dopingforbudet med å vise
til at doping er forbudt**

Ved nærmere ettertanke ser vi motargumentene. Forestillingen om å gi individuell frihet ved å oppheve reglene synes forenk­lende. Bruk av rusmidler og prestasjons­fremmende midler i samfunn og arbeidsliv er like mye et resultat av «drikkepress» og krav til produktivitet og effektivitet som av frihetstrang. Og her er faktisk kravene i konkurranseidretten enda strengere. Hvis en utøver bruker doping og det er en all­menn forestilling om at doping er effektivt og avgjørende for en god prestasjon, er det frie valget en illusjon. Skal andre utøvere henge med, framstår doping som et nød­vendig middel. I tillegg krever effektiv bruk av de aller fleste dopingmidler medisinsk ekspertise. Utøverne vil ikke bare utsettes for press, men bli mer avhengige av eksperter utenfra. Vurderinger av konsekvensene av legalisering av doping for andre deler av idretten, er like nedslående. Dersom topputøvere blir kjent for utstrakt doping­bruk, er det god grunn til å to at rekrutter og yngre utøvere vil forsøke det samme. Å legalisere doping kan bety å bevege seg inn i en moralsk risikosone der enkeltutøvere

blir taperne. Det ser ut som det er hensynet til utøverens helse som kan gi den beste begrunnelsen for et dopingforbud.

Helse


I diskusjonen av idrettslig prestasjonsevne har jeg lagt inn formuleringen om at vi ikke bør utsette utøvere for unødig fare. Det er allment kjent og akseptert at omfattende bruk av midler som anabole steroider og EPO innebærer stor helserisiko. Men helseargumentet må utvikles. Konkurransedrett generelt er ikke alltid helsefremmende. I tøffe treningsperioder er risikoen for belastningsskader stor. I konkurranser oppstår akutte skader – faktisk kan enkelte risikoidretter som utfor på ski medføre dødsfall. Hvorfor skal dopingmidler forbys på helsemessig grunnlag når vi aksepterer så mange andre helserisikoer i idretten?

Resonnementene krever en idé om målet med idretten, eller et dypere syn på hva prestasjoner skal dreie seg om. Vi må skille mellom det vi kan kalle relevante og ikke-relevante risikoer. Relevante risikoer tilfører idretten verdi og er integrerte deler av idretten. Ikke-relevante risikoer tilfører ikke verdi – de representerer kostnader. I strenge treningsperioder utvikler utøvere talentet sitt. Målet er prestasjon uten skader. I gode idrettsmiljøer skjer utviklingen på utøverens premisser. Utøver og støtteapparat må være dyktige nok til å finne den rette balansen i treningen og unngå overtrening og skader. Risiko knyttet til intensiteten i konkurransesituasjonen, eller risikofaktorer i idretter som fallskjermhopping, utfor på ski og elvepadling, kan også være relevante. En del av prestasjonen i risikoidrettene er å kalkulere og ta sjanser, og vurderingene ligger hos utøveren.

Min påstand er at dopingbruk representerer en annen type helserisiko. Utøvere og støtteapparat vet at dopingbruk kan gi negative konsekvenser for helsa. De velger likevel doping enten fordi de føler seg presset til det, fordi de mener at «alle andre» gjør det, eller

fordi de er villige til å betale den helsemessige prisen for en eksklusiv fordel dersom ingen andre doper seg.

Likevel ville den beste løsningen vært at ingen brukte dop. Her er skillet mellom egenskaper og ferdigheter viktig. Dopingmidler og metoder påvirker primært grunnleggende egenskaper: styrke, utholdenhet, hurtighet, bevegelighet. Som sagt over: Målet er å påvirke kroppens biokjemi på et eller annet vis. Dopingmidler kan ikke uten videre forbedre en utøvers teknikk eller et lags taktikk. Dette er ferdigheter som må læres ved trening og/eller i samhandling med andre. Dersom alle utøvere settes på samme dopingregime, er lite vunnet. En 100 m sprint blir ikke nødvendigvis mer spennende hvis alle utøverne er dopet og løper 1/10 sekund raskere. En fotballkamp oppleves ikke nødvendigvis som bedre og mer spennende for spillere og publikum selv om alle spillere går på EPO og kan løpe mer. Hvis man har idrettens egenverdi som vurderingskriterium, er altså dopingbruk en ikke-relevant helserisiko.



**Ville det vært etisk
akseptabelt å bruke EPO i
månedene før midlet kom på
dopinglista?**

I sum kan vi si at i en situasjon der alle utøvere bruker doping, slår det moralske regnskapet ut negativt. Idretten og utøverne

vinner lite eller ingenting på dopingbruken. Tvert om utsetter de seg for en helserisiko som er ikke-relevant og unødvendig. Vi ender med en negativ likevekt der alle taper (Breivik 1987). Toppidrettssystemet degenererer.

Skillet mellom relevante og ikke-relevante risikoer bygger på et dypt syn på prestasjoner som et uttrykk for samspillet mellom utøveres spesielle talent, deres egeninnsats og omgivelsene. Vi ønsker utøvere som har innsikt i, kontroll med og ansvar for egne prestasjoner. Er vi enige om et slikt syn, bør dopingmidler og dopingmetoder forbys.

Det betyr ikke at det dype synet gir oss klare svar på alle dilemmaer. I motsetning til det kyniske og det smale synet åpner det dype synet for det vi kaller gråsoneproblemer, der vi er usikre på den etiske statusen til prestasjonsfremmende midler og metoder. Fra et smalt perspektiv kan vi hevde at gråsoner ikke finnes. En prestasjonsfremmende metode er enten lovlig eller ulovlig. Bildet er svart-hvitt. Men slik tenker de færreste, og det holder heller ikke fra et etisk perspektiv. Ville det vært etisk akseptabelt å bruke EPO i månedene før midlet kom på dopinglista? Det dype synet betrakter teknologi som fremmer prestasjonsevnen uten at utøvere har innsikt i og kontroll med prosessene, som mer problematiske enn utøversentrerte midler og metoder. For meg framstår for eksempel bruk av høydehus som mer problematisk enn nye former for teknikktraining som krever innsikt og egeninnsats fra utøveren selv.

Vi trenger en kontinuerlig åpen debatt om hva vi anser som verdifulle, akseptable og ikke-akseptable former for prestasjonsfremming i konkurranseidretten. Vi kan ikke forvente at alle skal bli enige om alle metoder og midler. Men vi kan forvente at alle parter kan begrunne sine valg ut fra mer enn rene strategiske vurderinger om eksklusive fordeler.





Dyb europæisk mistillid til sporten

Af Morten Møllholm Hansen, kommunikationschef i Danmarks Idræts-Forbund og tidligere bestyrelsesmedlem i Anti Doping Danmark samt Søren Bang, redaktør af Danmarks Idræts-Forbunds blad Idrætsliv.

Artiklen er oprindeligt bragt i DIF's blad Idrætsliv (1998)

Gallup: 49 procent af befolkningen i seks europæiske lande tror, at et flertal af professionelle sportsfolk bruger doping. IOC-præsident Samaranch erkender alvoren, men afviser at problemet er så udbredt, som folk tror.

Det står skidt til med den folkelige tro på og opbakning til den internationale eliteidræt.

Det viser en Gallup-undersøgelse, som Idrætsliv i samarbejde med Berlingske Tidende har ladet foretage i Danmark og de fem store europæiske lande – Tyskland, England, Frankrig, Italien og Spanien. Den fælles europæiske opinionsundersøgelse om doping, som er den første af sin slags, afslører en omfattende folkelig mistro til især idrætsgrene som cykling, atletik, svømning og nu også fodbold.

I alle de seks lande er der et markant flertal i befolkningen, som mener, at omfanget af dopingproblemet inden for professionel sport er et alvorligt problem. I Danmark og Tyskland er de hele 85 procent af befolkningen, og selv i Spanien, som er det land, der har det mest "afslappede" forhold til sportens dopingproblemer, ser to tredjedele af befolkningen med alvor på dopingproblemet.

IOC-vicepræsident Jacques Rogge tolker det positivt, at der er bred enighed om, at sporten har et dopingproblem.

"Jeg mener, at det er en god nyhed, at der er et stort flertal, der mener, at doping er et alvorligt problem. Jeg var lidt bekymret for, at der var en vis accept af doping i den brede befolkning, da man efter Tour de France kunne se, at folk hyldede Festina-rytterne."

De europæiske befolkninger tager da også klart afstand fra det forslag, som har været oppe at vende i de seneste måneder, nemlig forslaget om at tillade brug af EPO under lægelig kontrol. Stærkest er modstanden i Danmark og England med henholdsvis 86 procent og 84 procent, som mener, at det fortsat skal være forbudt at tage EPO.

Spanierne er igen de mest ambivalente. 57 procent mener, at EPO fortsat skal være forbudt, men et stort mindretal på omkring hver tredje spanier er klar til at frigive EPO under lægekontrol.

perne. Idrætten synes på vej ud i en krise, hvor tilliden til sporten og dens aktører forsvinder, og undersøgelsen synes at pege på, at publikum ikke har lyst til, at det hele bare er et show med professionelle underholdere.”

Tilliden forsvinder

Cirka halvdelen af befolkningerne i de seks lande mener, at et flertal af professionelle sportsudøvere bruger doping. I Frankrig er mistilliden til den internationale eliteidræt så stor, at hele 69 procent af befolkningen tror, at et flertal af sportsfolkene tager dopingmidler. Så udbredt er mistilliden ikke i de andre lande, men det er tæt på. I Danmark, Tyskland, Italien og Spanien tror cirka halvdelen af befolkningerne, at doping er så udbredt et fænomen, at flertallet af eliteudøvere tager det, mens mistroen i England er noget mindre.

IOC's præsident Juan Antonio Samaranch siger i en kommentar til undersøgelsen: ”Jeg er enig i, at doping er et alvorligt problem for idrætsbevægelsen, men jeg tror ikke, at flertallet af sportsfolk er doped.”

IOC-vicepræsident Jacques Rogge går et lille skridt videre. ”Ingen ved, på hvilket niveau der foregår doping. Men vi kan ikke se bort fra det faktum, at befolkningen tror, at de fleste udøvere snyder. Det er en alvorlig sag.”

Den danske kulturminister Elsebeth Gerner Nielsen hæfter sig ved, at tallene er et udtryk for, at befolkningen har mistet tilliden til sporten:

”Jeg var ikke klar over, at mistilliden er så stor, som det ses her. Dopingundersøgelsen understreger, at der er al mulig grund til også internationalt at tænde advarselslam-



I Italien tror 72 procent af befolkningen, at der er et væsentligt dopingmisbrug inden for fodbold

Fodbolden har fået et problem

Det er især inden for atletik og cykling, at de europæiske befolkninger tror, at der finder et væsentligt dopingmisbrug sted. Begge idrætsgrene bedømmes af befolkningerne, som værende lige så dopingplagede som bodybuilding – om end der er visse variationer mellem landene. Franskmændene og danskerne er de, der nærer færrest illusioner om den professionelle cykelsport.

Som noget nyt synes fodbolden også på vej til at redde sig et dopingproblem på halsen. I Italien tror 72 procent af befolkningen, at der er et væsentligt dopingmisbrug inden for fodbold oven på efterårets dopingafsløringer i italiensk klubfodbold. Men også i de øvrige lande er tallene for fodbold relativt høje. Således tror 61 procent af franskmændene, at fodbold har et væsentligt dopingproblem, 42 procent af englænderne og 40 procent af spanierne. I Danmark er

tallet i løbet af tre måneder næsten fordoblet, nemlig fra 16 procent til 28 procent.

Snyd accepteres ikke

Cykelsportens dopingskandaler er ved at koste sporten rigtig dyrt i form af vigende folkelig interesse. Næsten hver tredje dansker – og hele 42 procent af de cykelsportsinteresserede – angiver, at de har mistet en del af deres interesse for at følge cykelløb. I Frankrig er tallet næsten lige så højt, og selv i Italien, som i år havde Marco Pantani som triumfator af både Giro d'Italia og Tour de France, er interessen vigende.

For Danmarks Idræts-Forbunds formand Kai Holm er denne del af undersøgelsen det mest interessante.

”Det helt overordnede budskab i undersøgelsen er, at folk fatter mindre interesse for idrætten, hvis de får opfattelsen af, at der foregår snyd i en eller anden form. Det budskab skal idrætten tage til sig, hvis idrætten ikke vil save den gren over, som man sidder på.”

Kulturminister Elsebeth Gerner Nielsen deler Kai Holms opfattelse:

”Det afgørende for idrættens bagmænd er, at der er tilskuere og seere til deres begivenheder. Denne her undersøgelse viser, at publikum i stadig mindre grad har tilliden i behold over for idrættens bagmænd, som er enormt afhængige af den offentlige mening.”

Vil fortsat kæmpe for hårde straffe

Den engelske og den danske befolkning skiller sig ud i spørgsmålet om straffelængder – i hvert fald hvad angår strafudmålingen i den konkrete sag om de tre schwei-

...folk fatter mindre interesse for idrætten, hvis de får opfattelsen af, at der foregår snyd i en eller anden form

ziske Festina-ryttere, som hver fik otte måneders karantæne, heraf en måned betinget. I England og Danmark mener et flertal, at rytterne skulle være straffet hårdere, mens der i de øvrige lande er et befolkningsflertal, der finder straffen passende. DIF's formand Kai Holm er ikke overrasket over, at der er forskelle mellem landene.

”Vi vil i Danmark fortsat stå fast på, at sanktioner skal kunne mærkes. Det kan godt være, at vi i bestræbelserne på at få ens dopingregler internationalt bliver nødt til at acceptere lidt kortere udelukkelser end de to år, vi normalt opererer med i Danmark. Men vi må aldrig få tilstande som inden for den internationale cykelsport, hvor korte karantæner lægges i vinterperioden og derfor reelt ikke har nogen afskrækkende effekt på udøverne.”

Ligesom Kai Holm sætter IOC's præsident Samaranch sin lid til, at IOC's verdenskonference om doping i Lausanne i februar kan skabe international enighed om en intensiveret dopingbekæmpelse:

”Vi håber, at der på verdenskonferencen vil komme konkrete handlingsforslag, som både involverer regeringer og sportsbevægelsen, og IOC vil som tidligere påtage sig rollen som koordinator mellem de internationale specialforbund og de nationale olympiske komiteer,” siger Samaranch.



Europæernes syn på doping og idræt

- 1) På det seneste har der været en del debat om brugen af det præstationsfremmende middel EPO inden for professionel cykelsport. EPO bruges til at forbedre en sportsudovers præstation. Det er blevet foreslået at tillade EPO under lægelig kontrol.

Mener de, EPO skal være tilladt under lægekontrol inden for professionel sport, eller mener De, at det fortsat skal være forbudt?

	Danmark	England	Tyskland	Frankrig	Italien	Spanien	Total
Tilladt:	7%	9%	17%	18%	14%	34%	17%
Forbudt:	86%	84%	78%	77%	80%	57%	77%
Ved ikke:	6%	7%	6%	5%	6%	8%	6%

- 2) *I hvilke af følgende sportsgrene tror De, at der forekommer et væsentligt misbrug af dopingmidler?*

	Danmark	England	Tyskland	Frankrig	Italien	Spanien	Total
Atletik:	73%	86%	76%	78%	63%	73%	75%
Bodybuilding:	91%	93%	83%	66%	66%	65%	76%
Cykling:	89%	59%	76%	90%	71%	74%	74%
Fodbold:	28%	42%	31%	61%	72%	40%	48%
Golf:	3%	6%	4%	6%	7%	4%	5%
Svømning:	68%	69%	69%	63%	35%	31%	56%
Ved ikke:	3%	4%	3%	0%	8%	7%	4%

- 3) *Hvilken betydning har dette års dopingafsløringer inden for professionel cykelsport haft for Deres interesse for professionelle cykelløb? Er Deres interesse for professionelle cykelløb blevet større, mindre eller uændret, eller følger De ikke professionelle cykelløb i medierne eller som tilskuer?*

	Danmark	England	Tyskland	Frankrig	Italien	Spanien	Total
Større:	2%	2%	3%	3%	5%	10%	4%
Mindre:	31%	6%	12%	26%	12%	13%	14%
Uændret:	40%	18%	58%	33%	41%	38%	39%
Følger ikke:	26%	73%	26%	38%	41%	37%	41%
Ved ikke:	1%	2%	2%	0%	1%	1%	1%

- 4) *De tre professionelle schweiziske cykelryttere Alex Zülle, Armin Meier og Laurent Dufaux blev udelukket fra professionel cykelsport i 8 måneder efter at have indrømmet brug af doping, blandt andet det præstationsfremmende middel EPO. Af de i alt 8 måneder blev 1 måned gjort betinget. Hvad mener De om den straf, de tre professionelle cykelryttere fik for at have benyttet sig af doping? Mener De, at udelukkelsen skulle have været længere eller kortere, eller finder De denne straf passende?*

	Danmark	England	Tyskland	Frankrig	Italien	Spanien	Total
Længere:	41%	54%	23%	17%	24%	13%	27%
Kortere:	6%	3%	14%	25%	15%	29%	16%
Passende:	40%	35%	57%	50%	47%	39%	47%
Ved ikke:	13%	8%	6%	8%	14%	19%	10%

- 5) *Hvad er Deres holdning til omfanget af dopingproblemet inden for professionel sport? Mener De, det er et alvorligt problem, et mindre problem eller ikke noget problem?*

	Danmark	England	Tyskland	Frankrig	Italien	Spanien	Total
Alvorligt problem:	85%	71%	85%	83%	84%	67%	79%
Mindre problem:	11%	23%	7%	10%	10%	19%	13%
Ikke noget problem:	1%	1%	5%	5%	2%	8%	4%
Ved ikke:	3%	4%	3%	2%	4%	7%	4%

- 6) *Hvor udbredt tror De, at doping er inden for den internationale sportsverden? Tror De, at doping bliver anvendt af alle professionelle sportsudøvere, næsten alle, et flertal, et mindretal, nogle få professionelle sportsudøvere eller ingen professionelle sportsudøvere?*

	Danmark	England	Tyskland	Frankrig	Italien	Spanien	Total
Alle:	2%	1%	3%	6%	7%	2%	4%
Næsten alle:	14%	4%	4%	13%	13%	13%	9%
Et flertal:	37%	21%	42%	50%	34%	28%	36%
Et mindretal:	36%	52%	36%	24%	21%	46%	35%
Nogle få:	6%	16%	11%	3%	18%	2%	11%
Ingen:	0%	16%	11%	3%	18%	2%	11%
Ved ikke:	5%	6%	3%	3%	7%	9%	5%

Undersøgelsen er gennemført af Gallup A/S for DIF's blad Idrætsliv og Berlingske Tidende. Undersøgelsen omfatter et repræsentativt udsnit af befolkningerne i Danmark (1.013 personer over 15 år), England (1.003 personer over 15 år), Tyskland (1.000 personer over 14 år), Frankrig (1.008 personer over 15 år), Italien (1.040 personer over 15 år) og Spanien (1.005 personer over 14 år), der i perioden 30. oktober til 11. november 1998 er blevet spurgt om deres syn på doping og idræt. Gallup A/S har gennemført undersøgelsen i Danmark og har stået for koordineringen af undersøgelsen i de øvrige lande. Audience Selection har gennemført undersøgelsen i England, Sofres i Frankrig, Sofres Abacus i Italien, Dympanel i Spanien og EMNID i Tyskland.

Undersøgelsen eller dele heraf må kun offentliggøres, såfremt Idrætsliv, Berlingske Tidende og Gallup A/S angives som kilde.

**Brian Holm, Smerten - glæden - Erindringer fra et liv på cykel, 2002, side 111-113,
Forlaget Hovedland, Højbjerg 2002, side 111-113**

Note: Dr. Rijkarts tre kategorier af atleter: Den første rører aldrig nogen form for medicin, den anden forsøger sig lejlighedsvis og den tredje arbejder målrettet med doping.

Selvfølgelig har tanken om at hoppe på det store program og forsøge at forbedre mine præstationer ved brug af doping strejft mig. Derfor kontaktede jeg engang min læge for at høre hans syn på sagen, og jeg undersøgte mulighederne for at forbedre præstationerne medicinsk. Men lægen var af den overbevisning, at det var bedre at soignere kroppen med vitaminer, kosttilskud og sund levevis end at gamble med helbredet ved indtagelse af hormoner. Bivirkninger ved hormoner ville, hvis de kom, først vise sig 20 år senere, sagde han. Og derfor var det hans klare mening, at det var nøjagtigt som at tage pant i helbredet. Lægen anbefalede mig i stedet at bruge homøopatisk medicin, hvis jeg havde besluttet mig for, at der skulle noget. Disse produkter skulle injiceres dagligt over 3 uger under etapeløb, og de ville så stimulere kroppens naturlige hormonbalance og hjælpe til, at jeg ikke gik ned. Jeg aner ikke, om de homøopatiske produkter nogensinde hjalp noget, eller om det bare var penge ud ad vinduet. Jeg er overbevist om, at de ikke flyttede bjerge, men der var i hvert fald en slags placeboeffekt. Jeg fik noget, der måske ikke virkede, men alligevel virkede, fordi jeg troede på det.

Svaret på, om der her er tale om doping eller ej, afhænger nok af, hvem der bliver spurgt. Der er tale om en gråzone. De homøopatiske produkter var gennem det meste af min karriere min fortrukne præparation, når der skulle køres hårdt. Produkterne var ikke på den forbudte liste, men hvor etisk korrekt er det at stikke sig med nåle hver dag i tre uger under et Tour de France? Jeg indrømmer gerne, at det i første række ikke var de moralske skrupler ved at benytte ulovlige produkter, der holdt mig tilbage fra at dope mig. Det var først og fremmest ønsket om at bevare helbredet, efter karrieren var slut. Jeg hørte jo ofte fra forhenværende ryttere, at livet først for alvor ville begynde, når karrieren stoppede.





Skal jeg placere mig selv i en af dr. Rijkarts tre grupper, ender jeg nok i den midterste kategori, fordi jeg et par gange benyttede mig af et præparat på dopinglisten for at restituere. Det skete, når jeg var kørt så langt ned til sokkeholderne, som man kun kan blive af at køre fire måneders intensivt cykelløb næsten uden pause. Jeg taler om at være så træt, som mange mennesker ikke oplever at være i hele deres liv. Så træt at hvilepuls om morgenen lå på omkring 60 slag i stedet for de normale 40. Appetitten var forsvundet, man lignede en zombie og kunne ikke huske, hvornår man sidst havde haft morgensvaj på direktøren. Blodprøvernes mange røde tal viste tydeligt, at jeg var alt for langt under de normale grænseværdier. Den fuldstændig nedkørte krop var som en gammel slidt motor, der ikke kunne komme i gang, og det var kun et spørgsmål om tid, inden den brændte sammen for alvor.

Det mest fornuftige og etisk korrekte i den situation ville have været at holde 14 dages pause og komme til hægterne. Men det var ikke nemt midt i sæsonen. Mulighed nummer to var at tage en pille, der kunne spores i 24 timer efter indtagelsen. Sådant en enkelt pille bevirkede, at man på et par døgn kunne komme op på nogenlunde samme niveau som normale mennesker og dermed fungere normalt igen. Det var snyd, ikke fornuftigt og langt fra etisk korrekt, men det var den nemme løsning i sæsonen.

Det er almindelig kendt, at det ikke er sundt at være topidrætsmand, og at man forkorter sit liv ved at gennemføre et Tour de France. I det lys har flere læger sydpå lufttet teorien om, at behersket og kontrolleret medicinsk behandling som for eksempel regulering af testosteron-niveauet burde være tilladt for nedkørte atleter, så længe de normale grænseværdier ikke bliver overskredet. Behandlingen giver ikke nogen fysisk fordel, så man kan køre stærkere, men det ville være sundere for helbredet i det lange løb, påstår lægerne.

Dopingtal

7.040 besvarelser viser følgende andele, som angav at have anvendt midler, der i 1999 var på Den Olympiske Komites dopingliste:

Befolkningen:	0,6%
Brugere fra 15 motions- og fitnesscentre:..	4,7%
Repræsentationsholdsgymnaster:	1,8%
Eliteudøvere fra 14 idrætsgrene:	1,6%
Løbere i Copenhagen Maraton:	1,3%
Licenscykelryttere:	9,4%

Kilde: Lektor Inge Kryger Pedersen og Cand.Scient.Soc.,Pd.d. stud. Lars Benjaminsen, Doping i den danske befolkning og i danske idræts- og motionsmiljøer, Sociologisk Rapportserie 5, 2002, København: Sociologisk Institut; Kbh's Universitet.

Arbejdsopgaver

1. Diskuter: Hvad er doping? Hvor går grænsen mellem brug af kosttilskud, smertestillende midler og egentlig præstationsfremmende midler? Er idræt på eliteplan blevet så krævende at medicinering er nødvendig for at kunne gennemføre?
2. Gennemfør en spørgeskemaundersøgelse (fx på skolen eller i en idrætsklub) hvor I undersøger om de resultater som Inge Kryger Pedersen fremlægger er dækkende.
3. Diskuter i klassen om en kriminalisering af doping ikke bidrager til at gøre doping sundhedsfarligt. Vil en legitim indtagelse af præparater under lægekontrol kunne sikre en 'sund doping'?
4. I de fleste idrætsgrene er der på eliteplan mange penge involveret i form af sponsorer, aktionærer, medier og selvfølgelig også de professionelle udøvere. Vil de mange pengeinteresser ikke i sig selv medføre et voksende pres for at anvende ufine midler til at vinde? Vil kommerialiseringen vinde på bekostning af den rene sport?
5. Lav i et præsentationsprogram en reklamekampagne mod brug af doping. Målgruppen kan være unge idrætsfolk.
6. Lav en reklamekampagne for brug af doping. Målgruppen kan være unge eliteidrætsudøvere.

7. Vælg en idrætsorganisation, en idrætsforening, en cykelklub, et motionscenter eller lignende og undersøg, om den/det har nogle etiske spilleregler i forhold til doping - en officiel dopingpolitik.

En oplagt måde at undersøge organisationens/klubbens/foreningens/motionscenterets dopingpolitik på er, at gå ind på dens/dets hjemmeside. Men hvis dopingpolitikken ikke fremgår af den, så kan du kontakte klubben/foreningen.

Hvis ja, så undersøg, hvad reglerne går ud på. Bliver medlemmer, som bliver taget i dopingkontrollen fx smidt ud? Og hvordan forholder man sig til metoder som til brug af kosttilskud, som fx kreatin?

Hvis nej, så undersøg hvorfor ikke.

Når du har fundet ud af de pågældende etiske regler i forhold til doping, så tag stilling til, om du synes, at de er rimelige eller urimelige.

Argumenter for dit synspunkt.

8. Gennemfør en paneldiskussion i klassen: En gruppe skal argumentere for Verner Møllers synspunkter, mens en anden skal argumentere for Morten Mølholms synspunkter.





Idræt og politik
– magten og doping

Idræt har stor betydning i det moderne samfund. Flotte resultater bidrager til fællesskabs- og nationalfølelse og giver international prestige. Kan jagten på resultater ved OL, VM og EM blive så intens, at statsstøttet doping bliver konsekvensen? At de politiske autoriteter tvinger idrætsudøvere til doping? Eller man simpelthen fra politisk side ignorerer problemet og lader idrætsudøverne være i fred? Er gode resultater og medaljer blevet så betydningsfulde i den internationale kappestrid, at magthaverne helst sætter kikkerten for det blinde øje? Eller kan man af prestigemæssige grunde blive for nidkær og populistisk i jagten på dopingsynderne – så nidkær at selv mindre overtrædelser får livslange konsekvenser for synderne? Og er intens dopingkontrol ikke på kanten af menneskerettighederne? Hvem bestemmer over idrætsudøverens krop?



Doping og Demokratiets krop

Uddrag fra Henning Eichbergs tekst; Doping og Demokratiets krop fra "Demokrati og kropslighed", red. Henning Eichberg, Finn Bygballe og Søren Møller. Gerlev Børnehøjbanke 1999

En af sportens store myter er, at dens resultater bevæger sig "fremad". Mens man ellers i samfundet - undtagen Fremskridtspartiet - overvejende har gjort op med det naive fremskridtsbegreb ("socialt", "politisk", "kulturelt fremskridt"), repræsenterer sporten fortsat "vækst" og "udvikling" som en imagineret bevægelse opad. Sporten gør fremskridtets fremadbevægelse korporligt indlysende. Fremskridtsmytologien har sporten til fælles med teknologien. Også begrebet "teknologisk fremskridt" virker intakt endnu - på trods af Tjernobyl og den økologiske indsigt, at ethvert teknologisk "fremskridt" har sine omkostninger, altså er tilbageskridt på andre planer. Der eksisterer en mytologisk sammenhæng mellem sport og teknologi, der gør det nærliggende at søge teknologisk hjælp for at fremme sportsrekorderne på deres "naturlige" vej frem. Rekorden i sporten går aldrig ned, kun opad. Doping er en teknologi. Da sportens grundlæggende produktionsprincip er fremskridt, bliver doping snarere end dopingbekæmpelse dens logiske konsekvens.

Idrættens stormagter i åbenlys dopingpanik

Af John Idorn, journalist

Artiklen er oprindeligt bragt i PULS, 1/1991

Midt i det almene sammenbrud for socialismen i Østeuropa var den enkeltbegivenhed, der måske får langt størst betydning for idrætten, sammenlægningen af de to Tysklænder.

Det politiske system i DDR døde af alderdom den 3. oktober 1990. Fra da af fik vi den ny stormagt: To af verdens stærkeste idrætslande blev eet. Men begejstringsrusen i Tyskland varede kun en måned. Så sørgede to ugemagasiner for, at doping på ny erobrede rubrikkerne og stillede spørgsmålet: "Er magtens tinde nået ved hjælp af ulovlige midler – og kan positionen forsvares, hvis man får det kontrolapparat, der er nødvendigt?"

Det, der hæver denne sag på et særligt grundlag, er at man for første gang har fået dokumenter for anvendelse af doping i både Øst- og Vesttyskland. For det andet har man mundtlige bekræftelser fra aktive.

Det er ugemagasinerne "Stern" og "Der Spiegel", der har bragt dokumenterne – og anklagerne belaster trænerne, læger og funktionærer helt op til den olympiske præsident, Willi Daume.

Dokumenterne i "Stern" stammer fra DHfK i Leipzig og taler om systematisk anvendelse af anabole steroider gennem 20 år.

For papirenes ægthed i Stern garanterer den østtyske læge, Manfred Höppner, der var vicedirektør i DDR's sportsmedicinske tjeneste i Berlin. Han var desuden den person, der havde det øverste ansvar for eliteidrætten, DDR-socialismens flagskib i kampen for at vinde international anerkendelse. Hovedparten af dokumenterne handler om atletikfolk og svømmere (i alt 145 personer), og der tales om Oral-Turina-bol, et anabol steroid, der blev fremstillet i Jena, DDR.

"Køreplanerne" for de enkelte nævner detaljerede programmer for f.eks. kuglestøderen Ulf Timmermann (vr. 23.06), diskokasteren Jürgen Schult (OL guld 1988), tikæmperne Torsten Voss (VM 1987 og dopingskemaet for forberedel-

sen til hans jun. vr. findes også), Christan Schenk (OL-guld 1988) og længdespringeren Heike Drechsler-Daute. Ifølge dokumenterne begyndte Drechsler allerede i 1981 som 18-årig med 650 mg årligt, så 705 mg og VM-titlen i Helsingfors blev ”sikret” med 835 mg.

Blandt svømmerne nævnes Kristin Otto (seks OL-guld i 1988), og Heike Friedrich (vr. 200 m crawl). Om Kristen Otto fortælles: Som alle andre elitefolk i DDR blev hun testet inden afrejsen til de store begivenheder. Før EM i Bonn viste det sig, at hendes testosteronmængde lå tre gange over den tilladte. Men DDR-planen fungerede: Man vidste præcis, hvor meget den ville falde, og da hun havde vundet 100 m ryg, var hendes prøve negativ.

Det var også fra svømmernes lejr den første bekendelse fra en aktiv kom. Raik Hannemann (EM-sølv i 1989 i 200 m medley) skrev i den ny berlinske boulevardavis:

”Berliner Kurier am Abend”: ”Min træner gav mig Oral-Turinabol fra 1985. Næsten alle i SC Dynamo (finansieret af Stasi) tog noget. Jeg gjorde det, fordi jeg ønskede de privilegier, der fulgte med resultater som bolig, studieplads og bil”.

Hannemann skal måske være glad for at ha’ sit job som journalist. For siden artiklen har han måttet aflevere sin bil, og hans økonomiske støtte på 3000 om måneden faldt væk. Han støttes af den tidligere elitesvømmer Jörg Woithe og kanoroeren Sven Montag, der også blev opfordret til at bruge doping.

Forskning i doping

Baggrunden for uddeling af anabole steroider fra Höppners kontor i Berlin til ca. 140 rundt om i DDR, var skabt ved detaljeret

forskning fra FKS, forskningsinstituttet ved DHfK i Leipzig. Som undergrænse for den daglige dosis nåede man til 5 mg for kvinder og 10 for mænd, mens maksimum for et helt år blev fastsat til 1000 mg for kvinder og 1500 for mænd. Ordet doping blev aldrig anvendt. Det hed ”støttemidler i eliteidræt”. Höppner siger: ”Der var lægelig terapifrihed, og i DDR var der ingen lov, der forbød anvendelse af Turinabol. Vi fulgte præcise kliniske angivelser, og jeg kan ikke acceptere udtrykket ”lægelige kunstfejl”. En læge har ret til at træffe afgørelse, om en idrætsmand hurtigere kan komme over træthedsperioder ved brug af steroider i en farmakologisk tilladt dosis”.

Trykket nedefra og oppefra om resultater var stort, og jeg – med mange kolleger – sagde: ”Vi ved, hvad amerikanerne gør, og hvis vi vil hænge med, er det vejen. Desuden: ”Som idrætslæge havde vi også den bevidsthed, at hvis vi trak os ud af det, ville vi overlade det til medicinske charlataner”. Höppner forsvarede videre systemet med at sige: ”Hos os er ingen idrætsmand blevet til krøbling ved letsindighed. Intet land i verden har haft en bedre pleje af eliteidrætsfolkene, både under og efter karrieren. Vi havde i alt 600 læger under os”.

”Idræt er ligesom politik: Landene kan ved conference blive enige om at begrænse lageret af bestemte våben, men hvert eneste af dem overvejer i det stille, hvordan de kan forbedre den samlede militære styrke”.

I en så centraliseret stat som DDR kunne dette ikke være foregået uden viden og godkendelse fra højeste sted. Det var statslederen, Walter Ullbricht, der i 1968 formulerede sætningen: ”Idrætsfolk er vores ambassadører i træningstøj”. Den blev støt-

tet af en anden fælles østeuropæisk grund-sætning: ”Enhver OL-medalje er et bevis for socialismens fortræffelighed”.

Øverste mand i DDR's idrætsforbund (DTSB) Manfred Ewald sagde i 1987 til de aktive: ”I de kapitalistiske lande bliver der brugt doping i mere ukontrollabel ud-strækning end nogensinde. Derfor må også sportsmedicinen yde sit bidrag hos os. Vi vil udnytte ethvert fremskridt medicinen tager. Det oversættes: ”Brug doping for at kunne besejre klassefjenden”.

Flove vesttyskere

”Der Spiegel” fulgte efter med eksempler fra vesttysk atletik, især om kvindelige løbere. En træner i byen Hamm har givet magasinet dagbøger om anabolika-forbrug hos fire af pigerne, deriblandt hans egen kone.

Det hele blev administreret af klubbens cheftræner Jochen Spilker, med støtte af Wolfgang Thiele, forbundstræner for sprinterne. Thiele blev efter Montreal 1976 anklaget åbenlyst af OL-guldvinderen Annegret Kroninger for at ha’ givet pigerne anabolika uden deres vidende.

Projektet i Hamm faldt sammen i 1989, da den canadiske sprinterpige Angelica Issajenko – som vidne under Ben Johnson sagen – fortalte, at Spilker havde gjort nøje rede for hele sit dopingprogram, og at han var i nær forbindelse med Ben Johnsons træner, Charles Francis.

Spilker flyttede til Dortmund, hvor han blev forbundstræner, men den dag ”Der Spiegel” udkom med sin belastende artikel, fratrådte han sin stilling.

Hukommelsestab

IOC har fra 1. januar 1976 forbudt anabolika.

Ben Johnsons træner, Charles Francis, siger til ”Der Spiegel”: ”Den mest markante bivirkning synes at være hukommelsestab. Der er ikke ret mange af de aktive, der kan huske, at de har brugt det”.

Selvom flere skulle få mod til at stå frem, kan det hele endnu fejes ind under det fællestyske gulvtæppe. Sagen er så enkel, at man i forbundene kun anerkender doping-

”Den mest mar-kante bivirkning synes at være hukommelsestab. Der er ikke ret mange af de aktive, der kan huske, at de har brugt det”

prøver, analyseret i et af IOC's laboratorier som bevis eller en tilståelse fra en aktiv.

De eneste, det hele i så fald går ud over, er de aktive, og værst i atletik. For atletik er det eneste verdensforbund, der diskvalificerer med tilbagevirkende kraft. Da Ben Johnson havde indrømmet i 1989, mistede han også sin verdensrekord fra VM i Rom 1987 på 9,89. Den praksis stimulerer ikke en eneste i atletik til at sige noget, endsiges tale sandt.

Blandt dem, de aktive har anklaget, er også NOK-præsidenten Willi Daume. Han er også formand for Sportshilfe, der giver økonomisk støtte.

Volker Grabow, der er de aktive roeres talsmand, siger i et interview med ”Welt am Sonntag”, den 23. december, at man må have en komplet nyvurdering af situationen for at tørlægge doping-sumpen. ”Willi Daume har massivt blokeret for enhver

doping diskussion i Tyskland. Jeg angriber ham, fordi vi flere gange har siddet sammen bag lukkede døre og diskuteret doping i idræt. Han har vidst om det meste”.

Atletikforbundet besluttede samme dag at gennemføre kontroller for alle aktive i A-gruppen 890 stk.) hver 14. dag. Men når hver prøve koster ca. kr. 1.200,- at få analyseret, vil økonomien hurtigt sætte en grænse. Selv siger Daume: ”Situationen er alvorlig. Den haster også. Men sagen er vanskelig, som det altid er tilfældet, når man kræver nøjagtige beviser”.

Den alvor, der kan komme mest på tale, vil komme udefra. Indenrigsministeren har allerede grebet ind. Minister Wolfgang Schäuble: ”Jeg har altid været overbevist om, at DDR-idrætten brugte doping, men jeg er overrasket over udstrækningen, perfektionen og systematikken. Det overrasker mig også at høre, hvor meget der er foregået i forbundsrepublikken”.

Siden 1976 har den vesttyske idræt lovet myndighederne fire gange at bringe orden i eget hus. Tilliden er svundet. Ministeriet har i stedet nedsat en kommission på fire medlemmer til at undersøge sagen. Formand blev præsidenten for forbundssocialdomstolen Heinrich Reiter. Han får følge af en farmakolog, en ekspert i idrætsjura og en aktiv. Reiter ved ikke selv noget om doping, og har meddelt, at han ikke vil have nogen i kommission, der har haft funktioner i idræt før.

Kommissionen begyndte sin møderække i januar, og ventes at være færdig til juli. Det blev ikke – som nogen havde ønsket – en parlamentarisk nedsat kommission. For en sådan havde vidnerne skullet aflægge ed.

Epidemiske proportioner i doping

En sådan kommission lavede man i Canada, da man var kommet sig af det første chok over, at helten over alle – Ben Johnson havde positiv prøve for anabolika, da han havde vundet OL-guld på 100 m i verdensrekord-tiden 9,79.

Det blev en nærmest hudflettende oversigt





over al canadisk idræt og brug af doping. Ben Johnson er kun én af 140 idrætsfolk, der er blevet diskvalificeret gennem 15 år, men hans udødelighed er sikret som navnet i en klassisk rubrik i idræt.

Det blev det største samlede forhør om doping. I slutningen af juni offentliggjorde kommissionsformanden, dommer Charles Dubin, rapporten over forhøret af de 122 vidner gennem 11 måneder.

Hovedkonklusionen for de 638 sider er: "Doping har nået epidemiske proportioner". Rapporten retter direkte kritik mod IOC og IAAF: "Fejlen ved mange af idrætsorganisationerne er, at de ikke har taget problemet seriøst nok. Den sløvhed har i høj grad bidraget til den udstrakte brug af doping. Men når et tilfælde blev opdaget, var det kun den aktive, der blev straffet. Der blev ikke gennemført undersøgelse af de omstændigheder, der var, og om ansvaret også skulle udstrækkes til at gælde trænere, læger eller funktionærer.

Snyderi er idrættens antitese, men det er ikke selv sygdommen, det er kun et symptom. Det grundlæggende problem er mangel på etiske og moralske værdier. Der er moralkrise i idrætten. Vi står ved en korsvej og må bestemme, om de værdier der engang definerede idrættens mening, stadig har en rolle at spille i idrætssammenhængen af i dag.

To af IOC's læger, Manfred Donike, Vesttyskland og Robert Dugal, Canada havde under ed sagt, at de lige siden ababol-kontrollen blev indført ved OL 1976 havde vist, at prøverne ved stævnerne var ineffektive. "Alligevel", skriver dommer Dubin, "fastholdt man et ydre af ren og fair konkurrence, mens de direkte involverede vidste, at realiteten var en anden".

Østeuropa og USA

Men det var ikke kun de to Tyskland, der havde problemer i 1990. Ved EM i atletik i Split blev to frakendt medaljer: Af 161 prøver var tre positive. Borut Bilac, Jugoslavien mistede længdespringsbronze for gonadotropin (steroid). Wjatcheslav Lycho, Sovjet mistede bronze i kugle for efedrin. Prøven for den kvindelige spydkaster, Felicia Tilfea viste spor af nortestosteron (steroid). Hun blev nr. 9.

Sovjetunionen, der ved nytårsskiftet syntes på vej til et mindre sammenbrud, har haft de største problemer, vurderet efter de tal, der er frigivet der. I 1989 opgav man navnene på godt 260 idrætsfolk, der havde været dopet. Efter Goodwill Games i juli 1990 blev højdespringeren Tamara Bykowa og syvkæmperen Larissa Nikitina spærret to år, og i oktober offentliggjorde "Sowjetski Sport", at uanmeldte dopingkontroller havde fanget 38 idrætsfolk i flere idrætsgrene på tre måneder. Det menes, at 16 var fra atletik.

Samme måned faldt dommen over to amerikanske verdensrekordholdere: Harry "Butch" Reynolds (verdensrekord 43,29 på 400 m i Zürich 1988) blev "fanget" ved et stævne i Monte Carlo den 12. august, og Randy Barnes "faldt i vandet" ved et stævne i Malmö den 7. august. Begge havde spor af anabolika. Barnes, der satte verdensrekord i kugle i foråret med 23,12 forsøgte at klare frisag ved at hævde, at kontrollen i Malmö var kaotisk. Han har desuden nægtet, at der var tale om anabole steroider. Derimod erkendte han, at have taget et medikament mod forkølelse. Det havde rummet efedrin.

Det har givet anledning til en ny teori. I løbet af 1989 diskvalificerede IAAF 31, syv af dem for efedrin, og næsten alle var amerikanere. Ved USA-mesterskaberne i Florida 1988, var der 12 positive prøver. USA's forbund, TAC fandt ud af, at der var begået formelle fejl, og at prøverne under alle omstændigheder kun havde vist spor af efedrin.

Derfor kunne de være med i Seoul. Efedrin giver nemlig kun tre måneders karantæne, men anabolika giver to år. Teorien går ud på, at efedrin måske på en eller anden måde kan sløre nogle af anabolikasporerne.

Det idrætsforbund, der på verdensplan har diskvalificeret flest topfolk, er vægtløftningen. Efter at to guldmedaljer var mistet i Seoul, trak Bulgarien hele sit vægtløftningshold hjem.

Steroidprofil

Nu har IWF som det første forbund i verden indført en ny kontrol metode, udviklet af professor Manfred Donike – den førende, officielle leder af instituttet for biokemi på idrætshøjskolen i Köln

Nu skal der tegnes en steroidprofil af enhver aktiv. Grundidéen er, at ethvert menneske ifølge biologiske love selv producerer anabole steroider, og at de igen nedbrydes i kroppen.

Hvis steroiderne tilføres kunstigt, stopper kroppens egenproduktion. Det kan måles. Den metode kan påvise kunstigt tilførte steroider op til tre måneder med sikkerhed og i nogle tilfælde op til et halvt år.

Metoden har minus'er: Den viser kun, at der er "noget" i kroppen, som ikke bør være der, men ikke hvad. Og dopingreglerne kræver, at en analyse skal vise hvad og hvor meget af det ulovlige, der findes. Donike siger: "Så må forbundene ændre deres regler". Noget tyder på, at man må overveje at følge vægtløfterne. Med Donikes metode fangede man 57 tidligere på året. De fik startforbud ved VM i Budapest i november, men blev ikke straffet, fordi metoden først blev officiel fra 1. november. - Ved VM var ingen prøver positive.

Som det står ved årsskiftet, synes det at være økonomien, der i høj grad vil afgøre udviklingen. Alene i det ny altskye forbund bliver op mod 500 aktive berettiget til økonomisk støtte. Hvis der skal gennemføres blot én test af hver på årsbasis, bliver det over 5 millioner kr.

"Der er vi ved grænsen af skatteydernes to-

lerance", siger professor Wildor Hollmann, præsident for sportsmedicinernes verdensforbund – "og i de fattige lande i den tredje verden er den udgift utopisk".

Bag den aktive står den ambitiøse træner, nogle skrupelløse læger og rejsesyge ledere

"Firebanden"

Holdningerne til problemet strækker sig fra englænderen Sebastian Coe, der siger: "Doping svarer til mærkede kort i poker. Straffen skal svare til forbrydelsen at krænke idrættens ånd og natur. Karantæner skal være livsvarige" til Höppner der siger: "Frigiv anabole steroider til lægekontrolleret forbrug. De millioner, der bruges til hele kontrolapparatet, er meget bedre anvendt til kræftforskning".

Måske når man frem til, at også andre end de aktive skal straffes, for der er tale om en "firebande". Bag den aktive står den ambitiøse træner, nogle skrupelløse læger og rejsesyge ledere.

Eliteidræt er et produkt af et industrialiseret samfund. Begge steder går man efter rekorder i produktionen.

Så længe der er eliteidræt, så længe vil der eksistere doping. Med tanke på de store penge, der er at tjene, vil der altid findes den, der trods de strengeste kontroller og straffe vil forsøge at snyde.

EPO-testen drejer sig ikke om Bo Hamburger

*Af Rasmus Damsgaard,
lege, Ph.d. Tidligere leder
af Anti Doping Danmarks
oplysningssekretariat*

*Bragt i Politiken d. 30 maj
2004*

EPO-testen drejer sig ikke om Bo Hamburger. EPO-testen drejer sig om idrætspolitikernes manglende vilje og lyst til at udnytte testens enestående potentiale til at afsløre idrætsudøvere på EPO. Og nu er tiden ved at rinde ud.

Den sidste uges debat om Bo Hamburgers EPO-værdier sætter endnu engang fokus på EPO-testen. I journalisternes jagt efter skalpe forsøger de at personificere problemet med tolkningen af EPO-testens værdier og anvendelighed. Og det er spild af tid, for EPO-testen kan sagtens svare for sig selv.

I forhold til Bo, som nærmest dagligt er i udbrud i "Giroen", så er EPO-testen nærmest gået i stå. Hvis idrætten fortsat vælger at sats på en test, som er gået i stå, så taber idrætten og dens tilhængere kampen mod EPO. De bliver bedraget og ført bag lyset af en test, som de troede ydede det maksimale. Men det gør testen langt fra. Og det er idrætspolitikernes skyld.

Hvis sporten skal vinde, så kræver det, at EPO-testens sportsdirektører (læs World Anti Doping Agency) tør tvinge den til at gå i udbrud igen, og hvis ikke WADA formår at få det bedste frem i EPO-testen, så bør sponsorerne trække deres penge ud af WADA, indtil organisationen igen har fået styr på videnskaben.

Når dopingkontrollen dukker op kl. 5 om morgenen før en etape i de store cykelløb er det for at tage en blodprøve. Hvis blodet er tykt vil dopingkontrollen afkræve en urinprøve. Hvis blodet er meget tykt, så må cykelrytteren udover at aflægge en urinprøve samtidig også stå over i 14 dages tid, indtil blodværdien er faldet til en mere normal og ufarlig værdi. Hvis blodet er meget tykt og EPO-testen foretaget på urinprøven viser sig at være positiv, så må rytteren holde en pause på 2 år.

EPO-testen måler altså EPO i urinen. Testen blev opfundet af svenske forskere i 1995 og siden forfinet af et fransk forsker-team, så den blev anvendelig i sportsverden i år 2000. Cykelsportens internationale organisation, UCI, har hele vejen igennem været en katalysator for at gøre testen nyttig og var de første til at implementere den i deres dopingkontrol. UCI var endda banebrydende ved at lade EPO-testen stå alene, når der skulle føres sag mod ryttere med for høje værdier, mens andre internationale forbund herunder også IOC og WADA kun ville anklage udøvere, der også samtidig havde for høje blodværdier. Sidste år ændrede WADA pludselig holdning og dikterede, at EPO-testen var en fin og pålidelig test, og at den sagtens kunne stå alene.

EPO produceres i nyrerne hos alle raske mennesker. Det menneskelige EPO findes i forskellige varianter. Nogle er lette, og nogle er tunge. Men tilsammen udgør de alle det menneskelige EPO. Det medicinske EPO er lavet af hamsterceller. Hamsteres EPO er i gennemsnit lidt lettere end EPO fra mennesker.

EPO-urintestens egenskab er, at den kan måle de forskellige EPO-varianter. Hvis man tager lidt urin fra idrætsudøveren, tilsætter det til en plade med nogle forhindringer, så er det bare at vente på, at de forskellige EPO-størrelser møder forhindrin-

ger, de ikke kan passere og går i stå. Når en EPO-variant går i stå danner den en streg.

De medicinske EPO-varianter er meget lettere end de naturlige og danner derfor streger som ligger forskudt i forhold til det naturlige EPO. Dog er der et lille sammenfald. I gennemsnit falder i alt 28% af stregerne fra det menneskelige EPO sammen med stregerne fra medicinske EPO. Hos enkelte mennesker har man dog fundet sammenfald på helt op mod 56%, men det hører absolut også kun til sjældenhederne.

For at være helt sikker og det skal man jo være i idrættens verden, idet ingen må dømmes uskyldig, så har man for en sikkerheds skyld valgt en endnu højere værdi. Det er ikke godt nok at næsten alle mennesker ligger under 56%. Man har derfor regnet sig frem til en anden grænse, hvor man med 99,866% sandsynlighed kan sige at ingen normale mennesker ligger over. Den grænse er 70%. Af uforklarlige årsager så har man yderligere lagt 10% til de 70%, således at den af WADA fastsatte grænse er oppe på 80%.

Man kan sammenligne tallene med hastighedsbegrænsningerne på landets veje og politiets evne til at kontrollere om begrænsningerne bliver overholdt. Lad os sige at bilisterne hjemme på den lokale villavej kun må køre 28 km/t. Politiets hastighedsmålere er ikke så nøjagtige og usikkerheden på måleudstyret gør at man tillader bilisterne at køre ikke kun 56 km/t, men 70 km/t. Og for så lige at være helt sikker, så lægger politiet lige yderligere 10 km/t oveni, så grænsen for målingerne ender på 80 km/t. Hvis dine børn leger ude på Jeres stille villavej med en hastighedsbegrænsning på 28 km/t, så er de altså tvunget til at lege mellem biler som må køre 79,999 km/t uden at bilisterne bryder loven.

Men EPO-testen kan andet end at måle forskelle mellem EPO-varianterne. Det er det, som gør EPO-urintesten enestående. Testen

sladrer også om, hvor effektive nyrene er til producere EPO. Hvis en rask person får medicinsk EPO, så stopper nyrene med at lave EPO. Allerede efter 3 dage forsvinder stregerne fra de tunge EPO-molekyler og efter yderligere 7 dages behandling kan man heller ikke få øje på de fleste af stregerne fra de lettere EPO-varianter. De tydeligste streger, man kan øjne, er stregerne fra det medicinske EPO. Billedet er så karakteristisk at skolebørn fra de ældste klasser i folkeskolen ikke er i tvivl, når de ser et eksempel på en positiv EPO-urintest. Testens fantastiske evne til at afsløre nyrens manglende funktion bliver ejendommeligt nok ikke anvendt af idrætsjuristerne til at fælde ulydige idrætsudøvere.

EPO-urintesten virker kun når udøveren er på EPO plus 2-3 dage. Så alt hvad det kræver for aldrig at blive testet positiv i en EPO-urintest er at lade sig behandle med EPO i en 3 ugers periode, et sted i verden, hvor dopingkontrollen ikke kunne finde på at møde op. Behandlingen skal medføre at EPO-urintestens værdi kommer så tæt på 80% som muligt. Undervejs i sæsonen tager eller modtager udøveren et skud EPO en gang hver 10. dag. EPO-urinværdien vil falde lidt, men holde sig i omegnen 70% og dermed i komfortabel afstand fra den øvre grænse. Og hvis udøveren holder sig skjult for dopingkontrollen i dagene lige efter en vedligeholdelses dosis med EPO, så vil de aldrig nogensinde kunne fældes.

Grænseværdien er med til at fastholde misbruget. Og det er endda på trods af at grænseværdien som forklaret ikke giver mening. Testen kan udmærket afsløre EPO brug allerede ved værdier på 40, 50 og 60, idet

stregerne fra det medicinske EPO straks kan erkendes, såvel som at stregerne fra det naturlige EPO lige så hurtigt forsvinder.

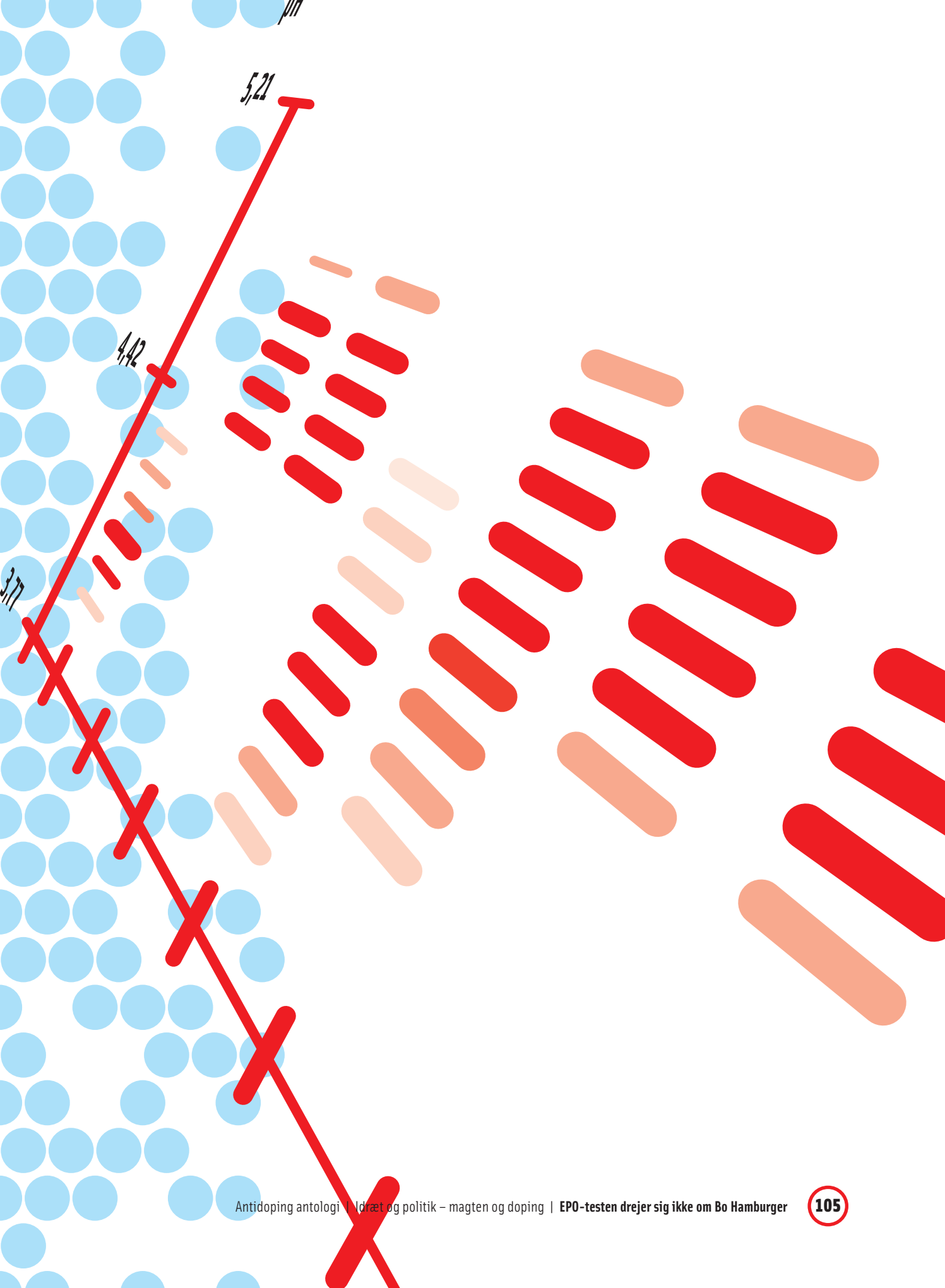
Idrætspolitikerne bør tage kikkerten væk fra Nelsons blinde øje og se EPO-testens finesser. Hvis ikke det sker, så undergraver de antidoping arbejdet ved at støtte en test, som udvandes af en tåbelig grænseværdi og lader synderne fortsat få frit spil. Taberne er de rene idrætsudøvere, og dem har vi mange af i Danmark.

Og alt imens at disse ord har fundet vej til papiret, så er den enestående og af idrætten undertippede EPO-test blevet forældet. Det er netop blevet meddelt, at et nyt EPO har fundet vej til patienter med behov for mere blod. EPO'et hedder DYNEPO og er lavet ud fra menneskeceller. DYNEPO vil ikke give streger, som ligger udenfor det normale område. Det vil allerhøjest medføre nogle tydeligere streger i det menneskelige område – og den forskel kan dopingkontrollen ikke bruge til noget. Den forældede EPO-test har dog en berettigelse mange år endnu, idet der tilsyneladende altid findes idrætsudøvere, som lader sig nøjes med forældet medicin.

Så idrætsudøvere, tilskuere, ledere og rene konkurrenter, velkommen til årets mange idrætsbegivenheder.

PS. Fortalte jeg, at man heller ikke kan måle væksthormon eller blod doping med eget blod?

PPS. Jeg har aldrig lækket eller udtalt mig om Bo Hamburgers tal. Jeg har i enhver henseende udelukkende forholdt mig til talværdier i 70'erne, som er blevet mig forelagt af journalister.



Olympisk komité går over gevind

Af Steen Ankerdal, journalist.

Bragt i B.T. d. 11. februar 2004

Uden varsel og åben debat har Danmarks Idræts-Forbund og den olympiske komité's ti-personers bestyrelse besluttet, at de olympiske lege for tid og evighed er lukket for danskere, der har været dømt for doping. De dømte kan dog søge om benådning, hvor der tages hensyn til, hvor alvorlig sagen var, hvor lang straffen var, hvor lang tid der er gået efter udstået karantæne - og hvorvidt synderen har angret og forbedret sig synligt. For eksempel med en aktiv indsats i dopingbekæmpelsen.

Ånden fra USA

Man fornemmer, at rehabiliterings-ånden fra USA er dalet ned over DIF-formand Kai Holm og hans bestyrelse. Men man øjner også risikoen for en politisk eller personligt styret sagsbehandling. Det er jo DIF's folkevalgte bestyrelse, der både har lavet de nye regler og opkastet sig selv til olympisk appelret.

Dermed har DIF-ledelsen igen fået blandet den lovgivende, den dømmende og den udøvende magt i dansk olympisk idræt. Og det på trods af, at idrætsforbundet for en halv snes år siden brugte prisværdigt mange ressourcer på at få skilt magten - af hensyn til idrætsfolkernes retssikkerhed og til det almindelige retssamfunds normer.

Hvor meget respekt DIF's engagement og indsats mod doping siden 1998 end fortjener, så er den »olympiske dødsstraf« - selv i den hellige ukrænkelige dopingbekæmpelses navn - en fejltagelse.


For langt ude

Den bomber retssikkerhed, demokratisering og modernisering af DIF tilbage til stenalderen. For at det ikke skal være løgn, opfordrer dansk idræts øverste ledelse alle sine medlemsforbund til at følge trop og udelukke de afslørede syndere fra europa- og verdensmesterskaber.

Det er juridisk og moralsk for langt ude i et land, hvor doping ikke er et monstrøst og påtrængende problem. Derfor mener kuglestøderen og OL-håbet Joakim B. Olsen også, at DIF-formand Kai Holm bruger doping-afstraffelsen til at promovere sig selv i international idræt og Danmark som verdens førende dopingbekæmper.

Olsen og dispensation

Kuglestøderens aktie i sagen er, at han ikke kan få sin træner, Vesteinn Hafsteinsson, med til OL i Athen. I hvert fald ikke uden dispensation, selvom træneren ironisk nok er omfattet af den økonomiske støtte, som DIF og Team



Danmark yder ham som medaljehåb. Den islandskfødte træner har nemlig en 20 år gammel doping-dom.

Tror nogen, at Joakim B. Olsen, som Kai Holm fik sendt hjem fra OL i Sydney, fordi Olsen havde kvæjet sig på en obskur kuglestøder-hjemmeside med en udokumenteret påstand om, at den finske verdensmester brugte doping - kan få OL-dispensation til sin træner? Der er vel snarere en risiko for, at den økonomiske OL-støtte til Joakim B's træner annulleres.

Det er forkasteligt at lovgive med tilbagevirkende kraft - og forargeligt at straffe dopingsyndere to gange for én forseelse. Til overmål er det helt uholdbart, at DIF-politikerne skal fungere som appel-domstol i disse sager.

DIFs koldsved

Hvorfor skulle de DIF-medlemmer, der mener, at dopingdømte har forspildt retten til at repræsentere dansk idræt ved olympiske lege, begynde med at benåde Joakim B. Olsens træner eller cykelrytteren Claus Michael Møller? De kunne være de første ansøgere, fordi de rent sportsligt vil være kvalificerede til OL i Athen.

Det er forståeligt, at DIF-styret får koldsved ved tanken om, at en tidligere dopingdømt dansker skulle ende på medaljeskamlen i Athen. Men hensynet til de aktive, retssikkerheden og demokratiet er vigtigere end den olympiske komité's og Danmarks Idræts- Forbunds image.

Ankerdal går over gevind

*Af Karl Chr. Koch, direktør,
Danmarks Idræts-Forbund
(DIF)*

*Bragt i B.T. d. 14. februar
2004*

Undskyld, Steen Ankerdal, men jeg kunne ikke lade være med at trække på smilebåndet, da du i B.T. den 11. februar kaldte DIF's nye udtagelsespolitik til OL for en "bombning af retssikkerheden tilbage til stenalderen".


Blot seks dage tidligere (B.T. den 5. februar) opfordrede du i din klumme IOC til at smide cykelsporten ud af OL. Hensynet til dopingbekæmpelsen vejede altså for dig så tungt, at du var villig til at afskære alle cykelryttere (dopingdømte som ikke-dopingdømte) fra at deltage i OL. Men blot en uge efter mener du, at et langt mindre radikalt tiltag end dit eget forslag er at "gå over gevind". Kan vi stole på, at Steen Ankerdal (SA) mener, hvad han skriver i B.T. – eller er udløbsdatoen på SA's holdninger blot meget kort?

Hvad angår DIF's retningslinier for OL-udtagelse af tidligere dopingdømte er der følgende at sige til SA's mange kritiske udfald:

Nej, Steen Ankerdal, det er for letkøbt at beskyldte DIF's formand Kai Holm for blot at ville promovere sig selv med de nye OL-udtagelsesretningslinier. Bag forslaget ligger der et ærligt ment forsøg på at forebygge dopingmisbrug. Vi mener bl.a., at vi med de nye retningslinier kan få unge udøvere til at tænke sig en ekstra gang om og modstå eventuelle dopingfristelser, fordi de ved, at det kan betyde, at de aldrig kommer til OL.

Nej, vores nye retningslinier er ikke i strid med det almindelige retssamfunds normer. I det civile samfund kan tidligere straffede heller ikke forvente med det samme at indtræde i visse stillinger efter udstået straf. Voldsdømte får ikke jobs som dørmænd, bankrøvere får ikke jobs i banker og politikere med en blakket fortid får næppe mulighed for at lede og repræsentere Danmark. Vi udelukker jo i øvrigt ikke de tidligere dopingdømte fra at dyrke deres idræt i almindelighed. Det er kun OL-deltagelsen, det her drejer sig om.

Nej, der er ingen, der har et retskrav på at blive udtaget til OL. DIF's nye regel er ikke en ekstra dopingkarantæne, men et ønske om at indføre et sportsligt-etisk element i DIF's



udtagelser til OL. Udtagelser til landshold, udtagelser til EM og VM og udtagelser til OL indeholder i forvejen andre elementer end blot, hvem der er den bedste stregspiller i håndbold eller hvem der er den bedste cykelrytter. I det her tilfælde indfører vi et etisk element, som vi melder åbent ud om. Vi melder samtidig åbent ud, hvilke kriterier, vi vil lægge vægt på, når spørgsmålet om de dopingdømtes OL-deltagelse skal afgøres.

Nej, DIF-politikere skal ikke fungere som appel-domstol. DIF's bestyrelse har som olympisk komite udtagelseskompetencen til OL og skal derfor træffe beslutning om, hvem der skal deltage ved OL ud fra de opstillede retningslinier. Bestyrelsens beslutninger kan – som alt andet i DIF og specialforbundene – indbringes for det, der er appeldomstolen i DIF, nemlig DIF's appeludvalg.

Nej, DIF har aldrig ydet økonomisk støtte til Joachim B. Olsens træner Vesteinn Hafsteinson. Og det er i den forbindelse simpelt hen for plat at insinuere, at det vil være umuligt for Joachim B. Olsen at få sin træner med til OL, fordi Joachim blev hjemsendt fra OL i Sydney. Det fremgår i øvrigt med al tydelighed af DIF's retningslinier, at der skal tages hensyn til hvor gammel dopingdommen er. Vesteinns dom er 20 år gammel.

Nej, der har faktisk været en løbende of-

fentlig debat om dopingdømtes deltagelse ved OL og på landshold, ikke mindst inden for cykelsporten. Det er bl.a. på Danmarks Cykle Unions opfordring, at DIF har taget spørgsmålet om etiske retningslinier for landsholdsdeltagelse op og ladet det udmønte i et hovedprincip om, at dopingdømte ikke pr. automatik kan deltage ved OL.

Så jo, Steen Ankerdal, det er rigtigt, som du i din klumme skriver, at vi i DIF igennem årene har ydet en stor indsats mod doping samtidig med, at vi har sørget for, at det retssikkerhedsmæssige element har været i orden. Det gør vi fortsat!

Boom i dopingmisbrug?

Antallet af afslørede dopingmisbrugere ved de Olympiske Lege i Athen var det højeste nogensinde.

	Antal test	Antal positive
1968 Mexico City	667	1
1972 München	2.079	7
1976 Montreal	768	11
1980 Moskva	645	0
1984 Los Angeles	1.507	12
1988 Seoul	1.598	10
1992 Barcelona	1.848	5
1996 Atlanta	1.923	2
2000 Sydney	2.359	11
2004 Athen	2.745	23*

* Opgjort 1. 10. 2004. Ved OL i Athen valgte IOC at betragte de to uge før OL som konkurrenceperiode. Det betød at de test man gennemførte op til Legene blev betragtet som konkurrence-test og er talt med i denne opgørelse.

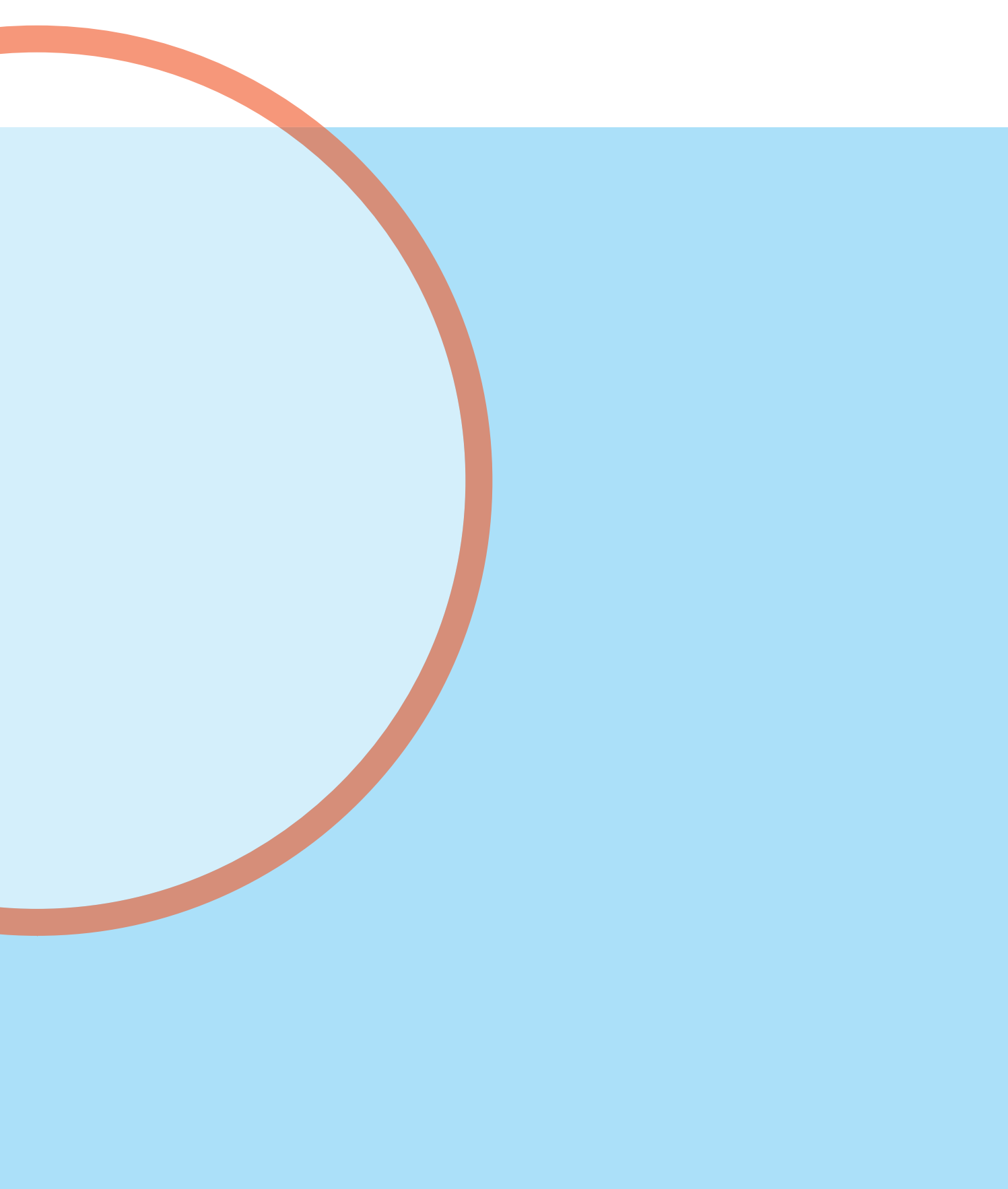
Er der sammenhæng mellem overskriften på tabellen og indholdet?

Er der sammenhæng mellem antal tests og antal positive prøver?

Er det kun de "dumme" der bliver snuppet?

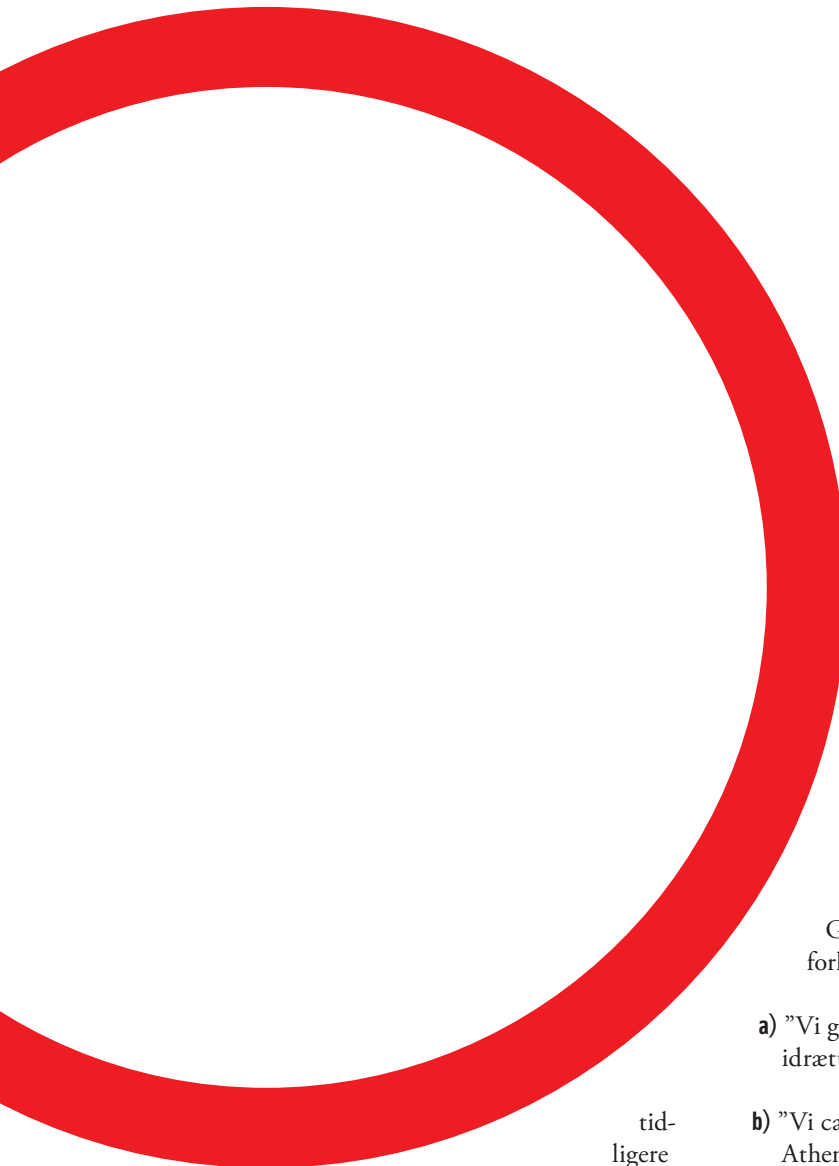
Kan man forklare noget af stigningen i tallene fra OL i 2004 med at IOC har ændret opgørelsesmetoden?

Kilde: International Olympic Committee 2004.



Arbejdsopgaver

1. Diskuter om tesen 'så længe der er eliteidræt, så længe vil der eksistere doping' er holdbar. I kan evt. medtænke sammenhængen mellem sport og teknologiske fremskridt.
 2. Lav en søgning på Infomedia (skoDa.emu.dk) - fx i Politiken, Jyllands-Posten eller Berlingske Tidende - og giv en kortfattet kronologisk beskrivelse af Bo Hamburger-sagen med hensyn til forløb, aktører og udfald. Hvori består konflikterne? Hvori består det politiske?
 3. Diskuter hvorvidt det er rimeligt at dopingdømte danske idrætsudøvere udelukkes på livstid fra deltagelse i OL, EM og VM? Prøv eksempelvis at følge op på Bo Hamburger-sagen.
 4. Vil skærpet dopingkontrol have en præventiv effekt eller er pengene så 'store' i elitesport, at mange udøvere gerne tager chancen – måske især i lande hvor sportslig succes på eliteplan kan være den eneste vej til økonomisk succes?
 5. Hvordan forholder de politiske aktører (fx de politiske partier) sig til doping/dopingkontrol? Kan der forventes holdningsforskelle ud fra hvad du på forhånd ved om de politiske partier? Gennemfør en søgning på Folketingets hjemmeside (www.ft.dk) på ordene doping/dopingkontrol til at finde materiale.
 6. Rollespil.
Personer: *Ole Thomsen* (OT), løberen – også kaldet 'Gazellen' fra Fredensvang'
Jørgen Ottosen, formand for Dansk Atletik Forbund, som modtager ca. 2 mio. kr. om året i støtte fra Team Danmark begrundet med bl.a. Ole Thomsens resultater. Beløbet vil bortfalde, hvis OT ikke kommer til OL.
Susanne Stubtofte, læge i Anti Doping Danmark
Poul Guldager, direktør i Team Danmark med forventninger om 20 medaljer i Athen
Katrine Krog, informationsmedarbejder i Team Danmark.
Holger Kløvborg, marketingschef i Arla.
- Umiddelbart før afrejsen til Athen for at deltage i OL 2004 bliver Ole Thomsen udtaget ved en uanmeldt dopingkontrol på træningsanlægget i Århus 1900. Den efterfølgende blodprøve viser sig at indeholde store mængder af et forbudt astmamiddel. Ole Thomsen fortæller til Anti Doping Danmark at han lider af luftvejsforsnævring når smøg'en ligger over Århus. Og da Athen er kendt for en kraftig smog har han valgt at forberede sig til konkurrencerne dernede. En lægeattest fra Ole Thomsens læge viser at han



tidligere er blevet behandlet for astma.

OT har desværre glemt at ansøge om et medicinsk certifikat, det der hedder TUE, hos både Anti Doping Danmark og Det Internationale Atletikforbund.

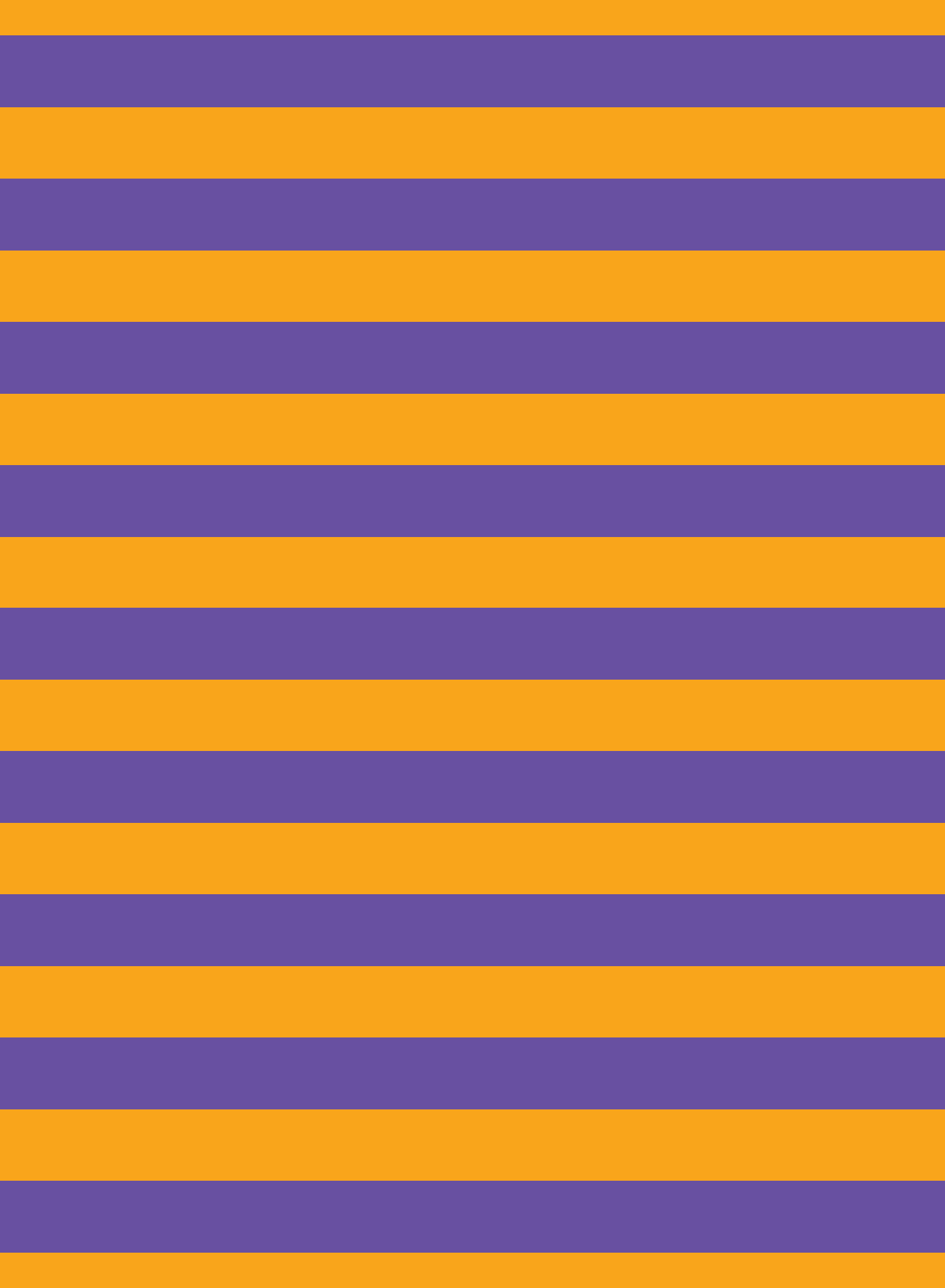
Den 22 årige Ole Thomsen er ifølge både Team Danmark og Dansk Atletik Forbund en af de sikreste guldmedaljer Danmark har haft i mange år. Ole Thomsen, som er ubesejret på 400 m

hæk igennem 2 år, har sat en række bemærkelsesværdige rekorder ved de såkaldte Golden League stævner og følgelig indkasseret ret store summer som belønning for rekorderne. Unavngivne kilder taler om beløb i millionklassen. Bl.a. har det i internationale atletik-kredse givet anledning til nogen undren at Eva Helms, 'die Fikser aus DDR' har fungeret som medicinsk konsulent for OT – et job der er delvist finansieret af tilskud fra Århus 1900.

Gennemspil forskellige hændelsesforløb, fx:

- a) "Vi gør OT til syndebuk" – det vil redde idrætten på lang sigt.
- b) "Vi camouflerer det her. OT SKAL til Athen."
- c) OT kommer til Athen, men har fortsat ikke ansøgt om et TUE hos Det Internationale Atletikforbund. Efter finalen, hvor han har vundet sølv, bliver han udtaget til dopingkontrol, og i hans prøve finder man spor af astmamedicin. Nu skal der vaskes hænder. Hvem skal ofres?

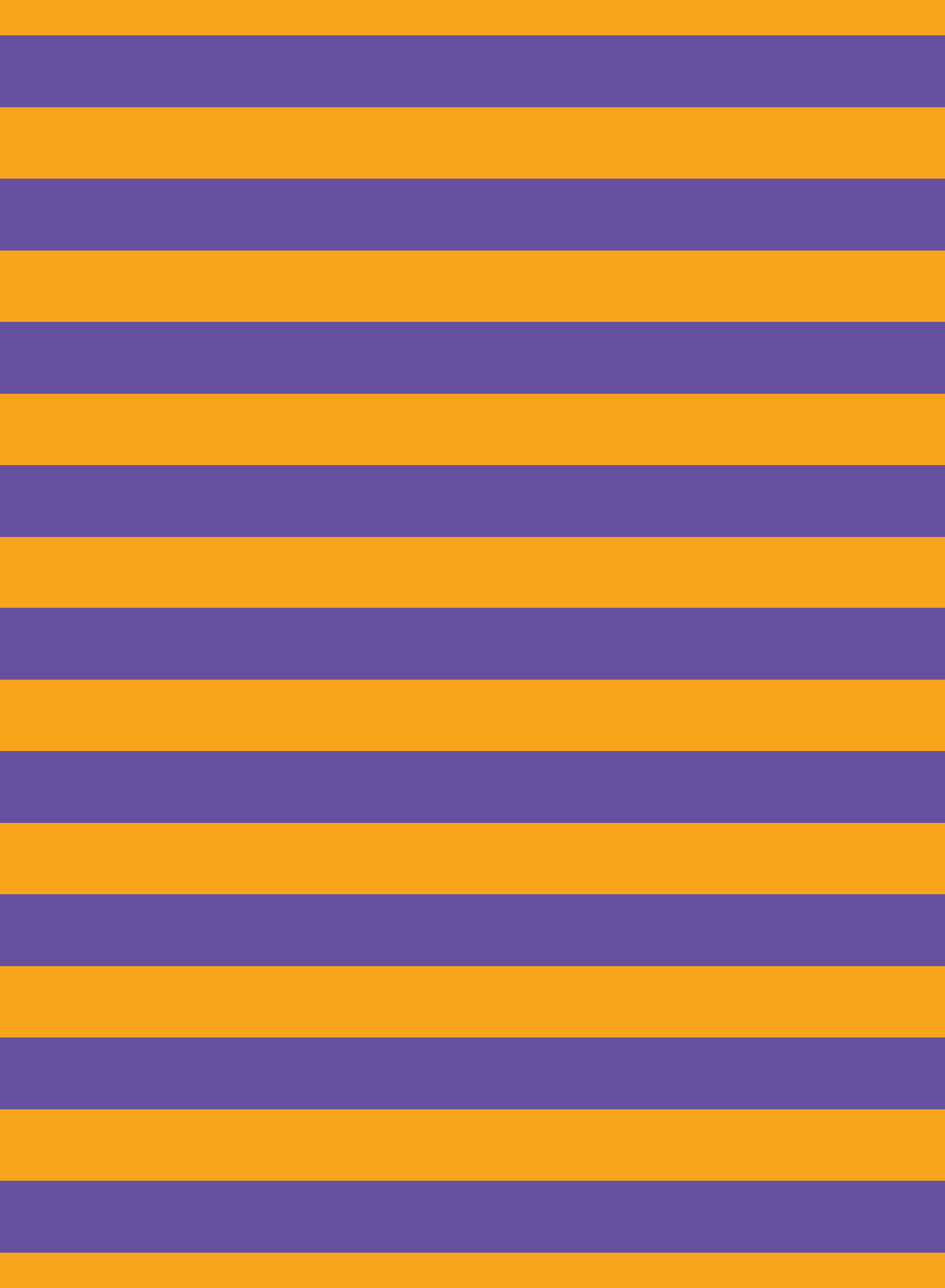
Alle tre hændelsesforløb skal munde ud i en pressemeddelelse fra TeamDanmark.





Rekorder og medaljer
– præstation eller kemi

**Kosttilskud – fup eller fakta ? Uskadeligt eller virkningsfuldt?
Hvor stort er forbruget af kosttilskud i Danmark?
Hvilken baggrund har producenterne af kosttilskud ?
Hvor går grænsen mellem kosttilskud og doping?
Præstation og udseende i bytte for helbred og potens? Hvad sker der med
din krop, når du supplerer din træning med kosttilskud eller doping?
Hvad sker der med din personlighed?
Præstationsmaksimering og rekorder for enhver pris ? Dopingens sorte
marked – hvorfor er det tilsyneladende så let at købe – og ved brugerne
hvad de køber ? – kender de konsekvenserne af det
enkelte præparat? Hvor kan en dopingbruger få hjælp?
Hvad er snyd, – og hvem snyder? Er det kun de dumme, der bliver
taget for snyd? Er doping kun et eliteidrætsproblem?**



Hæmatokrit – hvad er det?

*Af Bengt Saltin, Med.dr.,
Professor. Tidligere formand
for Anti Doping Danmark.*

*Artiklen er oprindeligt
publiceret på www.doping.dk (2000)*

I disse tider optræder hæmatokrit næsten dagligt i de danske og internationale medier. Det er især inden for cykelsportens verden, vi støder på ordet hæmatokrit, hvor målinger af hæmatokritværdier benyttes til at vurdere, om rytterne er i nogen umiddelbar sundhedsfare - i mangel på en effektiv EPO-test. Professor Bengt Saltin forklarer i det følgende, hvad hæmatokrit egentlig er, og hvilken betydning det har i forhold til EPO, kondital m.v.

I kroppens blodkar er der hos et rask, voksent menneske cirka seks liter blod (= blodvolumen) med en vis variation i relation til kropsstørrelse, køn og alder. Blodet består af røde blodlegemer og plasma. De røde blodlegemer indeholder hæmoglobin, som giver blodet dets farve, og som kan binde ilt. Et hæmoglobinmolekyle kan binde fire iltmolekyler, svarende til at 1 gram hæmoglobin binder 1.34 ml ilt. Blodets plasma består hovedsageligt af vand, men indeholder også forskellige salte og proteiner (primært albumin).

Hos raske, unge mennesker udgør de røde blodlegemer normalt ca. 40-45% og plasma ca. 60-65%. I kvinders blod er andelen af røde blodlegemer sædvanligvis lidt lavere (ca. 38-42% af blodet). Den relative andel af blodet, som de røde blodlegemer udgør, benævnes hæmatokrit (hæmato af græsk haima = blod; krit af græsk krinein = at adskille). En måling af blodets hæmoglobinkoncentration eller hæmatokritværdi angiver i princippet samme sag, nemlig blodets iltbindingskapacitet per enhed blod (hæmoglobinkoncentrationen er normalt ca. 1/3 af hæmatokritværdien).

De røde blodlegemer produceres i knoglemarven. En afgørende faktor for denne produktion er hormonet erythropoietin (EPO), som dannes i nyrene og transporteres til knoglemarven med blodet. EPO produceres nu om dage også ved hjælp af genteknologi med henblik på at hjælpe forskellige patientgrupper (specielt personer med en kronisk nyrelidelse) til at opretholde et så normalt hæmoglobin-niveau som muligt.

Hæmatokritværdi varierer

Et rødt blodlegeme "lever" kun i 100-120 dage, så produktionen af nye røde blodlegemer er stor og kontinuerlig. Det betyder dog ikke, at hæmatokritværdien er konstant. Vandindholdet i blodets plasma kan ændre sig på kort tid og flere gange i løbet af en dag på grund af forskellige påvirkninger. Indtagelse af en stor volumen væske kan på en time eller to

give et forøget vandindhold i plasma, og hæmatokritværdien kan falde med nogle procent. Hvis man intet drikker i løbet af en dag, så stiger hæmatokritværdien. Hvis man sidder ned eller står stille i lang tid, så stiger hæmatokritværdien lidt, fordi vandet i blodkarrene trænger ud i vævet i de nedre ekstremiteter, specielt i ankelregionen. Hårdt muskelarbejde kan også forøge hæmatokritværdien, fordi blodtrykket stiger og "presser" vand ud af blodbanen. Hvis muskelarbejdet er langvarigt, og der ikke indtages væske, så forøges hæmatokritværdien mere markant. På denne baggrund er det naturligt, at hæmatokritværdien hos en person let kan variere inden for et interval af 5% i dagens løb.

Blodprøver om morgenen

Det bedste tidspunkt for blodprøvetagning er om morgenen eller om formiddagen, mindst to timer før eller efter indtagelse af morgenmad og før udførelse af fysisk aktivitet. Uanset hvornår en måling skal foretages, bør personen ligge ned og hvile i ca. 20 min før blodprøven udtages (mens personen fortsat ligger ned). Blodprøven bør udtages det samme sted på kroppen hver gang (normalt fra en vene på indersiden af albueledet), idet hæmatokritværdien også kan variere fra en del af kredsløbet til en anden.

Mængden af blod, der udtages, kan være meget lille. En milliliter blod kan række til 40 hæmatokrit-analyser. Analysen er meget enkel at udføre. Umiddelbart efter blodprøvetagning fyldes tynde glasrør med blod. Rørene placeres i en centrifuge og centrifugeres i et bestemt antal minutter på en bestemt hastighed. De røde blodlegemer er tungere end plasmaet, og derfor presses centrifugeringen dem ned i bunden af røret, om end der stadig vil være en meget lille mængde plasma tilbage blandt de røde blodlegemer. Dette plasma benævnes "trapped plasma" og udgør ca. 1.5%. Skillelinien mellem plasma (øverst i røret) og de røde blodlegemer (nederst i røret) ses tydeligt, og højden af de røde blodlegemer sættes i

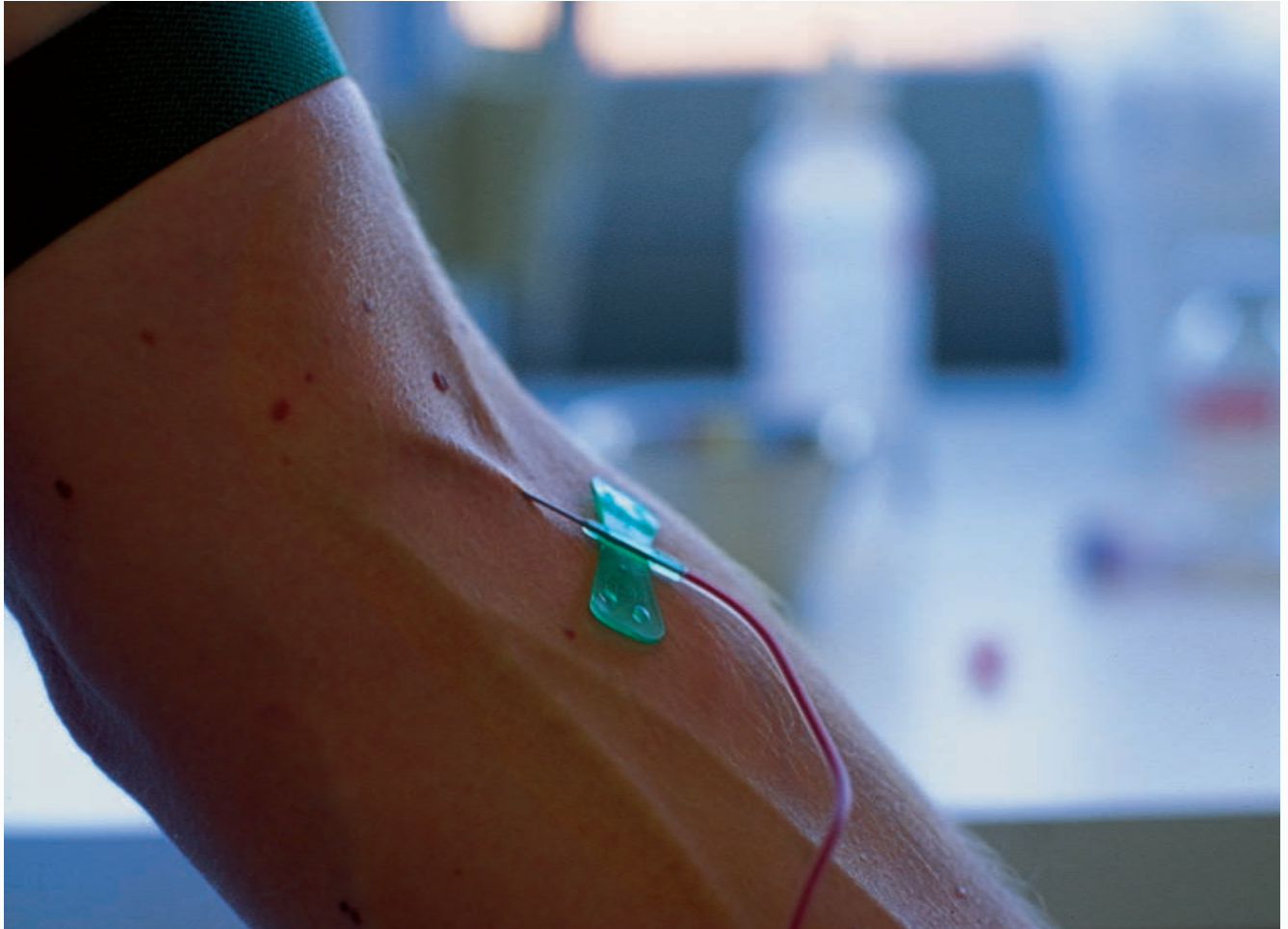
relation til blodsøjleens totale højde.

Af ovennævnte fremgår det tydeligt, at det er meget vigtigt at standardisere procedurerne for blodprøvetagning og for bestemmelse af hæmatokritværdien. Omvendt skal det understreges, at der er tale om en meget enkel analyse, så hvis blot de standardiserede procedurer overholdes, så opnår man korrekte målingsresultater.

Træning øger ikke værdi

Der findes ingen træningstype, der kan forøge hæmatokritværdien. Derimod kan der ved udholdenhedstræning, specielt i et varmt klima, observeres en tendens til en sænket hæmatokritværdi. Hæmatokritværdien er således stort set uændret efter træning, til trods for at det totale antal røde blodlegemer (og den totale hæmoglobinnængde) forøges ved træning. Det skyldes, at blodets plasmavolumen forøges tilsvarende, og forholdet mellem røde blodlegemer og plasma er derfor uændret. Hård træning kan således forøge blodets volumen med både en og to liter, men hæmatokritværdien vil stadig være det samme som hos en utrænnet person.

Ophold i stor højde over havets overflade stimulerer EPO-produktionen, uanset om man er fysisk aktiv eller ej, og dermed dannes flere røde blodlegemer. Det er en langsom proces, men efter 3-5 uger i stor højde (2000 m.o.h.) har kroppen tilpasset sig den nye højde. Til forskel fra træningssituationen, forøges plasmavolumenet ikke parallelt med dannelsen af røde blodlegemer ved højde-eksposition. I løbet af de første dage reduceres plasmavolumenet i forhold til værdien ved havniveau. Det medfører, at hæmatokritværdien akut forøges ved ophold på stor højde, men derefter forøges det totale antal røde blodlegemer og det totale blodvolumen gradvis, med en yderligere forhøjelse af hæmatokritværdien til følge indtil fuld akklimatisering er nået (efter ca. 1 måned). Når man vender tilbage til havniveau, så stiger plasmavolumenet meget hurtigt, og hæmatokritværdien vil være normal (<45%) efter 2-3 dage.



Blodet tappes fra armen, oftest fra en vene i albuehulen, og fyldes i et reagensrør.

Umiddelbart efter blodet er kommet i reagensrørene, fyldes en række tynde glastrør. Man benytter kun en lille smule blod, og en milliliter kan række op til 40 hæmatokrit-analyser.



Blodet centrifugeres i et bestemt antal minutter ved et bestemt antal omdrejninger, og de røde blodlegemer og plasmaen adskilles.



Jerntilførsel kan være nødvendigt

Ud over EPO er produktionen af de røde blodlegemer bl.a. afhængig af, at jern findes i tilstrækkelig mængde i kroppen, hvorfor det især i perioder med f.eks. hård træning kan være tilrådeligt at indtage jern, specielt for kvinder. Det er imidlertid en misforståelse, at en forøget indtagelse af jern forøger produktionen af røde blodlegemer. En vis mængde jern er nødvendig, men et ekstraordinært højt jernindhold i kroppen giver ikke flere røde blodlegemer.

Hæmoglobins rolle er at transportere ilt til alle kroppens organer. Uden ilt kan de ikke fungere. Skeletmuskulaturen er relativt ufølsom for iltmangel i helt korte perioder i hvile, men muskelarbejde kræver en stor og kontinuerlig tilførsel af ilt. Det er en forudsætning for, at arbejdet kan fortsætte. Endvidere er det sådan, at jo mere ilt der tilføres de arbejdende muskler, jo større arbejdsintensitet kan de klare. I idrætsgrene som løb og cykling betyder det en højere fart. Der er mange faktorer, som bidrager til, at ilttilførslen til en muskel kan opretholdes på et højt niveau. De vigtigste faktorer er hjertets pumpekapacitet og den mængde blod, som kan pumpes ud i kredsløbet. Lige så klart er det, at da det er hæmaglobinkoncentrationen, som bestemmer, hvor meget

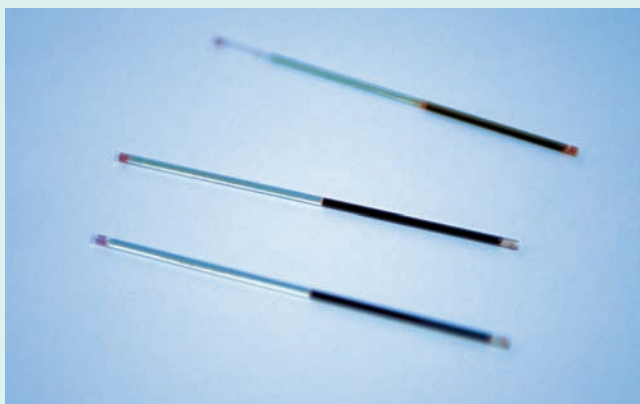
ilt hver liter blod indeholder, så er det en fordel at have en høj hæmoglobin- (hæmatokrit) værdi.

Kondital bliver bedre

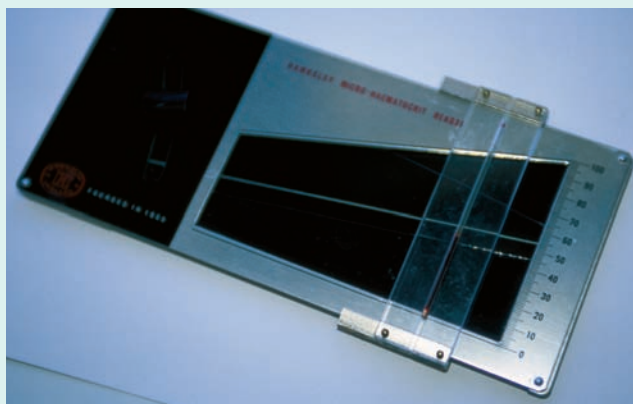
Ved en kunstig forhøjelse af hæmatokritværdien stiger individets maksimale iltoptagelse (kondital) og dermed kapaciteten til udholdenhedsarbejde. Det er noget forbavsende, at selv en meget stor forhøjelse af hæmatokritværdien (-55%) medfører en forøgelse af konditallet. Forbavselsen ligger i, at jo flere røde blodlegemer og jo højere hæmatokritniveau, desto mere "tyktflydende" bliver blodet og desto større bliver modstanden, specielt i de tynde blodkar (man siger, at blodets viskositet er forhøjet).

I alle lærebøger kan man læse, at viskositeten forøges markant, når hæmatokritværdien er forhøjet over normalværdien. Men viskositetens effekt på den maksimale iltoptagelse er altså negligerbar. Det medfører, at et individ, som på kunstig vis forøger sin hæmatokritværdi over normalniveauet, vil kunne præstere bedre i idrætsgrene, hvor kondition er afgørende.

Når plasmaen og blodet er adskilt er det ikke svært at se forskel på de to substanser.



Det kræver blot et simpelt apparat at aflæse hvor stor en del af blodet der er røde blodlegemer, og på den måde kan man aflæse hæmatokritallet.



Fremtidsscenario

Teksten er et uddrag af Kulturministeriets hvidbog "Doping i Danmark" (1999)

Den moderne doping er udsprunget af lægevidenskabens viden og fremskridt. Det skal gøres helt klart, at denne viden og disse fremskridt er drevet af et lægeligt ønske om at hjælpe syge mennesker og videnskabelig nysgerrighed, og ikke af sekteriske ønsker om at udvikle dopingmidler. Der findes ingen grunde til at antage, at stoffer er udviklet udelukkende med præstationsforøgelse inden for idrætten som formål. Det skal også gøres klart, at mange af de stoffer, som anvendes til doping, især de ældre uspecifikke midler, kun har en begrænset virkning. Blandt de midler, som har udtalte virkninger, er de centralstimulerende midler (for eksempel amfetamin), hormoner (eksempelvis testosteron og andre anabole steroider), samt de nyligt fremkomne hormoner erythropoietin og væksthormon (EPO og GH). Den medicinske udvikling løber stadigt hurtigere, med mange nye muligheder, baseret på landvindinger på de cellebiologiske, de molekylærbiologiske og de genetiske områder. Det er meget vanskeligt at forudsige, hvor mange af de potentielle midler, der vil blive udviklet i de kommende år, som vil kunne forhøje præstationsevnen hos raske individer markant. Når man ser på udviklingen i de sidste ti år, så er de nye midler stort set begrænset til EPO og GH. I lyset af, at udviklingen af et nyt lægemiddelpræparat tager fem til ti år, må det antages, at der inden for den næste tiårsperiode næppe vil fremkomme mere end nogle få midler med særligt potentiale for dopingmisbrug. Udviklingen vokser dog eksponentielt. Flere forskellige forhold bidrager til dette.

Ét er den intense og stærkt voksende interesse for at forbedre forholdene for den voksende population af ældre mennesker i vort samfund. Denne forskning vil utvivlsomt frembringe en række midler, som kan modvirke muskelsvind, knoglesvind og andre organsvind, der opstår med alderen. Udvikling af midler til at behandle det aldersbetingede muskelsvind foregår allerede og vil medføre et betydeligt medicinsk fremskridt. Det er givet, at visse af disse metoder og midler kan have et potentiale for misbrug i dopingsammenhæng. Lignende stoffer til stimulering af bindevæv (sener) og knogler vil også blive udviklet, og de vil have et lignende potentiale.

Endvidere står kræftforskningen over for snarlige gennembrud. I princippet er målet med denne forskning at få en forståelse for, hvordan kroppens cellers og organers vækst foregår. Det voksende kendskab til det humane genom vil her spille en rolle. Kortlægningen af dette vil være færdig nogle år ind i det nye årtusinde. Et internationalt projekt er undervejs, hvor ekstremt udholdenheds-trænede personer kortlægges med henblik på at detektere gener med alleler (medlem af et genpar), der er mere hyppigt forekommende hos veltrænede end i den øvrige befolkning.

Dette kombineret med et mere detaljeret kendskab til de cirka 6 pct. af det humane genom, hvor der findes en variation, vil åbne for perspektiver, som i dag er uoverskuelige. Situationen beskrives bedst ved at citere Pindaros (omkring 500 år f.v.t.), som også skrev om olympiske atleter:

*Vore tanker bliver blinde
når vi ser ind i fremtiden.
I modsætning til vores forestillinger
vil der (alligevel) finde utallige begivenheder
sted.*

Nedenstående skal ses i dette perspektiv, men er også et forsøg på at konkretisere lidt af den fremtid, vi går i møde.

Genterapi

Genterapi er den kliniske version af gendoping med det formål at bruge genmanipulation til at helbrede sygdomme. På nuværende tidspunkt foregår der meget omfattende forskning inden for dette felt, da potentialet

i sygdomsbehandling er stort. Det er derfor oplagt, at efterhånden som genterapi bliver en normalt anvendt behandlingsform, vil den selvfølgelig, som enhver anden medicinsk behandling, kunne misbruges i dopingøjemed.

Genterapi er endnu kun i sin vorden, fordi man stadig mangler at få ordentlig kontrol over aktiviteten af de kunstige gener, hvilket vil sige over, hvor meget der bliver produceret. Forventningen er dog, at det vil ske inden for den nærmeste fremtid.

**Hvorvidt der inden for
tre til fem eller ti år findes
et produkt, som kan anvendes
på mennesker, vides
ikke, men det kommer!**

Gendopings "fordel" er, at kroppen selv producerer dopingmidlerne ved hjælp af genmanipulation, gendoping. Fordelen for idrætsudøveren vil være, at der ikke skal ske jævnlig indtagelse eller indsprøjtning af stoffer. Og da det er kroppen selv, der producerer disse stoffer, vil de i sagens natur være identiske med kroppens egenproduktion, og vil derfor ikke kunne skelnes i en dopingtest.

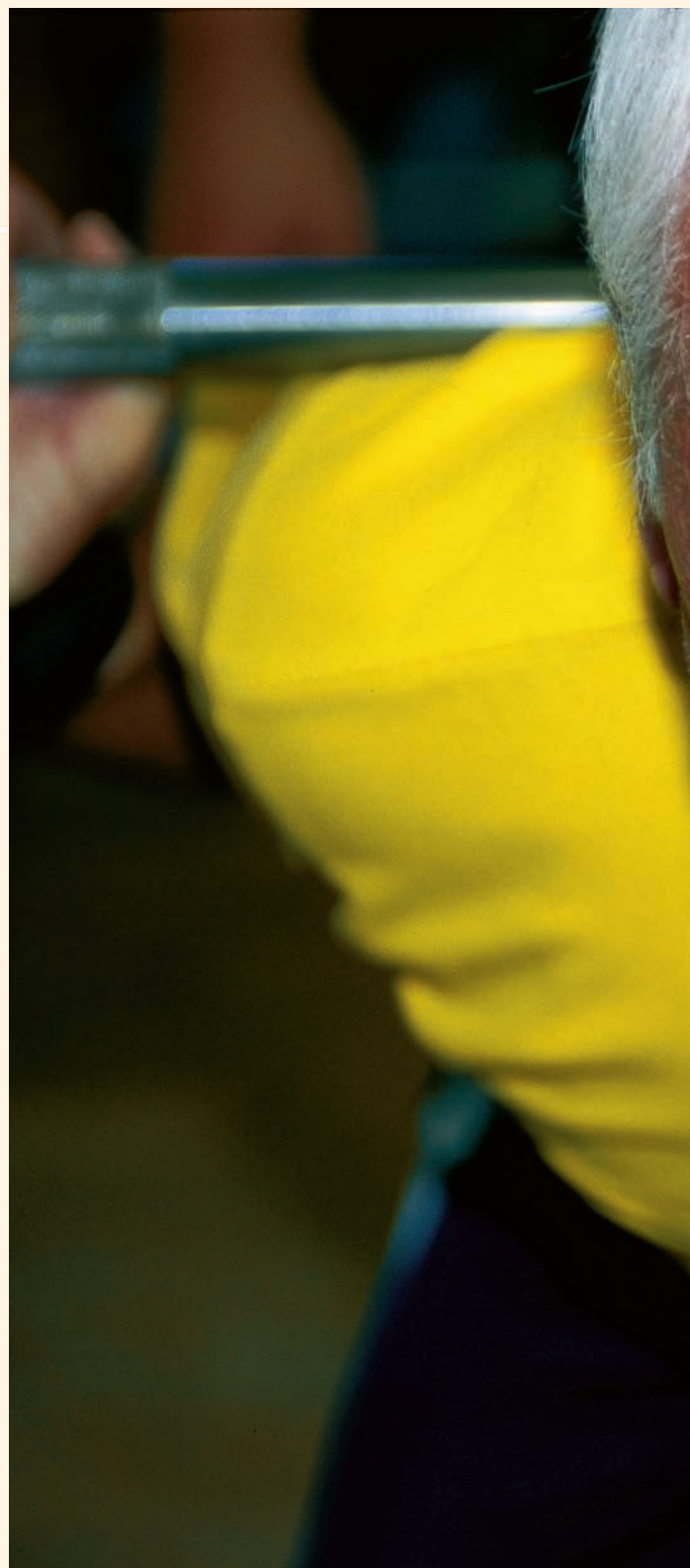
Gendoping foretages ved at konstruere nogle kunstige gener med de ønskede egenskaber og derefter tilføje disse gener til idrætsudøverens egne gener.

Selve konstruktionen af disse kunstige gener er en relativt simpel proces, der kan foretages i ethvert molekylærbiologisk laboratorium. Dog er det vigtigt at vide, hvordan de kunstige gener skal se ud for at opnå den ønskede effekt. Hvis man imidlertid blot ønsker at kopiere et kunstigt gen, lavet til genterapiformål, vil den pågældende patentbeskrivelse indeholde al den nødvendige information.

Indsættelsen af kunstige gener i mennesker kan foregå på tre forskellige måder:

- 1) Direkte indsprøjtning. Muskelfibre er i stand til at optage DNA (arvemateriale) direkte, så ved at indsprøjte det kunstige gen, som DNA, i musklerne, vil en del af muskelfibrene optage dette gen og blande det med sine egne gener.
- 2) Virusbåret. En mere effektiv metode til at indsætte kunstige gener er ved brug af virus, der er blevet manipuleret således, at deres normale arvemateriale er blevet byttet ud med det kunstige arvemateriale. Når en person bliver udsat for denne kunstige virus, vil virusen overføre det kunstige gen til cellerne i kroppen.
- 3) Indsættelse af genmodificerede celler. En tredje mulighed er at udtage nogle celler fra kroppen og tilføje det kunstige gen, hvorefter cellerne sættes tilbage i kroppen. Det kan for eksempel være satellitceller fra musklerne, der så vil kunne udvikles til muskelfibre, når de sættes tilbage.

Direkte indsprøjtning er simpelt, men af begrænset effektivitet og kan kun bruges på muskelfibre. Brug af virus er meget mere effektivt, men er ikke specifikt. Det vil sige, at alle typer af celler vil blive modificeret. Desuden udgør virus en potentiel risiko for også at smitte (genmodificere)





de omkringværende. Genmanipulation af udtagne celler er den klart mest kontrollable metode, men også mest besværlige. Og den er begrænset til celletyper, der kan udtages, dyrkes og indsættes igen.

I første omgang vil gendoping kun kunne bruges til at modificere en fraktion af cellerne. Derfor vil gendoping kunne være en erstatning for andre former for doping, hvor man indgiver stoffer, kroppen selv er i stand til at producere. På sigt, når man er i stand til at modificere de fleste eller alle celler, vil man direkte kunne gribe ind i reguleringen af generne inde i cellerne, sådan at man for eksempel får ekstra hurtige kontraktile proteiner, eller øger mængden af oxidative enzymer. Disse ændringer kan til dels fremprovokeres udefra ved hjælp af vækstfaktorer og hormoner, men det vil være langt mere effektivt at gøre indefra.

Da genterapi endnu er på forsøgsstadiet, findes der kun eksempler fra dyreforsøg. Genterapi bruges dog allerede på mennesker, men mest til svært syge kræftpatienter. Et aktuelt eksempel vil være at få kroppen til selv at producere mere erythropoietin (EPO). Man er allerede i gang med dette forsøg med det formål at hjælpe nyrepatienter, der producerer for lidt EPO og derfor har mangel på røde blodlegemer. Forsøget er foreløbigt kun foretaget på mus og aber, men viser potentialet. Både mus og aber fik hæmatokritværdier over 70 pct. efter en enkelt injektion med et kunstigt erythropoietin gen. Et andet eksempel er produktion af væksthormon, hvor mus med dværgvækst blev injiceret med et kunstigt væksthormongen. Dette medførte et øget niveau af væksthormon i blodet og en 100 pct. vækstforøgelse på en måned.

En variation af genterapi kan være at øge mængden af bestemte transskriptionsfaktorer eller hæmme produktionen af andre transskriptionsfaktorer. Derved kan muskelfibertypen ændres, eller den samlede muskelmasse forøges. En mulighed er også

at indsætte muterede gener for regulatoriske proteiner, der er konstant aktive eller inaktive og dermed forandre musklernes opbygning. Eksempler er opregulering af transskriptionsfaktoren myogenin, der medfører en forbedring af musklens oxidative kapacitet, eller inaktivering af myostatin, der medfører kraftigt forøget muskelmasse.

Da det er kroppen selv, der foretager produktionen, vil det producerede stof i praksis være umuligt at spore, medmindre man bruger indirekte metoder, såsom fastsættelse af en øvre grænseværdi. Det kunstige gen kan selvfølgelig spores, men det kræver, at man ved, hvad man leder efter – der er mange kombinationsmuligheder – og at man har adgang til de genmodificerede celler. Hvis det kun er nogle muskelfibre i en enkelt muskel, der er blevet modificeret, kræver det altså, at man tager en muskelbiopsi i det pågældende område. Dette vil nok kræve en meget alvorlig mistanke, plus at man skal have et forhåndskendskab til, hvor manipulationen har fundet sted. Hvis der har været brugt en virus til genmanipulationen, vil også nogle af blodets celler være modificeret, og man vil derfor have en chance for at spore dette ved hjælp af en blodprøve. Men det kræver stadigvæk, at man har en idé om, hvordan det kunstige gen ser ud. Det vil sige, at hvis genmanipulationen er foretaget med tanke på at undgå sporing, vil det i praksis være umuligt at spore, undtagen ved hjælp af indirekte metoder!

Når genterapien er blevet en rutinemæssig behandlingsmetode, hvilket vil sige

velkontrolleret, er der ikke specielle, etiske aspekter forbundet med gendoping i forhold til andre former for doping. Dog skal det nævnes, at genmanipulation ofte vil være en ændring, der forbliver resten af livet, mens andre former for doping ofte kan stoppes igen.

Som eksemplet med aberne viser, kan denne viden om genterapi i princippet allerede nu overføres til idrætten, men det vil dog endnu være alt for risikabelt at prøve den på mennesker. I dag anser man, at genterapi vil være almindelig praksis inden for sundhedssektoren inden for de næste 10-20 år.

Den molekylærbiologiske og genetiske forskning har også et stort potentiale, hvad angår opdagelse eller opfindelse af simple molekyler, som kan op- og nedregulere gener, eller som har samme virkninger som forskellige proteinhormoner. Denne type stoffer, non-peptid-ligander, er under udvikling. Lykkes det for eksempel at finde et molekyle, som kan stimulere insulin-receptoren, som kan absorberes i mave-tarmkanalen, og som udskilles af kroppen med en passende hastighed, vil det betyde meget for behandlingen af sukkersyge. Ligeledes vil der være mulighed for udvikling af molekyler, der har samme virkning som erythropoietin eller væksthormon, eller molekyler, som kan stimulere cellernes egne gener til produktion af forskellige vækstfaktorer. Udviklingen af sådanne molekyler vil gøre

det betydeligt lettere at misbruge midlerne i dopingsammenhæng, da der vil være tale om en tabletbehandling (injektion eller infusion bliver ikke nødvendig). Det vil med stor sandsynlighed give mulighed for at spore stofferne med traditionelle metoder.

Både mus og aber fik hæmatokritværdier over 70 pct. efter en enkelt injektion med et kunstigt erythropoietin gen

Et andet eksempel kan være blodets ilttransportkapacitet. Denne funktion har været i fokus for manipulation i de seneste 30 år, fordi teknikker som blodddoping, højdetræning og EPO er blevet anvendt til at forhøje blodets andel af røde blodlegemer og dermed blodets hæmoglobinindhold. I mange sammenhænge ville det være et stort medicinsk fremskridt, hvis det var muligt at tilføre stoffer med iltbindende egenskaber ved for eksempel livstruende, akutte tilstande og ved en række operative indgreb. Forskningen er langt fremme, og allerede nu udføres forsøg på forskellige dyrearter. Hvorvidt der inden for tre til fem eller ti år findes et produkt, som kan anvendes på mennesker, vides ikke, men det kommer! Det betyder, at stoffet kan gives som infusion i forbindelse med store konkurrencer, og da stoffet virker direkte, vil præstationsevnen blive momentant forøget. Effektens varighed vil afhænge af stoffets omsætningshastighed i blodet og i krop-

pen. Stoffet vil let kunne spores, formentlig endog uden brug af blodprøver, fordi rester af nedbrydningsproduktet måske vil findes i urinen. Fra et "dopingkontrol"-synspunkt ligger problemet således ikke i at spore stoffet, men i at alle startende ved en konkurrence skal testes.

Væsentlige fremskridt kan forekomme inden for andre områder, for eksempel modvirkning af den nedsatte immunfunktion, som blandt andet kan opstå ved trauma samt i den ældre befolkning. Hvis man finder sådanne effektive midler, så vil de sikkert også blive anvendt af raske idrætsaktive, specielt i forbindelse med hård træning og konkurrence.

Det billede, som forsøges tegnet, er, at i fremtiden vil der skulle tages stilling til større udfordringer end i dag. Det bliver en følge af det stigende kendskab til kroppens funktioner helt ned på genets og de regulerende mekanismers niveau.

Her tegner sig så et andet problem: som nævnt ovenfor, er der intet, der taler for, at udviklingen af substanser og metoder, som kan have en stærkt præstationsfremmende effekt, sker specifikt med henblik på idrætsverdenen. Lige så klart er det dog, at brugen af disse substanser og metoder inden for idrætten kræver medicinsk kompetence og erfaring.

I en lærebog, som for nylig udkom i USA, og som beskriver, hvordan doping bør og kan bekæmpes, beskrives det i et af de første kapitler, hvordan trænere og læger aktivt engagerer sig for at bidrage til at optimere anvendelsen af præstationsfremmende metoder og stoffer. Og her ikke mindst direkte dopingmidler, som har en markant effekt og kan have bivirkninger. Meget taler for, at dette også forekommer i mange andre lande. Det forekommer formentlig også i Danmark, omend ikke i nogen organiseret form og kun i enkeltstående tilfælde.

I fremtiden vil lægens rolle blive endnu mere udtalt. Anvendelse af genterapi og af substanser, som aktiverer transkriptionsfaktorer, kan næppe få en effekt af betydning, uden at erfarne personer med specialviden er involveret. Hvorfor nu berøre dette i et afsnit om "fremtiden"? Svaret er enkelt. Udviklingen af mere og mere potente midler, som er vigtige inden for helsesektorer, får ingen betydning for idrætsverdenen, hvis ikke der er nogen, som vil anvende midlerne på raske mennesker og eliteidrætsudøvere. Det bliver derfor vigtigt, at der i Danmark ligesom i den øvrige verden blokeres for, at der inden for idrætten og specielt blandt det servicepersonale, som omgiver eliteidrætsudøveren, findes personer, som anser det for rigtigt at bruge kunstige midler for at forbedre en idrætsaktivs præstation.

Aktive inden for idrætten må lære at forstå indholdet i den replik, som Shakespeare lægger i Friar Laurences mund i tredje akt af Romeo og Julie: "Virtue itself turns vice, being misapplied".

I vort samfund opstår der hele tiden ny viden i en evig stræben efter bedre at forstå den verden, vi lever i. Viden skal bruges, men med fornuft og eftertanke.

Heidi blev til Andreas

*Af Kent Olsen, Journalist
Berlin*

*Doping i DDR
Jyllands-Posten 7. maj
2003, 1. sektion, side 4*

Andreas Krieger er blevet gift med sin drømmekvinde og er lykkelig - hvis det ikke havde været for vedholdende smerter og sjælekvaler. Han var en af DDR's mange kvindelige sportsstjerner og hed Heidi. I 10 år fik hun mandlige hormoner uden at vide det. Snart afgøres erstatningsspørgsmålet for Andreas Krieger og 300 andre ofre for DDR's doping-system.

Selv om dette ikke er et eventyr, var der engang to sportsbagede piger i det kommunistiske DDR: Heidi fra Østberlin, født i juli 1965, og Ute fra Magdeburg, tre år ældre. Da Heidi Krieger gik i fjerde klasse, blev hun opdaget af en talentspejder fra sportscentret i bydelen Pankow. Fra 1976 trænede hun regelmæssigt og målrettet atletik. I 1979 kom hun som 14-årig i en særlig sportsskole, hvor det hurtigt viste sig, at hun havde et særligt greb om kuglestød samt diskos- og spydkast. Heidi fik piller på skolen, vitamin C- og vitamin B-komplekser, hed det. Forældrene fik at vide, at hun også om vinteren fik pillerne, fordi de fortsat trænede udendørs og havde brug for tilskud.

Da Ute Winter gik i de små klasser, elskede hun alt, som havde med bevægelse at gøre - gymnastik, løb og at køre på cykel samt svømning. Sportslæreren formidlede, at hun kom til at gå til organiseret træning, i fjerde klasse fem gange om ugen, så hendes hverdag blev bestemt af sport. Kl. 7 træning, så skole, middagspause, skole og igen træning til kl. 17. Forældrene fik at vide, at børnene jævnlige fik vitaminpiller på grund af den hårde træning og for at underbygge ernæringen.

»Du skal ikke tænke«

Ute stillede engang spørgsmål om pillerne, hvortil hendes træner brølende svarede: »Du skal ikke tænke, du skal svømme!« Senere undersøgelser har kortlagt, at der indgik 30 forskellige piller i mikset. I 1980 fik Heidi steroider, har undersøgelser senere vist, altså som 15-årig. Træneren forklarede dengang, at alle fik det pågældende tilskud, og at det stivede vældigt af. Tillidsfuldt tog hun pillerne. Hun fik dem jo af sin træner og ikke af en læge. I 10 år slugte hun mandlige hormoner uden at vide det. I 1978 fik Ute for før-

ste gang hormonerne, altså som 10-årig. På fire måneder tog hun over 15 kilo på. »Min krop forandrede sig til det ukendelige,« fortæller hun i dag. »Det var uudholdeligt. Muskelmassen var fast, Jeg kunne knap nok bevæge mig.« Hun ville af med overvægten og holdt op med at spise, ja, det gik over i spiseforstyrrelse, hvor hun stoppede sig med mad og derefter brækkede sig. Det varede ved i en længere årrække.

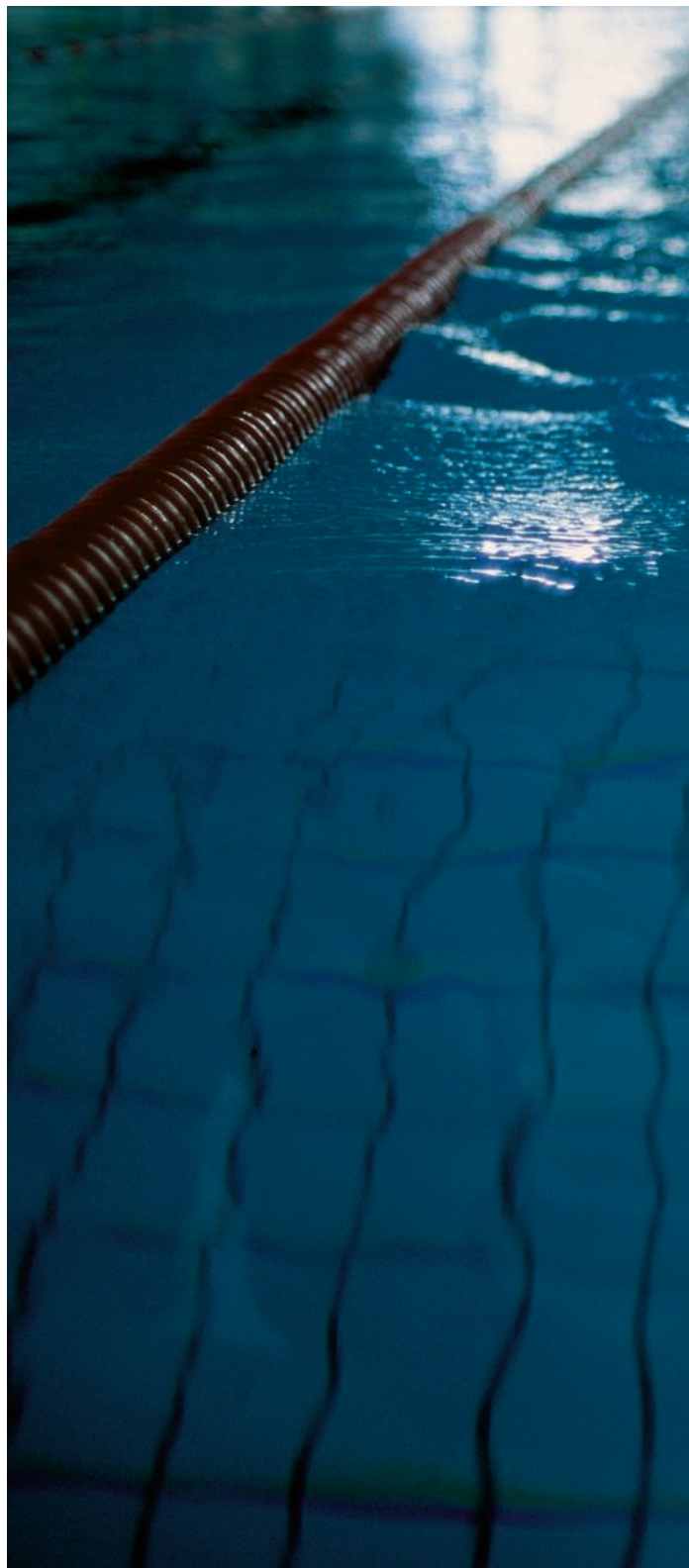
I 1983 blev Heidi europæisk juniormester i diskoskast og kuglestød. I 1986 overraskede hun ved at vinde Europamesterskabet i kuglestød. I første forsøg 21,10 meter, og sagen var i realiteten afgjort. Heidi var stolt og overbevist om, at hendes succes skyldtes, at hun ekstraordinært havde styrketrænet sine fingre til bringe kuglen yderligere nogle marginale centimeter længere.

Ute indlagt

Utes karriere var eksploderet, allerede inden hun fik hormonerne, og opnåede som lille pige store sejre i internationale svømmekonkurrencer. I 1979 svømmede hun for sidste gang i en konkurrence. I 1984 blev hun indlagt på hospital på grund af sin bulimi og var til behandling i et halvt år. Hun siger i dag til avisen Die Welt, at hun selv var klar over, at der var noget rivende galt. Da var hun 16 år.

Heidi begyndte at lide under virkningerne af dopingstofferne. Hun blev skiftevis aggressiv og depressiv. I 1987 fik hun alvorlige problemer med hofterne, og det blev konstateret, at hun havde en medfødt skævhed, så hun egentlig aldrig burde have dyrket topidræt. I 1991 ophørte hun med sport.

Efter den østtyske stats opløsning og den tyske genforening i 1990 arbejdede Heidi i en dyrehandel, men havde slemme smerter, hvis hun blot skulle løfte poser med 20 kilo kattegrus, har hun fortalt til Die Welt. Hun badede ikke mere og tog ikke mere kjoler eller nederdele på. Hun havde det rigtig






dårligt med sig selv og tænkte flere gange på at begå selvmord. »Jeg vidste ganske enkelt ikke, hvad der var galt med mig. Jeg blev forelsket i kvinder, men vidste, at jeg ikke var lesbisk. At man kalder det transseksualitet, vidste jeg ikke.«

Heidi vovede at tage en kønstilpassende operation i 1997 og har siden heddet Andreas Krieger. Det massive hormontilskud havde tvunget hende i en anden kønsretning. Hormonerne, som man gav Heidi uden hendes vidende, må Andreas nu tage med jævne, faste mellemrum. Ute blev uddannet som sygeplejerske og har født en datter. Med terapeutisk hjælp fandt hun i 1996 vej ud af sin spiseforstyrrelse. I dag leder hun to plejehjem og er glad for sin opgave. Da DDR's sportschef, Manfred Ewald, og hans håndlanger, lægen Manfred Hoppner, i 2000 stod til ansvar ved retten for deres misgerninger med mandlige hormoner, mødte Ute Winter og Andreas Krieger op som både vidner og medanklagere.

Ute og Andreas følte da i bogstaveligste forstand, at deres ens oplevelser førte til solidaritet. De kom hinanden nærmere. Andreas besøgte stadig oftere Ute i Magdeburg. I maj sidste år blev de gift. Andreas havde, som han siger, fundet sin drømmekvinde. Han vil adoptere Utes datter. Andreas Krieger betragter sig i dag som et lykkeligt menneske - for første gang i sit voksne liv. Og havde det ikke været for vedholdende fysiske smerter og tilbagevendende sjælekvaler.

Erstatninger på vej

Frem til 31. marts i år kunne ofre for DDR's dopingsystem i sport melde sig til en forvaltningsmyndighed i Köln med krav om erstatning. Den gældende lov, der er fra 2002, stiller i alt to millioner euro til rådighed. I gennemsnit ville det betyde ca. 6600 euro (knap 50.000 kr.) til hver af dem, der har taget betydelig skade på helbredet .



På fire måneder tog hun over 15 kilo på. »Min krop forandrede sig til det ukendelige«

Ute kan ikke gøre sin spiseforstyrrelse gældende, da det er en psykisk sygdom. Hun har anlagt sag på grund af problemer i leddene og hvirvelsøjlen. Den tidligere sportsstjerne siger til Die Welt, at omkring 6000 euro ikke er meget i erstatning for de lidelser, hun og Andreas er blevet påført. De kunne ønske sig en regelmæssig betaling for smerteterapi. »Det drejer sig kun om oprettholdelse af livskvalitet og arbejdsduelighed,« siger hun. »Ikke mere«.

Piller byggde denna kropp

*Uddrag fra Paul Solotaroff
”Piller byggde denna kropp”.
Oprindelig offentliggjort i
The Village Voice (1991).*

Steve Michalik var världens mest välbyggda man. Arnold Schwarznegger kallade honom för The Phantom Bodybuilder och kroppsbyggare från halva USA vallfärdade till hans gym. Själv visste Michalik att hans perfekta kropp höll på att ruttna inifrån. Han ville dö - men först ville han glänsa en sista gång på kroppsbyggarnas egen Oscarsgala.

Var och varannan människa var livrädd för honom. Hans bröstorg mätte 152 centimeter och armarna 58 centimeter, och när allt Anadrol och Bolasterone svämmade över i hans blod började ögonen lysa röda som lasersiktet på en Uzi. Han slängde ut folk genom fönster och jagade dem som en galning längs motor-vägen om de var dumdristiga nog att skära in framför honom.

Om han kom på dig med att titta på honom medan han tränade på det gym han ägde i Farmingdale – det ökända Mr America’s - kunde du räkna med att vakna blödande på trottoaren en stund senare. Han var halvgalen av androgener och häststeroider och hade fått för sig att han blev bestulen på kraft om någon tittade på honom, kraft han behövde för att klara 900 kilo i benpress. (...)

För egen del längtade Michalik bara efter två saker numera. Han ville gå upp på scen på BeaconTheater den 15 november 1986, på de professionella kroppsbyggarnas gala Night of Champions, och vända upp och ner på stället med sina 120 kilo nakna, svällande – nästan krympplastade – muskler. Och sedan, Gud hjälpe honom, ville han dö. Precis där, inför ögonen på alla och i fotoblixtarnas sken, ville han falla ner död, stor och tung, 39 år gammal, och lämna ett praktfullt hk efter sig.

Ni förstår, smärtan hade blivit helt outhärdlig. Efter att ha vräkt i sig steroider i tio år hade hans leder förvandlats till manetmassa och blod-trycket låg så högt att han var tvungen att ha bomull i näsan för att inte få näsblod. Han hade pissat blod i månader och det som kom ur honom numera var brunt, ren protoplasma som hans blodöverfyllda lever inte förmådde bryta ner. När han kom hem från gymmet på kvällen hade han kramp i hela kroppen. Hans åttaårige son, Steve junior, fick lägga is på huvudet på honom för att försöka kapa de värsta tio procenten av hans ständiga migrän. – Jag visste att det var slut med mig. Vartenda organ i krop-

pen var sabbat, testiklarna hade krympt och var små som jordnötter. Det var bara frågan om vilket organ som skulle sprängas först, säger Michalik.

– Vi (kroppsbygggarproffsen) hade varit långt över gränsen i årtal och plötsligt var det som om alla räkningar skulle betalas samtidigt. (...)

Michalik visste naturligtvis att det var levern. Han må ha varit vårdslös, men oinformerad var han knappast. Faktum var att han visste så mycket om steroider att han hade skrivit en handbok om hur de skulle användas och diskuterat deras verkan med några läkare i en debatt i TV-programmet Today. Precis som dopningsguruerna i södra Kalifornien var Michalik en självlärd häxmästare med den egna kroppen som laboratorium. Från elva års ålder hade han slukat allt han kom över om biokemi och varit besatt av att ta reda på vad som får en människa att bli stor. Som tonåring gick han omkring på gatorna i Brooklyn, knackade på hos olika läkare och bönföll dem att upplysa honom om hur proteinsyntesen går till. Flera år senare letade han igenom Physicians' Desk Reference (amerikanska Fass) från pärm till pärm, inte på jakt efter steroider utan efter andra läkemedel för vilka muskeltillväxt var en sekundär effekt. Att använda steroider var ett sätt att leka Gud, att skriva om den egna DNA-koden. Det visste Michalik. Han hade varit mager

när han växte upp och han hade hatat sig själv ner på cellnivå. Enligt Michalik brukade hans far, ett despotiskt fyllo med enorma underarmar, slå honom med vad som helst som råkade finnas till hands. En gång tryckte han för skojs skull ner sonens ansikte i en tallrik med potatismos.

– Jag var liten och klen och min bror Anthony var stor och smidig. Farsan stack inte under stol med att han älskade honom och hatade mig, minns Michalik.

– Så fort jag kom hem från skolan satte han igång med sitt: »Din värdelösa lilla skitunge, vad gör du hemma så här tidigt?» Han gillade allra mest att plåga mig genom att säga att han tänkte sätta mig på ett hem. Vi kunde vara ute och köra någonstans i Brooklyn och komma förbi ett hus med järngaller för fönstren. Då stannade han bilen och sa till mig: »Stig ur. Det är det här hemmet som vi tänker sätta dig på.» Jag stod där och snyftade på trottoaren - jag var kanske åtta eller nio år – och efter en stund lät han mig hoppa in i bilen igen. När han körde vidare skrattade han åt sitt lilla skämt.

Under hela barndomen var Michalik räddhågsen och utan vänner – till och med hans bror drog sig för att bli sedd med honom. Han flydde till serietidningar och filmer med kroppsbyggaren Steve Reeves, och han brann av längtan efter att bli jättelik och osårbar. När han var 17 städade han

toaletter på ett Vic Tanny-gym, bara för att få vara nära den första generationen järnjättar – bland andra Eddie Julian! och Leroy Colbert. När han var 20 och stationerad på en flygbas i Sydostasien, struntade han i krypskyttarna och den nästan 50-gradiga värmen och tränade bänkpress med ett slaggbetongblock i en öppen glänta. Till flygvapnets psykolog uppgav han att han inte kunde bli skjuten efter-som det var hans öde att bli Mr America. Vid 34 års ålder, många år efter att han hade glömt var han gjort av alla pokaler, kravlade han sig fortfarande ur sängen klockan två på natten för att inta dygnets åttonde måltid eftersom han fortfarande inte var tillräckligt stor. Det fattades alltid några undflyende centimeter, just det där sista kilot som han behövde för att väga ta av sig skjortan på stranden – han fruktade att alla skulle skratta åt honom annars.

Alltså tog hän, förstås, steroider. Sådana har funnits åtminstone sedan mitten av 1930-talet, då Rider lät dela ut dem till ligisterna i SS för att göra dem mer blodtörstiga. På 50-talet gav öststatsländerna steroider till skolbarn och skapade en generation av biotekniskt fram-ställda idrottsutövare. Och i slutet av 60-talet kom anabola steroider till Kaliforniens stränder, i och med att de amerikanska läkemedelsföretagen upptäckte att det fanns en jättemarknad bestående av ungdomar som var redo att stoppa i sig vad som helst för att få dubbelt så stora bröst-muskler och kunna ha dubbelt så kul. Sedan många år vet man ganska väl hur anabola steroider fungerar. De olika medlen är syntetiska varianter av det manliga könshormonet testosteron. De kommer ut i blodet som kemiska budbärare och fäster sig vid muskelceller. När de väl har anslutit sig till cellerna överlämnar de sitt tvåfaldiga budskap: väx och öka uthålligheten.

Den första uppgiften utför steroiderna genom att öka framställningen av protein. Om man stoppar i sig tillräckliga mängder steroider förvandlar de kroppen till en sorts

fusionsmotor som omvandlar allt, även fett, till massa och energi. En kemisk kroppsbyggare kan lägga på sig 22-23 kilo muskler på sex månader, eftersom det mesta av de 6.000 till 10.000 kalorier han stoppar i sig varje dag upptas i kroppen i stället för att utsöndras.

Den andra uppgiften – att förbättra uthålligheten – uppnås genom att steroiderna stimulerar framställningen av en molekyl som kallas fosfokreatin. Det är i grund och botten en hydraulisk vätska för muskler som gör att de kan arbeta mer än bara några sekunder. Ju mer fosfo-kreatin man har i tanken, desto mer kraft kan man alstra. Olympiska tyngdlyftare och defensive linemen i amerikansk fotboll har enorma förråd av fosfokreatin, vilket delvis utan tvivel har en genetisk förklaring. Det mesta kommer emellertid från medlet Anadrol, en populär steroid som intas oralt och gör dig stor, stark och våldsam – inte nödvändigtvis i den ordningen.

Under elva års tid hade Michalik stoppat i sig förfärliga mängder Anadrol. Om hans kompisar tog två 50-milligramstabletter om dagen tog han fyra. Sex veckor senare när effekten började plana ut, höjde han insatsen till åtta. Samma sak med Dianabol, en annan brutal steroid. Där det en gång hade räckt med ett piller om fem milligram, slukade han snart tio eller tolv om dagen,

tillsammans med Anadroltabletterna. Haken var hans immunförsvar, som envist fortsatte med sin uppgift genom att neutralisera giftena med antikroppar och se till att receptorema på muskelcellerna slutade fungera. Men det gjorde ingenting. Michalik ökade bara dosen och körde helt enkelt över sitt immunförsvar, samtidigt som han förvirrade det ytterligare genom att över-svämma kroppen med andra droger.

Han var naturligtvis hela tiden medveten om vilken skada han åsamkade sig. Han visste till exempel att Anadrol, precis som alla orala steroider, var rent djävulsk för levern. Det var en alkylerad molekyll med kort kolkedja som måste brytas ner inom 24 timmar. Det satte enorm press på hans lever, som hade tusentals andra kemiska transaktioner att ta hand om varje dag. Inte minst måste den bearbeta avfallet från de 22-23 kilo nya muskler han lagt på sig. Physician's Desk Reference varnar för att också mycket små mängder Anadrol kan vara giftiga för levern, även hos patienter som bara tar det under några månader mot blodbrist.

»VARNING: KAN ORSAKA PEUOSIS HEPATIS. ETTTILLSTÅND DÄR LEVERVÄVNAD ERSÄTTS AV BLODFYLDA CYSTOR SOM OFTA GER SVIKTANDE LEVERFUNKTION ... UPPTÄCKS OFTA INTE FÖRRÄN LIVSHOTANDE LEVERSTÖRNINGAR INTRÄDER ELLER INRE BLÖDNINGAR BRYTER UT I BUKEN ... LIVSHOTANDE MALIGNA LEVERTUMÖRER HAR OCKSÅ RAPPORTERATS.

Hur dödligt Anadrol än var, så var det rena barnmaten jämfört med en del andra saker

som Michalik stoppade i sig. På kroppsbyggarnas svarta marknad, där de mest häpnadsväckande varor alltså finns till salu, köpte Michalik och en del av hans kompisar skallar från döda apor. De bröt upp dem med bara händerna och drack den hormonrika vätska som rann ut ur hypotalamus. De fyllde jättelika injektionssprutor med ett franskt kosttillskott som heter Triacana, tog sikte på den svåråtkomliga sköldkörteln och injicerade vätskan rakt in i haken. Före träningen tog de så mycket Ritalin för att peppa upp sig att en av Michaliks träningskamrater, en före detta Mr Eastern USA, rusade ut ur styrketräningslokalen fullt övertygad om att han kunde stanna en bil med sina blotta händer. Han ställde sig i omkörningsfilen på Hempstead Turnpike med fötterna axelbrett isär och tog spjörn för att klara kollisionen - och blev överkörd som en hund av en Buick Skylark. Svåra ben- och armbrott blev resultatet.

»Mitt kolestorolvärde låg på över 400, blodtrycket var 240/110 - men Gud, vilket vackert lik jag var. Ingen hade någonsin sett någon som jag på scen tidigare.»

Varför fortsatte Michalik att ta de här giftena, trots att han visste så mycket om dem? Därför att han, liksom hans kompisar och tusentals andra kroppsbyggare och amerikanska fotbollsspelare, efter hand utvecklade ett allt starkare beroende av steroider. Den amerikanska läkarkåren är

för ögonblicket oense om huruvida anabola steroider är beroendeframkallande. Vi talar nu om samma människor som efter årtal av grundliga studier tillkännagav att steroider inte ger större muskler. Kroppsbyggarna skrattar fortfarande åt den grodan. Men Michalik är föga road,

- Först påstår de där idioterna i Läkaresällskapet att steroider inte funkar, vilket alla som varit inne i ett gym vet är skitsnack. Sedan, tio år senare, säger de att de är livsfarliga. Oj då, så nu har de plötsligt blivit livsfarliga? Fan, det var ju som att få steroider godkända av Läkemedelsverket. Kom igen nu, grabbar, de måste vara nyttiga – Läkaresällskapet säger ju att de kommer att ta livet av en!

- Av någon anledning, jag vet inte varför, lyckades jag undgå att bli beroende första gången jag använde steroider, när jag tränade för Mr America 1972. Kanske berodde det på att jag bara dopade mig under en kort period och att jag aldrig tog särskilt mycket. För det mesta var det inte mer än en spruta i häcken en gång i veckan hos en läkare i Roslyn. Jag fick aldrig veta vad det var i den där sprutan, men Gud så galen jag blev av det. Jag var en vänlig katolsk grabb som alltid brukade gå i kyrkan, och nu började jag plötsligt släpa ut folk ur restaurangbås och hota att slå ihjäl dem för att det inte fanns några lediga bord. Jag tog en 140-kilos sliper och körde in i sidan på en killes pickup för att jag trodde att han hade förolämpat min fru. Jag var helt sjuk, ett psykfall, jag tappade ständigt besinningen – men sedan kom tävlingen och tack gode Gud för det. Jag vann och slutade med dopningen, och plötsligt blev jag mänsklig igen. Jag drog mig tillbaka och ägnade mig helt åt min fru som kompensation för det helvete jag hade tvingat henne att gå igenom,

och jag svor att jag aldrig mer skulle gå nära den där skiten.

Men några år senare hände något som fick honom att börja igen, och den här gången gick det inte att sluta.

– Jag hade köpt ett stort hus åt Thomasina i Farmingdale. Jag hade fyllt det med vackra saker och var lyckligare än jag någonsin varit i hela mitt liv. Men så en dag fick jag veta att hon bedrog mig med en annan. Jag blev totalt förkrossad, min själ slets itu. Det hade tagit mig så många år att äntligen få känna mig som en man, att komma över allt det som min far hade gjort mot mig... och så kommer hon och skär ut hjärtat ur bröstet på mig.

**»De vänner
han alltjämt hade
kvar påpekade att hans
häck började bli rund och
kvinnlig och pikade honom
för hans nya sätt att gå,
med sextigt svängande
höfter.«**

Michalik återvände till styrketräningslokalen, där han alltid hade löst sina problem. Han började träffa en person som vi kan kalla dr X, en läkare som tillhörde den inre kretsen i kroppsbyggarnas subkultur. Dr X hade försett kroppsbyggare med alla

möjliga slags steroider i utbyte mot sexuella tjänster, Michalik bad honom om en bunt recept men gjorde klart att han inte kunde stå till tjänst sexuellt, till läkarens stora besvikelse. De enades emellertid om en kompromiss som båda var nöjda med. Som före detta mästare blev Michalik ständigt tillfrågad om råd av unga förhoppningsfulla kroppsbyggare, och nu vidare-befordrade han snabbt några av dem till dr X ömma omsorger.

- Förr eller senare skulle de ändå fatta att vägen till titeln gick via doktor X mottagning, säger Michalik och rycker på axlarna.

- Ingen på östkusten kunde nå upp till tävlingsstorlek om de inte la upp sig för honom - såvida man inte hade en pappa som jobbade inom läkemedelsindustrin. Den kvällen när doktor X försökte förföra mig första gången visade han mig bilder på fem tidigare mästare som han påstod sig ha haft sex med. Jag kollade upp det senare och fann att det var sant. Visst är professionell bodybuilding en trevlig bransch, va? Där finns fler hallickar och horor än i Hollywood. Men det var ingenting som Michalik brydde sig om. Inte heller brydde han sig om ifall han blev galen eller beroende av steroider.

-Jag gav blanka fan i om jag dog av dopningen. Det enda jag brydde mig om var att få tillbaka min kropp. Jag var nere i 68 kilo, som var min naturliga vikt, och på gym-

met visste ingen vem jag var. Stora killar skrek åt mig: »Flytta på dig, din lilla skit, den bänken vill jag ha!« Tre månader senare vägde jag 90 kilo och gjorde 180 i bänkpress. Samma killar kom fram till mig igen. »Är inte du Steve Michalik? När kom du hit?« »Jag har varit här i tre månader, ditt jävla rövhål« svarade jag. »Jag är killen som du knuffade bort från bänken där borta, om du minns ?«

Efter tre månader var han hopplöst beroende av steroiderna. Han klarade inte att gå hemifrån utan att »svälja tre tabletter vilka som helst och injicera ytterligare något medel«.

- När jag steg ur sängen på morgonen kände jag mig svag och illa-mående. Jag stapplade omkring och mumlade: »Var är mina piller?« (...)

- En gång körde jag på Hempstead Turnpike på väg till gymmet när en kille i en pickup gav mig fingret. Det räckte för att jag skulle se rött. Jag jagade honom i 150 i



min nya Corvette och gjorde en 360-graders sväng framför honom mitt i den livliga trafiken. Jag hoppade ut, slet loss dörren från hans bil och krossade hans ansikte med ett enda slag. Den andre killen i förarhytten, som inte hade gjort mig något, hoppade ut och började springa längs mittremsan för att komma undan. Jag jagade honom till fots och höll på att bänka skiten ur honom när två polisbilar stannade bredvid mig. »Michalik, din jävla dåre, stick härifrån« sa de. »Det här är fan sista gången vi låter dig komma undan.«

Ryktet spreds snabbt att man skulle undvika Michalik till varje pris. Det gällde i än högre grad för det helvilda gym som han öppnade och där det enda man inte gjorde var att hänga upp en skylt med texten STEROIDER TILL SALU. Det satt affischer på väggarna som utropade ÖKA DOSEN! och det fanns bilder på stora injektionssprutor i stallet för på kroppsbyggarstjämor.

Vad beträffar klientelet så lutade det ordentligt åt det gravt sinnes-rubbade hållet. Där fanns en 2,13 lång steroidmissbrukare som stam-pade omkring i lokalen och muttrade: »Jag ska döda er allihop, jag ska slita ut tarmarna på er och kaka upp dem.« Där fanns en yrkesmördare från maffian som kom i limousine varenda dag och lämnade ifrån sig sina automatvapen i dörren. Där fanns herpetologen som anlände med en pytonorm lindad om kroppen och en havssköldpadda i koppel. Där fanns en före detta Mr

America som blev så ifrån sig när hans hund dog att han lät stoppa upp den och släpade runt den på gymmet från träningsstation till träningsstation.

- Varenda tokskalle och dåre inom 50 mils omkrets tränade hos mig. På kvällarna hängde det en massa drägg utanför träningslokalen. De drack proteindrinkar och viftade med motorcykelkedjor - och varenda en av dem var rädd för mig. Det var enda sättet att hålla ordning på dem. Hur galna de än var så visste de att jag var ännu galnare och att jag lika gärna kunde slå ihjäl dem som förnya deras medlemskort, berättar Michalik.

Om det låter som ett tveklaktigt sätt att göra affärer på, så betänk att Michalik, ett år efter öppnandet, var så framgångsrik att han blev tvungen att flytta verksamheten till en dubbelt så stor lokal. Men trots att han tjänade mycket pengar och trots alla svindlerier han ägnade sig åt — han sålde »Bananpaket«, en verkningslös blandning av ruttna bananer och äggpulver som sitt »hemliga muskelrecept« för 25 dollar dosen, han utgav sig för att vara veterinär för att komma över lådor med mänskligt tillväxthormon till grossistpris för sina »kliniska experiment« – så såg de skenande piller-räkningarna till att han fortfarande stod på ruinens brant.

Den federala polisen hade börjat slå till mot steroidhandeln och stängde de pillertrilande apotek där Michalik hade löst in sina

recept. Dessutom höll efterfrågan på de riktigt högoktaniga preparaten – Hexalone, Bolasterone... - på att gå igenom taket i hela landet, vilket innebar att Michalik precis som alla andra blev tvungen att beställa per telefon och punga ut med astronomiska summor för sitt månatliga paket från Los Angeles.

Michalik var ständigt pank och lyckades inte heller särskilt bra i Grand Prix-galorna – »i början brukade jag komma trea eller fyra, men frammot 1983 var jag nere på typ elfte, tolfte plats« – och han började nu sacka ihop såväl känslomässigt som fysiskt. När han kom hem från gymmet på kvällen, illamående och alldeles stum i lemmarna, kunde han plötsligt börja gråta utan förvarning. Avskuren från alla, till och med från den ståndaktiga Thomasina som till slut hade satt upp händerna och slutat bry sig om vad han gjorde med sig själv, satt han ensam i ett mörkt rum, hörde sina leder tjuta och drömde om att ta livet av sig.

– Jag var förlorad, helt borta, och befann mig i ett konstant tillstånd av manligt PMS - hormonerna flög omkring inom mig och humöret åkte jojo. Jag ville bara få slut på alltihop, få slut på smärtan som jag själv kände och den som jag åsamkade andra.

– Jag menar, det är klart att jag hade försökt sluta med drogerna, men varenda gång blev det bara värre. Depressionerna blev djupare och begäret var otroligt starkt. De sista åren var jag värre än någon crackmissbrukare. Trots att jag var så vansinnig skulle jag ha kunnat mörda för att få fortsätta, för att få lägga vantarna på nästa försändelse med Deca eller Maxibolin.

Hans kropp höll slutligen på att kapitulera för alla ackumulerade gifter. Vid det här laget, 1983, blödde det överallt på honom: i tandköttet, njurarna, tjocktarmen och bihålorna. Han började få huvudvärk som var så genomträngande och envis att han utvecklade separata beroenden av värktab-lettema Percodan och Demerol. Och det värsta av allt (enligt Michaliks sätt att se) var att hans muskler plötsligt hade blivit mjuka. Oavsett hur hårt han tränade eller vad han pumpade i dem så förlorade de sin glänsande, osmotiska hårdhet och började hänga i påsar likt färgen på billiga vitmålade däck.

»Det var två år sedan han ens haft tillstymmelse till erektion. Faktum var att hans humör var så oberäkneligt att hans fru lät lägga in honom på ett dårhus på Long Island under en period.«

Hans två sista år på touren blev en enda lång mardröm. Vid en gala i Toronto föll han ihop och var nära att dö, då han kollapsade på scenen med kramp från topp till tå. De skandaliserade arrangörerna släpade honom av scenen i fötterna. Efter att hans kolesterolvärde nått 500 gjorde han 1985 ett förtvivlat försök att sluta med steroider en gång för alla. Emellertid sjönk testosteronhalten i hans kropp kraftigt och vid en spermieräkning hade han noll spermier. Samtidigt förvandlades hans bröstmuskler till mjuka, degiga bröst av allt östrogen som hade ackumulerats i kroppen under åren.

De vänner han alltjämt hade kvar påpekade att hans häck började bli rund och kvinnlig och pikade honom för hans nya sätt att gå, med sexigt svängande höfter.

Han sprang runt till den ena endokrinologen efter den andra och tiggde om att de skulle ge honom något som skulle vända utvecklingen. Varenda en av läkarna pekade på Michaliks levervärden och visade honom på dörren. När han gick därifrån hade han en tydlig känsla av att de skratade åt honom.

Efter att ha vägt alternativen mot varandra – att leva ett trist, urvattnat liv utan steroider eller att dö som en machoman med en stor smäll – valde Michalik utan att tveka det sistnämnda. Han packade en väska, tog sitt viktbalte och satte sig på ett plan till LA. Han stannade nio månader i staden där alla kemiskt uppbyggda hingstar tränade. Inte långt från stan arbetade en liga bestående av före läkarstuderande med att tillverka droger som var så nya att de knappt hade namn för dem än. Det var grejer som kostade 250-300 dollar flaskan, men som pumpade upp en som en tryckluftsslang och såg till att man förblev sådan. Man blev också kraftigt illamående, men det hade inte Michalik tid att oro sig för. Han sprang bara ut på toaletten och kräktes och gick sedan tillbaka och körde 30 set till.

Han tappade håret i stora tovor och plågades av torrhosta som härrörde från levern. Varenda led i hans kropp var inflammerad. Till och med att gå gjorde olidligt ont. Men på natten när han låg i sängen och hade för

ont för att kunna sova, gladde han sig åt att att han äntligen skulle vara död snart och att det skulle behövas åtta mån för att bära hans kista.

Han kom tillbaka till New York hösten 1986, på vingliga ben men med enorm, gyllenbrun kropp. Hela tiden hade han siktat på att Night of Champions skulle bli hans svanesång - den skulle arrangeras på Beacon Theater i november och var kroppsbyggarnas egen Oscarsgala. Alla skulle vara där, alla stjärnor och experter.

Myten om Michalik skulle befästas om han kunde uppträda där en sista gång. Han tänkte resa sig upp ur en kista till tonerna av Elton Johns Funeral for a friend. Det som verkligen skulle hjälpa honom vore förstås om han kunde falla död ner på scenen, men det var för mycket att våga hoppas på. Det enda som räknades i slutändan var att han fick lämna scenen till ljudet av 2 500 åskådare som skrek ut sitt bifall. Jublet skulle en gång för alla dränka hans farsas förutsägelse om att det aldrig skulle bli något av honom.

Sedan vaknade han klockan fyra på natten två veckor före galan med en brännande smärta i levern, och därmed var det slut med den saken.

Michalik svävade lyckligt omkring på morfin och Nembutol i 72 timmar, och han drömde att han var död. Hans fantastiska tur höll emellertid i sig även under dessa tre dygn. De jättelika cystorna i levern stabiliserades och började krympa, även om de hade gröpt ur levern till den grad att det knappt fanns något kvar av den. Utan transplantation skulle det dröja månader innan han ens kunde sitta upp och inta föda. Kroppsbyggarkamären var hur som helst över.

När Michalik vaknade på intensivvården var han otröstlig. Inte nog med att han oförklarligt nog levde, hans vackra kropp höll dessutom på att lösas upp och försvinna. Utan steroider och de dryga två kilo kyck-



ling som han åt varje dag bröts musklerna ner och strömmade ut i blodet som avfallsprodukter. På tre veckor gick han ner över 45 kilo. Han bokstavligen pissade ner sig till 67 kilo efter att stadigt ha legat på 115. Förutsägbart nog började han få problem med njurarna. De funge-rade bara till 60 procent, sedan 40, sedan 20. Från att ha haft svart hår blev han gråhårig, och huden hängde i påsar på honom. Hans far kom in och meddelade med sedvanlig taktfullhet att han såg ut som en 85-årig gubbe.

Under det fåtal timmar varje dag då Michalik var klar i huvudet grät han utan att kunna behärska sig. Av det mest osannolika råmaterial – dåliga gener, liten benstomme och ett grundligt förödmjukat ego – hade han skapat detta ytterst märkliga fenomen, en kropp som ingen mindre än Arnold Schwarzenegger en gång hade hyllat som världens främsta. Nu var han så svag att han inte ens orkade lyfta huvudet från kudden. Han låg överksam i månader och tyckte att han var en illustration till sin pappas spådom.

- Jag var precis som Lyle Alzado (stjärna i amerikansk fotboll som dog i cancer, 42 år gammal. Offsides anm.), en skolkompis från high school i Brooklyn: svag och nedbruten och tvungen att förlita mig på min

fru för att hålla mig vid liv. Hon kom varje dag och gav mig mat som jag sög i mig med sugrör, och hon snodde den jättehög med piller som jag hade sparat för att kunna ta livet av mig. Som tack för att hon fortfarande ställde upp efter allt som hänt sålde jag gymmet och gav pengarna till henne. Jag ville inte ha dem, jag ville inte ha någonting. Jag ville bara ligga i sängen och vara ensam och olycklig. Jag var så deprimerad att jag knappt kunde röra käkmusklema för att prata, säger Michalik.

Till slut, våren 1988, hade han återhämtat sig så pass att han kunde kravla sig ur sängen korta stunder. Besatt av ett plötsligt begär att gottgöra sina synder ringde Michalik upp varenda promotor han kände och bönföll dem att låta honom gå upp på scen i sitt nuvarande tillstånd och ge en dramatisk skildring av hur steroiderna hade lönat honom. Förvånansvärt nog gick flera av dem med på det. De släppte fram Michalik, en behög i svart skjorta, och lät honom förvandla stället till en kyrkogård i do minuter.

- Alla tjugoåringarna stirrade på mig med öppen mun när jag tog micken och sa: »Du tror kanske inte att det här kan hända dig, tuffing. Du tror att du vet mer om steroider än jag. Men jag har skrivit en bok om steroider, kompis, och de har ända tagit kål på mig. Jag är 40 år gammal och helt slut. Död.«

Den före detta proselyten för steroider fann en viss bister tillfreds-ställelse i att sprida evangeliet mot dem. Han släpade sig runt till high schools och kända dopningsgym, och använde sig själv som ett vandrare, varnande exempel. Men även om det arbetet kanske gjorde hans själ gott så åstadkom det inte ett jäkla dyft för hans kropp. Levercystorna hade krympt och var nu stora som golfbollar, men mindre blev de inte. De tärde på honom och tvingade honom att äta som en mus. Han livnärde sig på mjöl och hönssoffa. Hans hormoner var vansinnigt tillrörda – ett blodprov visade att han hade

samma testosteronhalt som en tolvårig flicka – och det var två år sedan han ens hade haft tillstymmelse till erektion. Faktum var att hans humör var så oberäkneligt att hans fru lät lägga in honom på ett dårhus på Long Island under en period.

– Jag var inte galen, men jag visste inte vad jag skulle ta mig till annars. Jag bara satt där hela dagarna, alldeles förtärd av självhat och frågade mig varför jag hade gjort det ena eller det andra. Jag menar, jag hade aldrig haft någon särskilt bra relation till mig själv ens när jag var jättelik, men nu höll jag på: »Du är svag! Du är liten! Du är korkad!« Och vad fan kunde jag svara på de tankarna? Det enda hos mig själv som jag någonsin hade satt värde på var min kropp och den hade jag systematiskt sett till att kvadda totalt. Mitt liv var outhärdligt, säger Michalik.

I det läget grep ödet in och gav Michalik en jättechans. Nästan på andra sidan jorden fick en australisk rugbyspelare vid namn Joe Reesh höra talas om Michaliks belägenhet och ringde upp honom för att berätta om ett nytt, kraftfullt avgiftningsprogram. Det var en brutal och mödosam kur: en timmes löpning och sedan fem timmar på råken i 82-gradig bastu. Programmet skulle följas i minst 21 dagar, men det drev ofelbart ut giftema ur fettcellerna, där de annars skulle sitta kvar i kristalliserad form under resten av livet.

Michalik var fullständigt desperat och gjorde ett försök. Han klarade knappt av att jogga runt kvarteret den första dagen, men i bastun började alltihop komma ut: en tjockflytande, grön massa sipprade fram ur ögonen och näsborrarna. Vid slutet av första veckan, säger han, kunde han springa tre kilometer. Vid slutet av andra veckan hade det gråa håret blivit svart igen - det intygar hans fru. Och när han klev ut ur bastun den tjugotredje och sista dagen var huden skär och åtsmitande som på en tonåring. Prover på levern och njurarna bekräftade det fullkomligt osannolika: han var fullt

frisk igen.

– Allt kom tillbaka: mitt sinne för humor, min livslust - ja, vad fan, min lust helt enkelt. Glöm inte att det var nästan tre år sedan jag hade fått upp den - jag hade massor att ta igen. Men det allra bästa var det som inte fanns kvar längre. Det var som om allt det biokemiska hat som jag gått och burit på under tolv års tid hade runnit ur mig tillsammans med den där gröna geggan. Jag fick ett överväldigande behov av att träffa folk igen, särskilt min son Stevie. Jag hade så ofantligt mycket att gottgöra honom för och jag älskade varje minut av det. Jag blir helt knäckt när jag tänker på att jag lät mig bli så sjuk att jag var beredd att dö och lämna honom, säger Michalik.

Han gick till sin fru och berättade att han tänkte återvända till kroppsbyggandet. Det var hans liv, hans konstform, han kunde inte låta bli — fast den här gången, lovade han dyrt och heligt, skulle han hålla sig ren. Hon förstod honom, eller försökte i alla fall göra det, men sa att hon inte orkade gå igenom alltsammans en gång till: måltiderna klockan två på natten, veckoräkningarna på 500 dollar från mataffären. De skildes som vänner och Michalik återvände till gymmet, ivrig och målmedveten som en munk. Under de senaste två åren har han lagt på sig 27 kilo. Han väger 103 kilo och ser kompakt och kraftfull ut, men han ser nyktert på tillvaron.

– Nuförtiden finns det nittonåringar som väger in på 120 kilo, säger han och skakar på huvudet.

– Det syntetiska mänskliga tillväxthormonet har skapat en ny art på fem år. Snart kommer folk att väga 135 kilo och ha 58-centimeters halsar som är nästan lika stora som deras midjor.

– Men över hela landet kommer unga killar att dö av dopningen, eller få diabetes eftersom de bränner sönder sin bukspottskörtel. Jag struntar i vad de där svinen i Kalifornien säger, det finns inget sådant som »bra« droger. Det finns bara dåliga droger och sjuka jävlar som säljer dem.

WADA's forbudte liste

1. Stoffer og metoder forbudt i konkurrence

Stoffer

- S1. Stimulerende stoffer (fx amfetamin, kokain og efedrin)
- S2. Narkotika
- S3. Cannabinoder (fx marihuana og hash)
- S4. Anabole stoffer
- S5. Peptidhormoner (fx EPO, væksthormon og insulin)
- S6. Beta-2-agonister (astmastoffer)
- S7. Stoffer med anti-østrogen virkning
- S8. Sløringsstoffer
- S9. Glukokortikosteroider

Metoder

- M1. Forøgelse af ilttransporten
- M2. Farmakologisk, kemisk og fysisk manipulation
 - M3. Gendoping

3. Stoffer forbudt i visse sportsgrene

Stoffer

- P1. Alkohol
- P2. Beta-blokkere
- P3. Diuretika

2. Stoffer og metoder forbudt i og uden for konkurrence

Stoffer

- S4. Anabole stoffer
- S5. Peptidhormoner (fx EPO, væksthormon og insulin)
- S6. Beta-2-agonister (astmastoffer)
- S7. Stoffer med anti-østrogen virkning
- S8. Sløringsstoffer

Metoder

- M1. Forøgelse af ilttransporten
- M2. Farmakologisk, kemisk og fysisk manipulation
- M3. Gendoping

4. Specificerede stoffer

Stoffer som kan resultere i en utilsigtet dopingovertrædelse, idet de findes i en række almindelige medicinske produkter og ikke har nogen videre præstationsfremmende virkning.

Ved overtrædelser med disse stoffer gælder en reduceret strafferamme, hvis idrætsudøveren kan dokumentere, at stoffet ikke blev brugt med henblik på præstationsforbedring.

Samband mellan anabola steroider och våldshandlingar

Af Ann-Marie Dock, Pressmeddelande 990601 från Karolinska Institutet:

Det finns ett troligt samband mellan bruk av anabola steroider och olika typer av våldshandlingar. Det visar en doktorsavhandling av rättsmedicinaren Ingemar Thiblin, som nyligen lades fram vid rättsmedicinska enheten på Karolinska Institutet.

Ingemar Thiblin har studerat 48 män, som alla använt sig av anabola androgena steroider (AAS). Källmaterialet har utgjorts av polisutredningar, domar, rättspsykiatriska utredningar, sjukhusjournaler och obduktionsprotokoll. Thiblin visar på ett samband mellan olika våldsyttningar och särskilda beteendeförändringar, som i sin tur kunde kopplas till olika faser av steroidanvändningen.

– Lång tids användande och pågående bruk var associerat med snabba humörsvängningar och impulsiv aggressivitet, okontrollerade vredesutbrott med våld mot andra, inklusive mord och omfattande skadegörelse. Också så kallade impulsiva självmord förekom, säger Ingemar Thiblin.

Bland dem som börjat använda steroider noterades först positiva effekter med ökad energi, ökat självförtroende och ökad sexualdrift. Hos dem som slutat var bilden däremot den motsatta, de var ofta depressiva med ångest, håglöshet och dåligt självförtroende. I denna fas förekom avrättningsliknande mord, som tillsynes var utlösta av att steroidanvändaren känt sig förnedrad. Dessutom förekom planerade självmord.

Studier av AAS effekter på transmittorsystemen i hjärnan visade på ökad aktivitet i så kallade dopaminerga och serotonerga system, som bl a reglerar motivation, humör och aggressivitet. Preparaten påverkade också ett annat system (det kolinerga) som har betydelse för reglering av aggressivt beteende. Dessa effekter kan åtminstone delvis förklara de beteendeförändringar som var kopplade till steroidanvändning. Avhandlingens titel: Anabolic androgenic steroids and violence. A medicolegal and experimental study.

Det svenske forskningshospitals Karolinska Institutets hjemmeside:
www.info.ki.se/news/media_services/press_releases/1999/violence2_se.html

Arbejdsopgaver

1. Hvordan har man til alle tider snydt?
– diskuter doping i historisk perspektiv, med særlig vægt på hvordan doping har udviklet sig og på hvordan, I tror, doping vil udvikle sig.
2. Skriv samtlige præparater i din families medicinskab på en liste – og undersøg ved hjælp af ADD's præparatliste, hvilke der er problematiske i dopingsammenhæng.
3. Diskuter hvilke elementer/faktorer/personer, der har betydning for en elitepræstation/rekord i f. eks. 100 meterløb eller vægtløftning!
4. Vælg en idrætsgren og diskuter, hvilken positiv eller negativ effekt forskellige former for doping ville have for den idrætsudøver, der ville maximere sin præstation ad den vej!
5. Diskuter hvilke idrætsgrene, der var mest dopingproblematisk ved OL i 2004 – og giv jeres bud på hvorfor! Hvilke nationer topper listen over dopingsyndere ved OL i Athen?
6. Pasta-parties og slankning før indvejning til konkurrence er ikke doping, men er det snyd?
– og kan/skal idrætten føres "tilbage"?
– og i så fald til hvad?
7. Diskuter de ultimative konsekvenser af den systematiske doping og pillemisbrug som både "Heidi" og "The Phantom" udsættes for – fysisk, psykisk og socialt.



**Ressourceliste
og kildefortegnelse**

Ressourceliste

www.doping.dk

Anti Doping Danmarks officielle hjemmeside. Den centrale hjemmeside om dopingproblematikken. Indeholder mange spændende artikler, links, forslag til videre arbejde, leksikon m.v. De mange links til andre landes officielle antidoping hjemmesider (se fx www.antidoping.no) gør denne hjemmeside til et fint udgangspunkt for informationssøgning. Der findes også en ganske omfattende litteraturliste, som kan inspirere i det videre arbejde.

www.motion-online.dk

Hjemmeside drevet af eksperter indenfor området motion, ernæring m.v. Dækker emnerne doping og kosttilskud flot med mange interessante artikler skrevet af eksperter. Også de nyeste ting er med.

www.wada-ama.org

World Anti-Doping Agency. Den officielle hjemmeside for den internationale antidoping organisation. Meget materiale på engelsk, fransk, spansk og portugisisk.

www.kulturministeriet.dk

Kulturministeriet er også idrættens ministerium. Derfor er ministeriet ansvarlig for bl.a. arbejdet med antidoping i Danmark. Mange links til forskellige politiske initiativer indenfor området.

www.dif.dk

Dansk Idræts-Forbunds officielle hjemmeside med link til alle specialforbund under DIF.

www.olympic.org

Den internationale olympiske organisation (IOC) har mange informationer om doping og antidoping arbejdet på deres hjemmeside. IOC er ansvarlige for gennemførelsen af dopingkontroller i forbindelse med OL, og var frem til 2003 ansvarlige for udarbejdelsen af Dopinglisten.

www.unesco.org

FN underorganisation med ansvar for bl.a. doping. Hjemmesiden indeholder en del materiale af politisk karakter. Materialet kan findes ved at søge på 'doping' på hjemmesiden.

www.ifo-forsk.dk/artikeloversigt.htm

Hjemmeside for Idrætsforsk, som er en idrætsforskningsinstitution. Indeholder en række debatartikler om idræt, sport, kultur – også om doping.

www.dgi.dk

De Danske Gymnastik- og Idrætsforeninger. Masser af debat – også vedrørende doping. Se under Service og vælg DGI om dopingkontrol/DGI om misbrug.

www.bioinfo.kvl.dk/litteraturforslag/doping.htm

Hjemmeside for Den kongelige Veterinær og Landbohøjskole. Adressen her henviser til en meget fyldig litteraturliste vedrørende doping.

Kildefortegnelse

Idealer til salg – krop og identitet

Rasmus Damsgaard: ”Jeg savner den følelse af at være hårdt pumpet, den følelse når folk ser en og tænker – fuck, en stor mother-fucker”, i: Beretning 2002, Kulturministeriets udvalg for idrætsforskning

Eva Wulff Helge, ”Den gode form. Om træning og spiseforstyrrelser”
Bragt i Focus - tidsskrift for idræt, 1999 (abonnement kan tegnes på tlf. 8648 3633)

Alice Riis Bach, ”Mandlige kropsidealer, motionsdoping og spiseforstyrrelser”, 2004

Bertill Nordahl og Gideon Zlotnik, ”Indledning”, s. 11-20 i: De stakkels piger, København 2004

Michael Andersen, ”Behov for et opgør med pillekulturen”
Artikel bragt i Politiken i 2002

Steen Beck, ”Unge og rusmidler”, 2004

(Faktatekst: Malene Jensen, Kosttilskud - ”Hård

kost”, fra Danske Gymnastik- & Idrætsforeningers hjemmeside 21. november 2002 (www.dgi.dk/redaktionen/dui/34-2002/kost.asp)

Idræt og etik – konsekvenser af doping

B. Ibsen, T. Jessen, F. Mikelsen, I. Kryger Pedersen, H.E. Poulsen og B. Saltin: ”Doping i et historisk og samfundsmæssigt perspektiv”, s. 19-26 i: Doping i Danmark, en hvidbog, Kulturministeriet 1999

Pierre de Coubertin: ”Den moderne Olympismes filosofiske grundlag”, Radiobudskab fra Berlin 1935.

Inge Kryger Pedersen: Voksende adgang til dopingmidler i befolkningen – oplæg til kvalitative undersøgelser på gymnasium, statistiske beregninger.
Bragt på www.doping.dk i 2002.

Verner Møller: ”Sportens ånd og væsen”
Artikel bragt i Politiken 26. august 1998.

Morten Mølholm Hansen: ”Doping slører spændingsmomentet”

Artikel bragt i Politiken 31. marts 2002

Sigmund Loland: ”Doping”, s. 58-63 i: Idrætt og etikk – en innføring, Oslo 2002.

Morten Mølholm Hansen og Søren Bang: ”Dyb europæisk mistillid til sporten” Oprindeligt trykt i DIF's blad Idrætsliv 19/1998

(Faktatekst: Brian Holm, Smerten Glæden – Erindringer fra et liv på cykel, Forlaget Hovedland, Højbjerg 2002, side 111-113

Inge Kryger Pedersen og Lars Benjaminsen, Doping i den danske befolkning og i de danske idræts- og motionsinstitutter, Sociologisk Rapportserie 5, 2002, Københavns Universitet. www.doping.dk/visArtikel.asp?artikelID=943)

Idræt og Politik – magten, demokratiet og kroppen

John Idorn: ”Idrættens stormagter i åbenlys dopingpanik”
Artikel bragt i PULS, nr. 1, 1991

Rasmus Damsgaard: ”EPO-testen drejer sig ikke

om Hamburger”, Artikel bragt i Politiken d. 30. maj 2004.

Steen Ankerdal: ”Olympisk komité går over gevind”, Artikel bragt i BT d. 11. februar 2004.

Karl Christian Koch: ”Ankerdal går over gevind”, Artikel bragt i BT d. 14. februar 2004.

(Faktratekster: Boom i dopingmisbrug?, Kilde: IOC 2004.

Henning Eichberg; Doping og Demokratiets krop fra ”Demokrati og kropslighed”, red. Henning Eichberg, Finn Bygballe og Søren Møller. Gerlev Bavnehøjbanke 1999.

Rekorder og medaljer – præstation eller kemi

Bengt Saltin: Hæmatokrit – hvad er det? Artikel bragt i PULS, nr. 2, 2000

B. Ibsen, T. Jessen, F. Mikkelsen, I. Kryger Pedersen, H.E. Poulsen og B. Saltin: ”Fremtidsscenario”, s. 55-61 i: Doping i Danmark, en hvidbog, Kulturministeriet 1999

Kent Olsen, Heidi blev til Andreas, Bragt i Morgenavisen Jyllandsposten 7. maj 2003

Paul Solotaroff: ”Piller byggede denna kropp”. Oprindelig offentliggjort i

The Village Voice (1991).

(Faktratekst: WADA's liste fra www.doping.dk

Ann-Marie Dock: ”Samband mellan anabola steroider och våldshandlingar”, Karolinska Institutets hjemmeside: www.info.ki.se/news/media_services/press_releases/1999/violence2_se.html)

Anti Doping Danmark vil gerne rette en stor tak til alle forfattere og forlag der har indvilliget i at stille tekster til rådighed til denne antologi.

Billeder

Alle fotografier er modelfotos ved fotograf Anders Hald (www.andershald.com).