

## Om misbrug af anabole androgene steroider (AAS)

Doping er ikke kun noget, der bruges i idrætten for at fremme præstationsevnen. I dag bruges doping også uden for idrætten, som et redskab til at forandre krop og udseende. Man taler i denne forbindelse om begrebet "motionsdoping", som dækker over misbrug af AAS (syntetisk fremstillet testosteron) i fitness- og styrketræningsmiljøet.

### Misbrugeren

Misbrugerne er ofte unge mænd, som er stille og generte, som er usikre, og som har problemer med kontakten til det modsatte køn. I mange tilfælde er de blevet omsorgssvigtet, mobbet eller helt overset. Disse unge har lavt selvværd, og derfor er det nemt at lade sig lokke af budskaberne i AAS-reklamerne: "Hvis du forandrer din krop, bliver du lykkelig – og det gør du nemt ved at tage dette steroidprodukt".

### Misbruget

AAS indtages i såkaldte "kure" af fx 6-12 ugers varighed. En kur indeholder oftest flere forskellige steroidpræparater – både orale og til injektion, og afsluttes med en PCT-kur (Post Cycle Treatment), som skal hjælpe med at "kickstarte" egenproduktionen af testosteron igen samt forhindre aromativering af testosteron i kroppen.

## Lægens afgørende rolle

Der findes mange forskellige bivirkninger ved brug af muskelopbyggende stoffer, og de er ikke alle altid lige tydelige hos alle misbrugere.

Helt sikkert er det dog, at de opstår, og når det sker, søger AAS-misbrugerne gerne hjælp hos deres praktiserende læge. Derfor er det vigtigt at kende de symptomer, der kendetegner et steroidmisbrug og at kunne stille de relevante spørgsmål. På den måde kan patienten tilbydes den rette hjælp, samt eventuelt blive sendt videre til de relevante specialer diagnosticeret som steroidmisbruger - frem for en patient med fx diagnosen slem akne, forhøjet blodtryk eller depression.

Du kan læse mere om de relevante specialer til AAS-misbrugere på [www.steroids.dk/tillaegen](http://www.steroids.dk/tillaegen)

## Mest benyttede stoffer i fitnessmiljøet

### Muskelopbyggende stoffer

Anabole androgene steroider (AAS), testosteron, væksthormon (hGH) og insulin.

### Bivirkninger

Herunder følger en opridsning af nogle af de almindeligste bivirkninger ved misbrug af AAS udover de allerede nævnte symptomer:

#### Fysiske bivirkninger:

- Problemer med libido og erektion
- Funktionelle og strukturelle skader i leveren med risiko for blodcyster, skrumpelever og leversvigt, og man kender derudover til tilfælde af levercancer
- Øget risiko for åreforsnævring (aterosklerose) og blodpropper
- Øget risiko for forhøjet blodtryk

#### Psykiske bivirkninger:

- Kort lunte og aggressiv adfærd der er vanskelig at kontrollere, især når AAS blandes med alkohol og andre stoffer
- Forkvaklet opfattelse af egen krop (megareksi)
- Voldsom depression, psykoser og paranoia kan opstå som følge af misbrug af anabole androgene steroider

For en mere udtømmende oversigt over bivirkninger ved misbrug af AAS, besøg [www.steroids.dk](http://www.steroids.dk).

### Øvrige benyttede stoffer

#### PCT (Post Cycle Therapy)/antiøstrogen

Fx Nolvadex, HCG, Clomid, Proviron, Arimidex, Femera

#### Anden medicin

Fx blodtryksmedicin, efedrin, Voltaren, Domnamid, Contalgin, Zomig.

#### Centralstimulerende stoffer

Misbrug af AAS fører for en stor procentdel til et blandingsmisbrug med diverse centralstimulerende stoffer, især amfetamin og kokain, og for nogle derudover også brug af opiater.



## Råd og vejledning

### DOPINGLINIEN:

Telefon 70 25 71 12

Dopinglinien er en anonym telefonrådgivning bemandet med læger med erfaring i idrætsmedicin. Her kan alle få svar på spørgsmål om AAS og alle andre dopingstoffer. **Dopinglinien er åben hver mandag og torsdag kl. 16.00-18.00**

### Anti Doping Danmark

Det er altid muligt at henvende sig med spørgsmål eller for råd og vejledning hos Anti Doping Danmark på tlf. 43 26 25 50 eller på [info@antidoping.dk](mailto:info@antidoping.dk)



TrygFonden

### Anti Doping Danmark

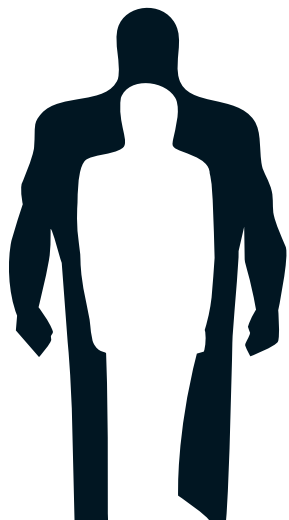
Idrættens Hus · Brøndby Stadion 20 · 2605 Brøndby  
[www.steroids.dk](http://www.steroids.dk)

KAN DU GENKENDE EN  
**STEROID-  
MISBRUGER?**



**Din rolle som læge er afgørende** i mødet med misbrugeren af anabole androgene steroider. Læs mere om symptomerne, der kendetegner et steroidmisbrug, så din patient behandles optimalt.

# Steroidmisbrugets 3 faser



## Fristende [1. fase]

### Fysik

Umiddelbart er steroidmisbrugerens første oplevelser oftest meget positive. Musklerne vokser, og han bliver tungere.

### Psykologi

Misbrugereren føler sig meget potent og energiniveauet er i top. Derfor kommer han ikke nødvendigvis med specifikke symptomer på bivirkninger, men måske snarere på grund af bekymring for potentielle bivirkninger. Derfor vil han ofte bede om at få målt blodtryk og tjekket levertal.

### Bivirkninger

De hyppigst forekommende bivirkninger i første fase af et steroidmisbrug er akne, ødemer, gynækomasti, testikelatrofi og striae. For nogle vil steroiderne også hurtigt medføre en begyndende aggressivitet. Derudover sveder AAS-misbrugere abnormt, og for nogle kan misbrug af AAS allerede efter mindre kure – præparater i små doser over kortere tid - medføre depressioner og angst. Efter endt kur oplever mange at have libido- og rejsningsproblemer, hvilket man dog oftest forsøger at løse selv ved hjælp af de hormonpræparater, som ligeledes er tilgængelige i miljøet, fx Nolvadex, Arimidex m.fl.



## Farlig [2. fase]

### Fysik

Efter et par kure kan misbrugereren allerede have taget adskillige kilo på, nogle op til 30 kg. på et år. Misbrugereren har samtidig lav fedtprocent og uproportional muskeludvikling omkring skuldre, bryst og nakke.

### Psykologi

Efter flere AAS-kure kan depressionerne tage til. Dette gør sig især gældende i pauserne mellem kurene, hvilket desværre ansporer til at påbegynde nye og ofte stærkere kure. Misbrugereren bliver ligeledes stadigt mere aggressiv, jo flere kure han har bag sig. Lunten bliver kortere, og selv små bagateller kan afstedkomme voldsomme raseriudbrud, både mod de nærmeste og fremmede mennesker.

### Bivirkninger

De hyppigste og tydeligste fysiske bivirkninger er stadig akne, striae og gynækomasti, men efter flere kure er kroppen tiltagende påvirket, hvilket blandt andet viser sig ved forstørret prostata, forhøjet blodtryk, forhøjede levertal, forstørret hjerte og skader på nyrerne.



## Fatal [3. fase]

### Fysik

Efter flere år med stadigt stærkere og hyppigere kure er der tale om et udtalt misbrug. Misbrugereren er nu afhængig – i hvert fald af at have en stor krop, som kun eksisterer med hjælp fra AAS. Misbrugereren har nu så mange bivirkninger og gener ved sit misbrug, at han må supplere AAS med diverse præparater; smertestillende medicin, sovepiller, diuretika, potensmidler m.m.

### Psykologi

Også psyken er meget påvirket efter lang tids misbrug af AAS. Både steroiderne og det miljø som steroidmisbrugereren færdes i, kan medføre, at han får et forkvaklet forhold til sin egen krop, hvor han føler sig lille og skrøbelig, og derfor konstant kæmper med alle midler for at blive større (megareksi).

### Bivirkninger

AAS-misbrug over lang tid kan medføre paranoia, angst og svære depressioner. For nogle er depressionerne så kraftige og misbruget så uoverskueligt, at det ender med selvmord. Det er påvist, at risikoen for selvmord i forbindelse med et seriøst steroidmisbrug er signifikant større end i andre misbrugsgrupper.

## Sådan genkender du steroidmisbrug

Der findes mange forskellige bivirkninger ved brug af muskelopbyggende stoffer, og de er ikke alle altid lige tydelige hos alle brugere.

Følgende fysiske og psykiske symptomer kan være kendetegnende for et misbrug af anabole androgene steroider. Jo flere af symptomerne der findes ved patienten, jo større er sandsynligheden for AAS-misbrug.

- Hurtig og kraftig vægtøgning på kort tid med lav fedtprocent
- En uproportional muskeludvikling – især omkring bryst, nakke og skuldre
- Forhøjet blodtryk
- Øget aggressivitet
- Akne - især på ryg, skuldre og bryst
- Gynækomasti
- Depressioner, psykoser og paranoia
- Stikmærker i de store muskelgrupper – baller, lår og skuldre
- Tegn på gulsot i huden
- Striae – forekommer hovedsagligt på arme, bryst, lår og ryg
- Skader på leveren
- Forstørret prostata
- Testikelatrofi
- Ødemer

### Derudover gælder for kvinder:

- Regelmæssig menstruation ophører
- Klitorisforstørrelse
- Øget skægvekst og kropsbehåring
- Dyb stemme

En anden indikator på steroidmisbrug udover de ovennævnte er et stort behov for anden medicin, fx potensmidler, smertestillende medicin, sovemidler og blodtryksmedicin.