

ZüFAM-Newsletter | September 2015

> **Anabolikakonsum: Körperkult um jeden Preis?**

Der Konsum von Anabolika spielt sich zu einem guten Teil in einer recht geschlossenen Szene ab. Daher wird viel gemutmasst, herrscht Misstrauen vor. Eine Explorationsstudie im Auftrag der ZüFAM bringt etwas Licht ins Dunkel und zeigt die Herausforderungen für die Prävention auf.

Fitness- und vor allem Krafttraining stehen regelmässig im Fokus des öffentlichen Interesses. Einerseits ist von einem Boom und von steigendem Gesundheitsbewusstsein die Rede, andererseits von übertriebenem Ehrgeiz, ja gar suchtartigen Tendenzen – je nach Fokus und Standpunkt.

Oft wird die Diskussion in die Leistungsgesellschaft und ihre Folgen eingebettet oder sie dreht sich um den Körperkult, der unter jungen Männern besonders stark ausgeprägt ist. Auch die Branche selbst steht hin und wieder in der Medienöffentlichkeit.

So wurde kürzlich über die wachsende Verbreitung von eigentlichen Discountangeboten berichtet. Der Kunde bzw. die Kundin bezahlt bloss noch das, was er/sie effektiv in Anspruch nimmt. Wer also beispielsweise keine Einführung an den Kraftgeräten braucht (oder zu brauchen glaubt), spart und schont das Portemonnaie – vielfach als «empfindlichstes Körperteil» bezeichnet.

Eigentlich ein sympathischer Zug, der aber voraussetzt, dass sich die Trainierenden selbst richtig einschätzen. Selbstverantwortung ist hier das Stichwort. Diese ist im Fitness- und Krafttraining auch im Hinblick auf eine eventuelle Einnahme von Ergänzungsmitteln von Bedeutung. Es stellt sich die Frage, wie gut der Wissensstand, insbesondere der ehrgeizigen, dem Körperkult huldigenden Personen ist:

- **Wie gut sind sie über Aufbaupräparate informiert?**
- **Wie gross ist ihre Bereitschaft, solche zu konsumieren?**
- **Schätzen sie die Risiken und Nebenwirkungen realistisch ein?**
- **Oder nehmen sie gesundheitliche Risiken – auch bewusst – in Kauf?**

Anabolikakonsum im Freizeitsport

Charles Landert und Daniela Eberli von Landert Brägger Partner führten im Auftrag der ZüFAM eine Explorationsstudie zum Anabolikakonsum im Freizeitsport durch, um Grundlagen für mögliche Präventionsbotschaften zu schaffen. Dabei richteten sie den Fokus

auf die Bereiche Bodybuilding und Kraftsport. Einige interessante Erkenntnisse sollen hier wiedergegeben werden.

Eine solche Untersuchung sieht sich mit einer «geschlossenen» Fitnessszene konfrontiert, was die Informationsbeschaffung enorm erschwert. Die Gründe dafür sind in der Tabuisierung von Anabolika innerhalb der Szene sowie bei den Vorurteilen von «Normalbürgern» und Nicht-Trainierenden zu suchen.

Motivation für den Ein- und den Ausstieg

Was führt dazu, dass jemand Anabolika einzunehmen beginnt? Die Antworten der Anabolikakonsumenten unter den Befragten lassen keine Zweifel offen: Das körperliche Idealbild zu erreichen, ist die mit Abstand am häufigsten genannte Motivation. Es folgen eine möglichst schnelle Erhöhung des Muskelaufbaus und das Wachstum der Muskeln über die genetischen Grenzen hinaus.

Fast vier Fünftel der Befragten bekräftigten, dass sie sich vor dem Konsumentenscheid ausführlich informiert hatten, wobei es eine Vielfalt an Informationsquellen gibt.

Bezugsquellen für rezeptpflichtige Substanzen sind Ärzte und Apotheker, daneben auch Trainer und weitere private Händler. Die Stoffe stammen – zumindest gemäss einiger Gesprächspartner – aus Untergrundlaboratorien in der Schweiz oder werden aus Osteuropa oder Indien importiert.

Welche Gründe führen aber dazu, dass jemand mit dem Anabolikakonsum aufhört? Hier nehmen die Auswirkungen auf die sexuelle Gesundheit die Spitzenposition ein. Auch Nebenwirkungen mit möglicher Todesfolge wie Herzinfarkt oder Krebs fanden Erwähnung, genauso wie die Gefährdung der Partnerschaft und von Beziehungen zur Familie oder zu Freunden.

Folgerungen für die Prävention

Der Bericht identifiziert unter den Anabolikakonsumenten drei Gruppen:

- **Profis, die an Wettkämpfen teilnehmen und ihr Einkommen decken wollen; sie verfolgen ein Idealbild, das mit natürlichen Mitteln nicht zu erlangen ist**
- **Halbprofis, die das Idealbild mit den Profis teilen, aber kein grosses Einkommen erwarten**
- **Amateure, die ein muskulöseres Aussehen im Rahmen des natürlich Möglichen wünschen, aber dennoch Anabolika konsumieren.**

Der Zugang zu den einzelnen Gruppen dürfte unterschiedlich schwierig sein, einfach ist er aber sicher nie. Den Königsweg gibt es nicht, eines scheint sich aber herauszukristallisieren: Die sozialen Netzwerke bieten die Möglichkeit eines breiteren Zugangs zu den

Zielgruppen. Da jedoch schon viele «neutrale» Informationen über Anabolika existieren, ist ein Auftreten mit Originalität gefragt. Eine Herausforderung, der sich die Prävention stellen sollte.

Zürich, September 2015 / Das ZüFAM-Team

Z Ü F A M

Zürcher Fachstelle zur Prävention des Alkohol- und Medikamenten-Missbrauchs
Langstrasse 229, Postfach, CH-8031 Zürich
Telefon 044 271 87 23, Fax 044 271 85 74, info@zuefam.ch, www.zuefam.ch