

دانستنی های مفید درباره مواد

ممنوعه و دوپینگ در ورزش

این شماره: استروئیدهای

آنابولیک

"استروئیدهای آنابولیک آندروژنیک" چه موادی می باشند؟

موادی هستند که دارای هر دو خواص آنابولیک و آندروژنیک می باشند. این مواد هم منشأ درونی بدن (تولید طبیعی) و هم منشأ خارجی (تولید مصنوعی) دارند. مواد آنابولیک 2 دسته اند:

- استروئید های آنابولیک آندروژنیک

- سایر عناصر آنابولیک

سایر عناصر آنابولیک، عناصری هستند که از نظر فارماکولوژیک (ساختمان شیمیایی) مشابه استروئیدها نبوده ولی دارای خواص آنابولیک مشابه با استروئیدها می باشند نظیر : کلنبتروول، زرانول، زیل پاترول و

- خواص آنابولیک: منجر به شتاب گرفتن رشد عضلات و استخوانها می شوند.

- خواص آندروژنیک: منجر به شتاب گرفتن سیستم تناسلی مردانه و نیز بروز صفات ثانویه جنسی مانند رویش مو، صدای کلفت و... می شود.

تا کنون محققین قادر به تولید استروئیدی که تنها دارای خواص آنابولیک و فاقد خواص آندروژنیک باشد نشده اند.

چه عواملی ورزشکاران را برای سوء مصرف این مواد وسوسه می کند؟

- افزایش ظرفیت جسمانی برای تمرین و مسابقه از طریق کاهش خستگی ناشی از تمرین و کاهش زمان ریکاوری

- انگیزه اصلی برای سوء مصرف این مواد، خواص آنابولیک آنها بوده که منجر به تسریع رشد عضله و استخوان و نیز افزایش پرخاشگری و احساس رقابت جویی می گردد.

اثرات جانبی و آسیب رسان "استروئیدهای

آنابولیک آندروژنیک" چیست؟

اثرات جانبی مرتبط با این مواد بسیار متنوع و مخرب

واسطه این مواد ایجاد شوند دائمی و ماندگار بوده و برخی دیگر به طور طبیعی و با توقف مصرف استروئیدها از بین می رود.

این اثرات به 3 دسته تقسیم می گردد:

اثرات جانبی ویژه مردان:

- رشد پستان ها - تغییر شکل اسپرم

- کاهش تولید اسپرم - طاسی نوع مردانه

- تحلیل رفتن بیضه ها - ریزش مو

- کاهش تولید هورمون های مردانه - عقیمی

اثرات جانبی ویژه زنان:

- نواقص مادرزادی جنین (در صورتی که در دوران بارداری مصرف شود)

- صدمه به سیستم تناسلی و نازایی

- رشد مو با الگوی مردانه در نواحی صورت

- اختلال در قاعدگی - کاهش اندازه سینه ها

- صدای کلفت - طاسی

اثرات جانبی عمومی:

- رفتار تند و پرخاشگرایانه در برابر سایر افراد
- جلوگیری از ترشح هورمونهای محور "هیپو تالاموس - هیپو فیز"
- افزایش کلسترول بد خون (LDL) و کاهش کلسترول خوب (HDL)
- صدمات بالقوه به تاندونها، لیگامنتها و...
- ناهنجاری های کبد و کلیه
- تسریع و گسترش رشد تومورها
- بی قراری، آشفتگی (تلاطم، هیجان)
- احساس تشویش، اضطراب، افسردگی
- بی نظمی های ضربان قلب (آریتمی)
- پوست چرب - لرزش
- افزایش فشار خون - گرفتگی عضله
- فشار خون بالا - وابستگی دارویی

خطرات سوء مصرف استروئیدها برای نوجوانان:

علاوه بر موارد ذکر شده قبلی مصرف مواد آنابولیک در دوران نوجوانی احتمال بسته شدن صفحات رشد استخوانها و توقف رشد طولی و نیز خطر مواجه شدن با مشکلات مربوط به سلامتی در بزرگسالی را در پی دارد.

هشدار درباره "استروئیدهای آنابولیک آندروژنیک"

از آنجاییکه استفاده از این مواد بسیار خطرناک بوده و باعث مرگ یا سایر مشکلات سلامتی مخاطره انگیز برای عده کثیری از ورزشکاران می شوند، ورزشکاران بیشماری این مواد را امتحان کرده و برای قوی تر و سریعتر شدن مورد سوء استفاده قرار می دهند. سوء مصرف استروئیدهای طراحی شده جدید از جمله THG (تترا هیدروژسترون) که هنوز در انسان مورد آزمایش قرار نگرفته و DHEA که در پروهورمون های شرکت های دارویی تجاری اضافه میشوند و تأییدی برای مصرف در انسان از مراجع ذی صلاح بهداشتی ندارند، ممکن است عوارض ناشناخته ای به دنبال داشته باشد. مصرف این مواد در هر دو شکل قرص و تزریقی خطرناک بوده و صدمات جدی به کبد وارد کرده و سرطان کبد را به دنبال دارد که در اشکال خوراکی بیشتر مشاهده می شود. مصرف تزریقی این مواد با سرنگ مشترک (پدیده ای که باشگاههای ورزشی رخ می

دهد) احتمال آلودگی به ویروس HIV و هپاتیت را افزایش می دهد.

- برای مصرف استروئیدها نمی توان میزان مصرف ایمن و بدون عارضه ای را تعیین کرد. این باور غلط که مصرف بیشتر این مواد همواره منجر به افزایش عملکرد ورزشی می شود را باور نکنید زیرا گیرنده های استروئید آنابولیک ظرفیت مشخصی دارند که با اشباع شدن آنها مصرف بیشتر آنابولیک ها در عمل کارآیی نخواهد داشت. برخی از ورزشکاران با اطلاع از عوارض این مواد جهت کاهش عوارض جانبی و علائم بالینی سوء مصرف این ترکیبات، به مصرف برخی مواد دیگر نظیر داروهای مدر، تاموکسیفن، کلومیفن، HCG روی می آورند، که این مواد نیز در ورزش ممنوع بوده و عوارض خاص خود را دارند. - بسیاری از این ترکیبات به صورت قاچاق و غیر مجاز تهیه شده و توسط افراد سودجو و نا آگاه از عوارض جانبی آنها تبلیغ و عرضه می شوند و به همین دلیل حتی امکان اینکه انواع داروهای تقلبی، تاریخ گذشته و یا برای مصارف حیوانی در اختیارشان قرار گیرد بسیار زیاد است. چنانچه علی رغم تمام مشکلات و عوارض جانبی که استروئیدها دارند به مصرف اینگونه مواد روی آورید حتماً پزشک خود را مطلع سازید تا نسبت به اولین نشانه های عوارض جانبی این مواد با دقت بیشتری عمل کند