

Dopning

Ett hälsofarligt lagbrott



BLEKINGESAMVERKAN
MOT DROGER

För ett Blekinge fritt från narkotika och dopning med minskat bruk av alkohol och tobak



Vad är dopning

Dopning är ett samlingsnamn på otillåten användning av hormonpreparat eller andra läkemedel i syfte att öka musklernas styrka och volym och förbättra den fysiska prestationsförmågan. Dopning står för den otillåtna hanteringen av medel som omfattas av den svenska dopningslagen. Substanser som omfattas av lagen är

- Syntetiska anabola steroider
- Testosteron och dess derivat
- Tillväxthormon
- Kemiska substanser

Det andra begreppet, doping, är fastställt av World Anti- Doping Agency (WADA) och används inom idrotten och är även det begreppet riksidrottsförbundet använder. Doping står för fusk inom idrotten genom tillsatser av otillåtna preparat/ användning av otillåtna metoder i syfte att höja sin prestationsförmåga. Vad som är otillåtet definieras i WADA:s internationella dopinglista. Den svenska dopningslagen innefattar färre substanser än vad idrottens dopinglista lyfter.

Källa: folkhalsomyndigheten.se

Kosttillskott

Substanser som används i samband med dopningsmedel är ofta kosttillskott, läkemedel, narkotika eller alkohol. Kosttillskott är ett brett begrepp som kan inbegripa allt från vitaminer och mineraler till fettförbrännings- och prestationshöjande produkter. Kosttillskott är tänkta att komplettera den vanliga kosten och säljs i form av kapslar, tabletter, pulver eller ampuller. De som använder kosttillskott i syfte att öka den fysiska prestationsförmågan kan ibland gå över till dopningsmedel när kosttillskotten inte längre ger den effekt man vill få av träningen. Det är viktigt att just du vet att många kosttillskott är verkningslösa och en del kan skada din hälsa. Kosttillskott är inte garanterat fria från dopningspreparat även om detta inte finns med i t.ex. innehållsdeklarationer. Friska människor med normala matvanor behöver inte kosttillskott, det är därför viktigt att du funderar över om du verkligen behöver kosttillskott. Kosttillskott kan även orsaka ett positivt dopingstest.

Källa: renhardtraning.com

Vad säger lagen?

Det finns två typer av regelverk inom dopningsområdet, dels den svenska lagstiftningen och dels idrottens eget regelverk. Nästan all hantering av dopningsklassade preparat är förbjuden, såväl innehav som bruk, försäljning, överlåtelse och köp. Dopning utanför idrotten blir oftast polisiära ärenden medan idrotten hanterar traditionellt dopning som faller under Riksidrottsförbundets regler. Dopningsbrott kan ge fängelse i lägst sex månader och högst sex år, beroende på hur grovt brottet är.

Lagen (SFS 1991:1969) om förbud mot innehav och försäljning av vissa dopningsmedel omfattar all otillåten hantering av dopningsmedel i samhället. Lagen gäller grupper av substanser snarare än enskilt definierade substanser. Lagen innefattar färre substanser än vad som regleras under idrottens dopinglista som är fastställd av World Anti-Doping Agency. Lagen omfattar bland annat syntetiska anabola steroider, testosteron och tillväxthormon.

Idrottens regelverk och vad som är otillåtet inom idrotten är det som definieras av World Anti-Doping Agency. Listan uppdateras årligen av WADA och träder i kraft 1 januari varje år. Listan tar bland annat upp anabola androgena steroider (AAS), amfetamin, efedrin, kokain, hasch och marijuana. I Sverige omfattas alla som tillhör Riksidrottsförbundet av idrottens regelverk. Många träningsanläggningar har i sina medlemsavtal bestämmelser gällande bruk av dopingmedel där det ofta innebär att man blir avstängd vid bruk. Träningsanläggningar tillämpar också ofta avstängning under exempelvis 24 månader. De genomför även ett aktivt informationsutbyte för att hjälpa varandra att upptäcka och förhindra att avstängda dopinganvändare tränar.

Källa: wada-ama.org / The world anti-doping code International standard 2020

Vem doppar sig och varför?

Det finns flera olika skäl till att en person börjar använda dopningsmedel och de kan ha flera olika motiv. Många gånger förekommer det ett blandmissbruk där dopningsmedel används i kombination med andra droger. Huvudsakligen delar man upp användarna i tre grupper:

Idrottare

Det huvudsakliga syftet för idrottare som doppar sig är för att öka den idrottsliga prestationen genom att få bättre styrka, kraft, snabbhet, ökad muskelstorlek och explosivitet.

Esteter

Esteterna använder dopningsmedel främst för att förbättra just utseendet, bli starka och närma sig skönhetsidealet. I gruppen ingår både kroppsbyggare men även tävlingsambitioner som motionärer.

Våldsverkare

Våldsverkare/kriminella använder anabola androgena steroider för ökad styrka och många gånger även aggressivitet då dopningsmedel leder till fysisk men också psykisk förändring av personen. Förmågan att slåss och skrämmas för våldsverkare förbättras och kan vara skälet till att de doppar sig.

Källa: renhardtraning.se

Varifrån kommer dopningsmedlen?

De dopningsmedel som illegalt finns tillgängliga i Sverige har smugglats in i landet. Råsubstansen till medlen är ofta tillverkade i Asien, bland annat i Kina och Indien. De aktiva substanserna bereds därefter till framför allt injektionsvätska och tabletter i så kallade "underground-laboratorier", i och utanför Sverige. Utfyllningsmaterial och bindningsmedel används när tabletter ska bli slutresultat. Dopningsmedel säljs öppet på internetidor där säljaren når sina kunder enkelt dygnet runt. De som inte köper sina dopningsmedel via internet handlar exempelvis av kompisar.

Källa: folkhalsomyndigheten.se



Vilka konsekvenser och risker har dopningsmedel?

Användning av dopningsmedel kan föra med sig allvarliga fysiska, psykiska och sociala skadeverkningar. Olika dopningsmedel ger olika effekter för den som använder dem. Som med andra droger beror effekterna på hur, av vem och i vilket sammanhang substansen används. Riskerna ökar med högre doser och om man använder medlen länge.

Fysiska biverkningar

- Snabb viktuppgång
- Ökad muskelmassa på kort tid, ökad muskelstyrka och minskat kroppsfett
- Kraftig acne till följd av fetare hud
- Hudbristningar, Strie
- Ökad hårväxt på kroppen
- Hjärt- och kärlproblem
- Förkortad kroppslängd för unga användare

Psykiska biverkningar

- Aggressivitet och våld
- Depression/Nedstämdhet
- Skev kroppsuppfattning, så kallad megarexi.
- Humörsvängningar
- Introvert beteende och undvikande av sociala sammanhang
- Allvarliga psykiska sjukdomar som psykos, paranoia och schizofreni förekommer.

Sociala konsekvenser

- Minskning av tidigare intressen
- Sämre arbets- och skolresultat
- Relationsproblem
- "Gymmet blir hemmet"
- Körkortstillstånd och körkortet kan dras in under vissa omständigheter vid steroid missbruk
- Kriminalitet och antisocial livsstil

Källor: renhardtraning.se och dopingjouren.se

Hur kan vi upptäcka och se på en individ som använder dopningsmedel?

Det kan vara svårt att upptäcka att någon i ens närhet missbrukar Anabola androgena steroider, har en person flera av nedanstående tecken kan man misstänka ett eventuellt missbruk:

- Kraftig viktökning
- Snabb muskelutveckling på kort tid
- Oproportionerlig muskelutveckling: framförallt kring bröst, nacke och skuldror.
- Nyttillkommen akne: ofta på rygg, skuldror och bröst
- Stickmärken i de stora muskelgrupperna som stjärt, lår och skuldra
- Hudbristningar vanligtvis mellan stora bröstmuskeln och biceps, men även på rygg och lår
- Depressiva besvär
- Fixering vid kost och träning
- Ökad kroppsbehåring och/eller håravfall på huvudet
- Ödem (vätskesamling) ofta i ansiktet vilket kan ge ett plufsigt utseende
- Humörsvängningar såsom nedstämdhet, upprymdhet, irritabilitet och aggressivitet
- Sömnpromblem



Hjälp och stöd

Använder du dopningsklassade preparat? Är du orolig för din hälsa? Eller är du anhörig till någon du misstänker tar anabola steroider eller andra förbjudna preparat?

I så fall är du inte ensam - och det finns hjälp att få.

Nedan finns information om vart du kan vända dig för att få stöd och hjälp att hantera ditt, eller andras, missbruk.

Tränar du på ett gym där du sett eller hört något är det av stor vikt att du kontaktar Polisen. Dopningsklassade preparat kan inte bara vara skadliga, de är dessutom förbjudna i lag. Enklast är att gå in på www.polisen.se och lämna ett tips eller ringa 114 14 och berätta vad du sett eller vet. Tipsen kan lämnas anonymt.

Kontakt för råd och söka hjälp

Karlshamn

Råd & stöd

Barn & familj och

Ungdomsteamet under 18 år:

0454-810 35

Vuxenheten

Ungdom över 18 år: 0454-814 94

Vuxenhetens

mottagningstider:

Mån, ons, fre kl. 9.30-11.30

Fältgruppen

0454-817 92 / 0723-89 94 02

Föräldrar/ Vårdnadshavare

0454-810 35

Ungdomsmottagning

0454-73 27 90

Olofström

Socialtjänsten

0454-932 10

Fältgruppen och

öppenvården

0454-935 45

Ungdomsmottagning

0454-73 30 87

Karlskrona

Socialförvaltningen

Avdelningen för barn och

unga: 0455-30 43 09

Avdelningen för vuxna:

0455-30 43 90

Ungdomsmottagning

0455-73 57 77

Ronneby

Socialtjänstens förebyggande team

Barn & ungdom under 18 år:

0457-61 80 51 / 0457-61 80 55

Vuxenheten

Ungdom över 18 år

0457-61 85 00

Ungdomsmottagning

0457-73 15 70

Sölvesborg

Individ och familjeomsorgen

0456-81 63 00

Ungdomsmottagning

0456-73 12 15

Missbruk och beroende

0456-81 61 63

Region Blekinge

Psykiatriska Akutavdelning

0455-73 10 40

Beroendemottagningen

0455-73 60 01

Rolf Trulsson,

Antidoping Sverige (ADSE)

rolf.trulsson@icloud.com

0708-28 01 45

Polisen: 114 14

polisen.se/kontakt/tipsa-polisen/

Dopingjouren

www.dopingjouren.se

020-54 69 87

**Det regionala arbetet gällande doping samordnas av
Länsstyrelsen i Blekinge genom den regionala
samverkansgruppen Blekingesamverkan mot droger.**

