



Prävention
Essstörungen
Praxisnah
pepinfo.ch

Denken beim Pumpen – Bodybuilder wirksam ansprechen

Input zu Beratungsmöglichkeiten bei Steroidabusus

Roland Müller, M.Sc. Projektleiter PEP

Steroidabusus: Beratungsmöglichkeiten



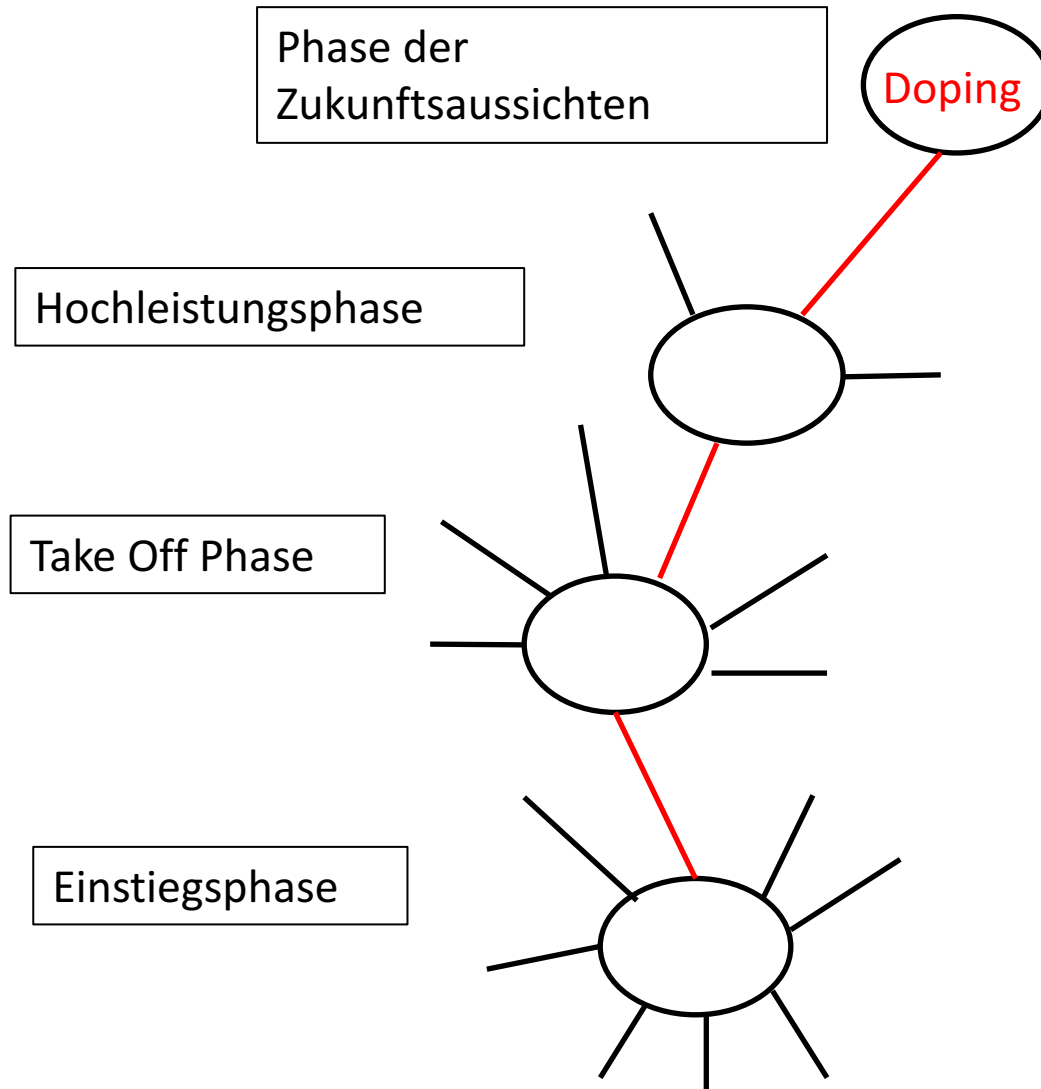
Gut zu wissen...

- Häufig bei hoher Dunkelziffer
- Wird meist in «Kuren» betrieben
- 1. Kur in Pillenform, weitere Kuren über Injektionen, meist mehrere flüssige Präparate in Kombination mit einem Medikament in Pillenform («Stacking»)
- Dosissteigerung und Reduktion im Verlauf einer Kur («Pyramiding»)
- Netzwerkartige User- und Dealerstrukturen mit Experten- und Novizenhierarchien
- Oft professionalisiert durch Mediziner
- Gefahr der «Nadelabhängigkeit» als Tor zu weiteren Drogen und erhöhtem Infektionsrisiko (HIV, Hepatitis C)
- Ca. 30% der Steroiduser entwickeln eine Abhängigkeit

Abstufung tradierter Verfahrens- und Konsumweisen*

| Stadium | Supplementierungs- und Substitutionsverhalten |
|---------|---|
| Nr. 1 | Strikte Ablehnung von Supplementierung oder Substitution; Favorisierung einer sportartdienlichen Ernährung möglich, aber wenn, dann nur «natürliche» Lebensmittel |
| Nr. 2 | Regelmässige Einnahme diverser Ergänzungen, zb Mineral-/Vitaminpillen, Koffein, Taurin, Creatin, Carnitin, Aminosäuren- und Eiweissprodukten, Prohormone, generell nur rezeptfreie Produkte |
| Nr. 3 | Kurenweise oder dauerhafter Konsum verschreibungspflichtiger Medikamenten wie Ephedrin, Clenbuterol, Anabolika u.ä |
| Nr. 4 | Kurenweise oder kontinuierliche Substitution von Schilddrüsen- und Wachstumshormonen, Diuretika, Insulin und Tierarzneien |
| Nr. 5 | Unregelmässige oder regelmässige Einnahme von Strassendrogen wie Marihuana, Speed, Kokain, Ecstasy |

*nach Kläber, 2010



Ein Weg der
Entscheidungen...

Beschwichtigungs- und Legitimationsrhetoriken*

| | |
|---------------------------|---|
| Defensives Beschwichtigen | <ul style="list-style-type: none"> • Sprachliche Verharmlosung • Relativierung des Risikos |
| Sich-Heraus-Reden | <ul style="list-style-type: none"> • Kompensationsannahme • Notwendigkeitserklärung • Nachteilsvermeidung • Normalitätsunterstellung • Problemverschiebung |
| Offensive Legitimation | <ul style="list-style-type: none"> • Verzerrung medialer Berichterstattung • Unausweichlichkeitsbeharrung |

Zusammenfassung

- Bisher keine ausgebauten, spezifischen Beratungsangebote in der Schweiz vs. Professionalisierung in Handel und Vertrieb mit netzwerkartigen Dealerstrukturen!
- Nach wie vor Tendenz zu einer gesellschaftlichen Verharmlosung des Risikos („Das muss jeder selber wissen“)
- Dunkelziffer immens, normalerweise gilt die „Unschuldsvermutung“
- Personen die „on“ sind, zeigen sich extrem beratungsresistent
- Eher Fokus auf Leute „at risk“
- Psychotherapie als Mittel der Wahl, dabei meist längerfristiger Fokus auf Selbstwertprobleme! Weiterhin Krafttraining gehört durchaus zum Therapieplan im Sinne einer Expo!

Es gibt kein Patentrezept!

Danke!!!

PEP

Prävention
Essstörungen
Praxisnah
pepinfo.ch

Fachstelle PEP – Prävention Essstörungen Praxisnah
Inselspital Bern, Kompetenzbereich für Psychosomatische Medizin, Lory-Haus, 3010 Bern
pepinfo.ch | fachstelle@pepinfo.ch | Tel. + 41 76 368 96 17