

داروهای غیرمجاز و خطرات آن در ورزش

ورزش نکردن به مراتب خطر کمتری از ورزش کردن با مصرف هورمون و مکمل های سرشار از ناخالصی خواهد داشت!

در سال های اخیر استفاده از انواع هورمون ها و مکمل های نیروزا میان جوانانی که تب داغ تناسب اندام و عضلانی شدن را در سر دارند رایج شده است. ورزشکاران بدون توجه به عوارض این داروها و هورمون ها و فقط برای رسیدن به هدف کاذبی که در سر دارند سلامتی سان را به خطر می اندازند.

ورزشکارانی که دارو را با هدف دوپینگ یا عضله سازی استفاده می کنند ممکن است پس از سالها عوارض مزمن و برگشت ناپذیری مانند سرطان دچار شوند.

بنابراین استفاده از هرگونه دارو بدون نیاز پزشکی و دور از نظارت متخصصین مربوطه تحمیل عوارض ناخواسته را به همراه دارد.

دوپینگ دارویی چیست؟

تجویز یا مصرف هر ماده خارجی با مقادیر غیر طبیعی توسط اشخاص سالم با هدف انحصاری کسب یک افزایش غیر عادی در کارایی ورزشی و در مسابقه، تحت عنوان دوپینگ محسوب می شود.

مهم ترین موادی که به عنوان دوپینگ دارویی محسوب می شوند کدامند؟

- استروئید های آنابولیزان مانند آمپول و قرص تستوسترون، قرص اکسی متولون، آمپول سوستانون، قرص دیانوبول، قرص آنابول و ...
- هورمون رشد و مواد وابسته
- داروهای مسکن (مخدر ها)

هورمون های استروئیدی

انواعی از داروها هستند که از هورمون جنسی مردانه مشتق شده و برای تقویت عضلات، استفاده غیر قانونی دارد. این مواد در خون و ادرار ورزشکاران به عنوان دوپینگ محسوب میشود. استفاده از این داروها هم در زنان و هم در مردان باعث بروز عوارض خطرناکی میشود. در زنان باعث ریزش موی سر، عضلانی شدن بیش از حد و به صورت مردانه، پرمویی، اختلال سیستم باروری، بزم شدن صدا و کوچک شدن پستان ها خواهد شد.

استفاده از این داروها در مردان هم با وجود این که ان مواد مشتقات تستوسترون هستند به دلیل سرکوب سیستم ترشح هومون مردانه درونی باعث کوچک شدن بیضه ها، ناباروری و بیماری پروستات میشود. علاوه بر این عوارض کبدی مثل سرطان کبد و عوارض روانی این داروها تا سال ها بعد بیمار را آزار میدهد.

در زیر به خلاصه ای از مهمترین عوارض استروئیدهای آنابولیک اشاره میکنیم:

- عوارض قلبی همچون ایست قلبی
- ایجاد ترومبوز و لخته در رگ ها که میتواند منجر به سکته قلبی یا مغزی گردد
- ناباروری (افزایش هومون های مصنوعی در بدن باعث سرکوب تولید هورمون های طبیعی و کارآمد در بدن خواهد شد که این عمل منجر به کاهش اسپرم و کوچک شدن بیضه ها در آقایان خواهد شد) (نیشنل انجمن پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی نیشابور)
- عوارض روحی روانی مانند افسردگی و یا رفتار های خشن و نا به هنجار
- آسیب کبدی و کلیوی
- بزرگی پستان در آقایان
- ایجاد آکنه و ریزش موی سر

هورمون رشد

پنج عمل هورمون رشد که مورد توجه ورزشکاران است عبارتند از:

تحریک ساخت اسید نوکلئیک و پروتئین در عضله اسکلتی ، تحریک رشد استخوانی به شرطی که صفحه رشد استخوانها هنوز بسته نشده باشد ، افزایش تجزیه چربیها که باعث افزایش اسیدهای چرب آزاد و کاهش چربی بدن می شود، افزایش میزان گلوکز خون، افزایش سرعت ترمیم ، بعد از آسیب های استخوانی – عضلانی

استفاده از هورمون رشد پس از بسته شدن صفحات رشد می تواند باعث: آکرومگالی شود، متداول ترین علت مرگ مصرف کنندگان هورمون رشد ، نارسایی عضله قلبی (کاردیومیوپاتی) است، عدم تحمل گلوکز، انواع بیماری قند و بیماری فشار خون نیز می تواند رخ دهد.



داروهای مخدر

مخدر ها به عنوان مسکن مورد استفاده قرار می گیرند، که یا برای کاهش درد یا از بین بردن کامل درد مورد استفاده قرار میگیرند.

بحثی وجود دارد که بیان میدارد شما می بایست از قبل از تمرین خود استفاده کنید تا بتوانید از ایجاد التهاب جلوگیری کنید و بتوانید تمرین طولانی تر و سخت تری را انجام دهید. برخی از داروها را بعد از تمرین استفاده میکنند تا از درد عضلانی بعد از تمرین بکاهند، بنابراین در این حالت آنها زودتر میتوانند تمرین کنند و حجم تمرینی خود را بیشتر افزایش دهند.

عوارض جانبی این داروها علاوه بر اعتیاد، عوارض قلبی و عروقی، عوارض پوستی ، عوارض گوارشی، عوارض ادراری و تناسلی، عوارض سیستم مرکزی و... می باشد که خطرات جبران ناپذیری در فرد ایجاد می کند.

گردآوری: دکتر مینا خواجویی

کارشناس نظارت بر فرآورده های طبیعی، سنتی و مکمل