

Sportsucht und Doping

Sportsucht

Bei der sogenannten Sportsucht, auch Fitness-Sucht genannt, leiden die Betroffenen unter dem inneren Zwang, sich sportlich betätigen zu müssen. Psychologen schätzen, dass in Deutschland etwa ein Prozent der Bevölkerung von Sportsucht betroffen ist. Männer und Frauen sind dabei in unterschiedlichen Lebensphasen empfänglich für sportliche Exzesse: Frauen gelten zwischen 15 und 25 Jahren als besonders anfällig, während Männer eher zwischen 30 und 50 betroffen sind. Frauen treibt vor allem der Druck, dem gängigen Schönheitsideal entsprechen zu wollen. Hier geht die Sportsucht meist einher mit einer Essstörung, der sogenannten „Sport-Bulimie“ – nach einer Nahrungsaufnahme ganz viel Sport zu treiben – oder „Sport-Anorexie“, bei der der Sport das Essen ersetzt. Bei jungen Männern kommt es dagegen eher zur Muskelsucht, dem Wunsch, immer mehr Muskelmasse aufzubauen. Behandelt wird die Sportsucht mit einer Verhaltens- oder Gesprächstherapie.

Missbrauch von Doping und Nahrungsergänzungsmitteln in Fitness-Studios

Aktuelle Studien weisen darauf hin, dass sich auch im Fitness-Studio ein kleiner, wenn auch nicht zu vernachlässigender Teil der Studiokunden zum Missbrauch von Dopingsubstanzen bekennt. Dabei wird der Konsum von anabolen Steroiden am häufigsten angegeben, gefolgt von Stimulanzien und Wachstumshormonen. Die Ergebnisse aller Studien weisen darauf hin, dass wesentlich häufiger Männer als Frauen Anabolika missbrauchen. Dahinter steckt meist der Wunsch nach einem muskulöseren Körper. Ausführliche Informationen zu diesem Thema finden sich u. a. in der Gesundheitsberichterstattung des Robert-Koch-Institutes (www.rki.de), Heft 34: Doping beim Freizeit- und Breitensport.