

STEROĪDU DRŪMĀ PUSE

Play true jeb *Spēlē godīgi!* ir Pasaules Antidopinga aģentūras sauklis, un tā cīnās pret aizliegto vielu lietošanu ne tikai elites sportā, bet arī sabiedrībā kopumā. Diemžēl ar šiem centieniem nav gana, jo vēl aizvien ir drošminieki, kas aizliegtās vielas uzskata par sabiedrotajiem sportā un fitnesā.

Visvairāk izplatītā dopinga forma ir androgēnie anabolie steroidi (turpmāk saukti arī AAS). Tās ir vīrišķā hormona testosterona sintētiskās variācijas. Medicīnā tos izmanto, lai cīnītos ar dažādām slimībām. Sportā – lai uzlabotu garīgās un fiziskās spējas, krietni pārdozējot medicīnā noteiktās devas. Dažkārt

pat tiek izmantoti preparāti, kas paredzēti lietošanai veterinārijā, – tas nenoliedzami atstāj sekas uz veselību. Pa ausu galam ir dzirdēti dažnedažādi nostāsti par steroidu radītiem blakusefektiem. Aplūkosim dažus populārākos mītus, kas, iespējams, ir balta patiesība.



STEROĪDU LIETOŠANAS DĒĻ VĪRIEŠIEM SAMAZINĀS SĒKLINIEKU APJOMS. MĪTS VAI PATIESĪBA?

Dzimumhormonus regulējošo hormonu līmeņa pazemināšanās vīrieša organismā ir tieši saistīta ar spermatozoīdu skaita sarukumu – jo zemāks gonadotropā hormona līmenis, jo mazāks spermatozoīdu skaits. Saistībā ar spermatoģenēzes panīkumu būtiski samazinās sēklinieku apjoms, jo sēklinieku kanāliņi aizņem aptuveni 95% sēklinieku.

PATIESĪBA

STĀSTA



JĀNIS HAHELIS, Valsts sporta medicīnas centra Antidopinga nodaļas dopinga kontrolieris

STEROĪDU LIETOŠANA VAR IZRAISĪT NEAUGLĪBU. MĪTS VAI PATIESĪBA?

Tā kā pētījumi ar paaugstinātām AAS devām ir neētiski un netiek veikti, ieskatu steroidu pārdozēšanas radītajos blakusefektos, kas novērojami vīriešu reproduktīvajā sistēmā, var sniegt pētījumi par vīriešu hormonālo kontracepciju.

Vīriešiem testosterona produkciju un spermatoģenēzi veicina hormons, ko sauc par luteinizētājhormonu (tas pats hormons, kas atbild par regulāru menstruāciju ciklu sievietēm), tāpēc likumsakarīgi, ka androgēno anabolisko steroidu lietošana rada nomācošu iespaidu uz šo dabisko procesu. AAS lietošanas dēļ sēkliniekos saražotā testosterona daudzums krītas, un tas savukārt samazina vīrišķo dzimumšūnu daudzumu. Šis princips tiek izmantots vīriešu hormonālajā kontracepcijā. Pētījumos ir novērots, ka atjaunošanās process prasa laiku no sešiem līdz 24 mēnešiem, taču jāņem vērā, ka tika pētīta tādu hormonālās kontracepcijas devu ietekme, kuras ir ievērojami mazākas nekā tās, ko lieto kā dopingu. Tā kā steroidu pārdozēšana var ilgt gadiem, ir gandrīz neiespējami prognozēt reproduktīvās sistēmas darbības normalizēšanās laiku.

Sieviešu organismā AAS lietošanas dēļ visbiežāk novēro reproduktīvās sistēmas traucējumus – menstruāciju trūkumu un traucējumus, kas izpaužas kā sāpīgas menstruācijas, galvassāpes, vemšana un problēmas, kas saistītas ar vēderu un urīnēšanu. Taču jāpiemin, ka šos pašus simptomus var novērot arī smagu fizisku slodžu dēļ – tiek izjaukti hormonu līmeņi, kas atbild par reproduktīvās sistēmas darbību. Tas savukārt samazina sieviešu galvenā dzimumhormona estrogēna sekrēciju un pat var radīt neauglību. Steroidu lietošana kopā ar smagu fizisku slodzi šos simptomus var padarīt vēl izteiktākus un smagākus.

DALĒJI PATIESĪBA

LIETOJOT ŠTEROĪDUS, VĪRIEŠIEM IR PROBLĒMAS AR EREKCIJU. MĪTS VAI PATIESĪBA?

Steroidu lietotājiem paralēli spermatozoīdu skaita kritumam un sēklinieku apjoma samazinājumam var būt arī libido un erektilo funkciju pavājināšanās. Šādas blakusparādības īpaši novērojamas tiem steroidu lietotājiem, kas izvēlas aromatizējošos androgēnos anaboliskos steroidus (aromatizācija ir vīrišķā hormona testosterona pārveidošanās par sievišķo hormonu estrogēnu). Lai arī estrogēns vīrieša organismā ir nepieciešams, lai nodrošinātu tā normālu funkcionalitāti, pārlieku augsts tā līmenis un disbalanss attiecībā pret testosteronu var radīt seksuālo disfunkciju. Šādas problēmas var parādīties ne tikai AAS lietošanas laikā, bet arī drīz pēc AAS lietošanas pārtraukšanas, jo dabiskā testosterona sekrēcijas atjaunošanās normas robežās prasa ilgu laiku.

DALĒJI PATIESĪBA

STEROĪDU LIETOŠANA IZRAISA ĀDAS PROBLĒMAS. MĪTS VAI PATIESĪBA?

Dermatologs bieži vien ir pirmais ārsts, ko apmeklē AAS pārdozētājs. AAS iedarbojas uz dažādiem receptoriem un dziedzeriem mūsu ādā un var radīt nepatīkamus simptomus. Visbiežāk izplatītās pazīmes ir akne (*Acne vulgaris*), taukaina āda, seboreja, strijas, pārmērīga matu augšana sievietēm paaugstināta vīrišķā hormona līmeņa dēļ, pastiprināta matu izkrišana vīriešiem. Saskaņā ar dažādiem pētījumiem akne ir konstatēta vairāk nekā 50%

AAS lietotāju. Lielākoties šīs pārmaiņas ir novērojamas ar antiandrogēnu terapiju, taču nopietnos gadījumos uz skartajiem reģioniem paliks rētas.

Otra visvairāk izplatītā pazīme ir strijas. Vairāk nekā 40% kultūristu sūdzas par strijām, tipiskais reģions ir krūšu muskulis un rokas augšdaļa. Striju veidošanās ir izskaidrojama ar muskuļu straujo palielināšanos. Strijas neizzūd arī pēc AAS lietošanas pārtraukšanas.

PATIESĪBA