

Herz n
hjerte

Hoden m
testikel

unterschätzt
undervurderet

Stier m
tyr

Couch f
sofa

elterliche Wohnung f
forældrenes lejlighed

Bauch m
mave

Atemluft f
åndedræt

Pfiff m
fløjt

ausschütten
hælde ud

Tablettenschachtel f
æske med tabletter

körperlich
kropslig

Antrieb m
fremdrift

kaum
næppe

etwas mit seinem
Leben anfangen
stille noget op med
sit liv

atmen
trække vejret

gebürtig
barnefødt

Hemd n
skjorte

auseinandergespreizt
spredt fra hinanden

durchgemachte Nächte
fest natten lang

Gürtellinie f
bælttested

Jugendszene f
ungdomsmiljø

spritzen
sprøjte

was der Markt
hergibt
hvad markedet
byder på

Angebot n
tilbud

Immer mehr Jugendliche greifen zu Anabolika, um ihre Muskeln zu stärken. Doch hochdosiert schädigen die Präparate nicht nur Herz, Leber und Hoden: Besonders die psychischen Folgen wurden bisher unterschätzt. Marios Diamantis, 25, hat jahrelang Anabolika eingenommen, um seinen Körper zu stärken. Für ihn endete das Krafttraining in einer seelischen und körperlichen Höllenfahrt.

„Ich bin der Stier“

Udo Ludwig

Marios Diamantis sitzt auf der Couch im Wohnzimmer der elterlichen Wohnung bei Hannover. Er streicht mit seinen Händen das blaue T-Shirt glatt, das über seinem Bauch spannt. Dabei bläst er die Atemluft mit kurzen Pfiffen durch die Lippen. Es hört sich an wie bei einem 80-Jährigen.

Dann beugt sich Diamantis nach vorn und schüttet eine Plastikta-sche aus. Auf dem Glastisch liegen jetzt Apsomol N, Salbu Novolizer, Berotec N, Foradil – Mittel, die ihm helfen sollen, Luft zu bekommen. Dazu Tablettenschachteln mit Antidepressiva und Blutdrucksenkern.

Marios Diamantis, 25, hält sich selbst für ein körperliches Wrack. Er ist dick und ohne Antrieb, kann kaum mehr etwas mit seinem Leben anfangen. Das Schlimmste aber seien die Panikattacken, sagt er, das Gefühl, nicht mehr atmen zu können. Einatmen könne er zwar noch gut, doch dann „kommt es mir vor, als bliebe die Luft in meinem Körper stecken“. Deshalb prustet er laut, um „alles wieder rauszupressen“.

Der gebürtige Grieche kramt ein Foto hervor, das einen lachen-den jungen Kerl in einem ärmellosen Hemd zeigt. Die kräftigen Arme sind weit auseinandergespreizt. „Das war ich vor vier Jahren“, sagt Diamantis, „ich habe mich gefühlt wie ‚Super Mario‘. Discos, Mädchen, durchgemachte Nächte – es ist noch nicht lange her, da hat er alles mitgenommen, was ihm Spaß versprach.“

Warum sein Körper so schnell zerfallen ist und was ihn kaputtge-macht hat, glaubt Diamantis genau zu wissen: Es waren die Anabolika. Als Teenager hatte er angefangen, sein Krafttraining mit Pillen zu op-timieren. Bis sein Körper streikte. Die Probleme begannen unter der Gürtellinie. „Ich hatte Lust“, sagt Diamantis, „aber der Penis wollte einfach nicht mehr.“ Es kamen die Atemprobleme dazu, das Herz raste – schließlich landete er in einer psychiatrischen Klinik.

Anabolika-Karrieren wie die von Marios Diamantis sind mittler-weile verbreitet in der Jugendszene. Es wird gespritzt und geschluckt, was der Markt hergibt. Und das Angebot ist fast grenzenlos geworden. Es

eln zu
 Herz, Leber
 r unter-
 genommen,
 ng in einer

elterlichen
 blaue T-
 e Atemluft
 einem

e Plastika-
 Novolizer,
 bekommen.
 ksenkern.
 hes Wrack.
 einem Leben
 gt er, das
 war noch
 einem Kör-
 szupressen“.
 n lachen-
 igen Arme
 en“, sagt
 s, Mädchen,
 t er alles

n kaputtge-
 e Anabolika.
 llen zu op-
 unter der
 is wollte
 as Herz raste
 nd mittler-
 geschluckt,
 geworden. Es



gebe „Strukturen wie beim illegalen Drogenhandel“, stellt das Robert-Koch-Institut in einer neuen Studie fest. Zudem sind über das Internet nahezu alle Starkmacher schnell, preiswert und anonym zu bekommen.

Seit Jahren führen die Bodybuilder die Liste mit den meisten Dopingfällen an. Die aufgepumpten Profis der Szene sind oft Vorbilder der Freizeit-Kraftathleten. Und die werden niemals getestet. Es gibt Studien, nach denen vier von zehn Sportlern in Fitnessstudios chemisch nachhelfen. Unter jungen Männern dürfte die Rate höher sein. Fachleute schätzen, dass rund 400 000 Deutsche schlucken oder spritzen, um gut auszusehen, um Erfolg bei Frauen zu haben – oder auch, um sich besser prügeln zu können.

Die gesundheitlichen Folgen können gravierend sein: Der Blutdruck steigt, Haare wachsen dort, wo sie nicht hingehören, die Hoden schrumpfen, die Aggressionen steigen. Nach einer gewissen Zeit können Anabolika-Konsumenten in depressive Phasen fallen.

Auch bei Diamantis fing die Abhängigkeit wie bei vielen Teenagern der McDonald's-Generation ganz harmlos an. Eines Tages vor sieben Jahren fand der junge Mann, er sei zu dick. Er ging ins Fitnessstudio, nahm auch schnell ab. Glücklicherweise war der Freizeitsportler aber immer noch nicht, denn nun fühlte er sich „wie ein Hänfling“ und bewunderte die Trainingskollegen, die wunderbar muskulös aussahen, irgendwie „übernatürlich“.

Er begann mit Krafttraining, und es dauerte nicht lange, da nahm ihn ein Kumpel zur Seite und erzählte ihm, was noch hinter dem Mus-

Drogenhandel m
 narkohandel

Starkmacher m
 her: anabolske steroider

preiswert
 billig

aufgepumpt
 oppustet

Freizeit-Kraftathlet m
 amatør-bodybuilder

Rate f
 kvote, procent

Fachleute pl.
 fagfolk

spritzen
 sprøjte

Erfolg m
 succes

gesundheitlich
 helbredsmæssig

abnehmen
 her: tabe sig

Hänfling m
 svækling

dauern
 vare

Kumpel m
 ven, kammerat

machbar
 realiserbar
 gewaltig
 stor
 Hormonschwung m
 hormonforøgelse
 Zauberwelt f
 trylleverden
 Mädels n
 pige
 gängig
 almindelig
 Junkies ähnlich
 som junkier
 anbieten
 tilbyde
 Internet-Versandhaus
 postordreforretning
 på internettet
 blühen
 blomstre
 Einfuhr f
 import
 zwar
 ganske vist
 Wust m
 virvar
 Geschäftsgang m
 forretningsgang
 Recherche f
 undersøgelse,
 efterforskning
 Anbieter m
 udbyder
 einem auf die Schliche
 kommen
 afsløre en
 enttarnen
 afsløre
 Zollfahndungsamt n
 toldpolitiet
 vertreiben
 sælge og distribuere
 Stoff m
 her: anabolske steroide
 Hormonhaushalt m
 hormonbalance
 gelegentlich
 af og til

kelphänomen mancher Sportler stecke: Ohne Anabolika sei so etwas kaum machbar.

Gewaltige Muskeln wollte der damals 18-Jährige auch. Und der Erfolg war bald grandios. Noch eine Wirkung hatten die Steroide: Mit seinem neuen Körper gewann Marios Diamantis neue Freunde. Er gehörte zu einer Clique, die wie er dachte, die wie er trainierte, feierte und eben Dopingmittel schluckte. Das Leben war für ihn nun „ein einziger Kick“.

Der „Hormonschwung“, sagt er, habe ihn in eine „Zauberwelt“ geführt, die aus Training und Spaß, Muskeln und Mädels bestand. Er wusste nicht, dass er begann, Opfer der Kraftdrogen zu werden. Seine Kollegen rieten ihm, er solle sechs der sogenannten Thais pro Tag nehmen, gängige Anabolika-Pillen aus Asien. Diamantis nahm aber oft acht oder neun. Er konnte sich einfach nicht beherrschen.

Es ist in Deutschland kein Problem, sich mit Thais zu versorgen. Gehandelt werden sie in vielen Fitnessstudios, in denen junge Kraftsportler, Junkies ähnlich, ihre Abhängigkeit mit dem Dealen der Muskelmittel finanzieren. Es gibt regelrechte Netzwerke, die den Import nach Deutschland organisieren.

Viele Jugendliche versorgen sich zudem auf Urlaubsreisen. In Spanien, Griechenland, auf Zypern oder in der Türkei gibt es die Starkmacher in vielen Geschäften oder Apotheken. Zunehmend bieten auch obskure Internet-Versandhäuser Steroide und Wachstumshormon an, sie geben Tipps zum optimalen „Einspritzen“ in den Muskel und werben mit „Discount für Großbestellungen“. „Der illegale Handel blüht“, klagt Wolfgang Schmitz vom Zollkriminalamt Köln.

Die Einfuhr nichtzugelassener Anabolika nach Deutschland ist zwar verboten, doch im Wust der Päckchen hat das Zollkriminalamt kaum Chancen, den Geschäftsgang ernsthaft zu kontrollieren. Eine spezielle Gruppe des Zolls versucht nun mit Recherchen im Internet, Anbietern auf die Schliche zu kommen.

Immerhin enttarnte das Hamburger Zollfahndungsamt im Oktober einen 24-jährigen Studenten aus Kiel. Der Mann hatte in seiner Wohnung am Computer Anabolika aus Polen, Thailand und China vertrieben. In einer Garage fanden die Ermittler unter anderem 13 059 Tabletten und 858 Ampullen Anabolika.

Auch Marios Diamantis hatte nie Probleme, an den Stoff zu kommen. Um den Hormonhaushalt zu normalisieren, rieten ihm erfahrene Kollegen aber bald zu einer Pillenpause. Doch der Hannoveraner hielt nicht lange ohne Tabletten aus, weil er sich sofort schlapp fühlte. Er spritzte nun jeden Tag 400 bis 500 Milligramm eines Testosteronpräparats, nahm dazu acht Thais. Und das war noch nicht alles: Gelegent-

lich schluckte er die Steroide Decadurabolin aus Russland, Winstrol oder Anapolon, dazu als Wachstumsbeschleuniger Spiropent und Ephedrin als Aufputschmittel.

Damit konnte Diamantis die Nächte durchfeiern. Und weil er so gut drauf war, nahm er schon mal eine Prise Kokain oder Ecstasy dazu – damit war er keine Ausnahme, wie ein Wissenschaftler der Ludwig-Maximilians-Universität München jetzt herausgefunden hat. Jugendliche würden neben Anabolika auch andere Substanzen konsumieren. Anabolika seien oft Einstiegsdrogen.

Natürlich wusste Diamantis, dass sein Dopingkonsum schädlich war. „Klar, ich mach was Verrücktes“, redete er sich ein, „aber ich bin jung, und ich werde das nicht ewig machen.“ Noch wurde er reichlich belohnt durch die Anabolika. Er rühmte sich selbst: „Ich bin das Tier, der Stier.“

Werner Hübner kennt einige solcher Lebensgeschichten. Hübner ist Psychotherapeut, und es kommen immer mehr Jugendliche zu ihm, die ihre Sucht nicht mehr loswerden. Es kommen auch immer mehr Eltern, die sich Sorgen um die Entwicklung ihrer Kinder machen.

Doping, sagt Hübner, sei eine Sucht wie andere auch. Über die erste Einnahme mache sich niemand Gedanken, es herrsche der Glaube, die Mittel jederzeit wieder absetzen zu können. Doch dann wolle der Konsument das „tolle Gefühl wieder haben. Immer und immer wieder“. Schließlich sei er „nicht mehr Herr im eigenen Haus“. Er wird zum Spielball der Chemie.

Muskeln, sagt Hübner, „sind wie ein Kokon, durch den keiner dringen kann“. Sie helfen gegen blöde Anmache in der Disco. Sie bringen Hochachtung bei Freunden und beim anderen Geschlecht. Und schließlich, sagt der Psychologe, sei heute ein „guter Körper wie ein Bewerbungsschreiben“: Wer gut und kräftig aussehe, glaube, überall bessere Chancen zu haben.

Bei Marios Diamantis hielt der Rauschzustand hingegen nur zwei Jahre lang an. Er fühlte sich irgendwann nur noch schlecht. Und im Bett begannen die Probleme, typisch für Anabolika: Durch die Einnahme männlicher Hormone steigt die Kraft in den Lenden zunächst rapide an. Doch dann stellt der Körper die eigene Hormonproduktion ein, die Hoden schrumpfen. Irgendwann ist ganz Schluss.

Diamantis litt zudem unter Bluthochdruck, er konnte kaum noch schlafen. Nach einer Pause fing er noch mal an zu trainieren und Dopingmittel zu schlucken, er konnte nicht anders, „ich brauchte das Zeug“. Doch nachts plagten ihn nun Panikattacken und Atemnot. Er ging zum Lungenarzt, zu Allgemeinmedizinerin. Ein Endokrinologe in Hannover versuchte, seiner Impotenz auf den Grund zu gehen, konnte

Wachstumsbeschleuniger m
vækstfremmer

Aufputschmittel n
dope

gut drauf sein
have det fedt

Ausnahme f
undtagelse

Einstiegsdroge f
narkotika for begyndere

sich selbst rühmen
fremhæve sig selv

Sucht f
afhængighed

Einnahme f
indtagelse

Glaube m
tro

jederzeit
til enhver tid

blöde Anmache f
mobning

Hochachtung f
respekt, højtægtelse

beim anderen Geschlecht
hos det andet køn

Bewerbungsschreiben n
jobansøgning

anhalten
her: være ved

zunächst
i første omgang

feststellen
her: registrere

infolge
som følge af

sich aufrufen
mande sig op til

erledigen
klare

Bremsschlauch m
bremseledning

verfluchen
forbände

aber keine Störungen feststellen.

Schließlich landete Diamantis in der Abteilung für Klinische Psychiatrie der Medizinischen Hochschule Hannover. Die Ärzte stellten eine „depressive Störung“ infolge seines Drogenkonsums fest, sie redeten von einem „psychosomatischen Schockzustand“ und empfahlen Antidepressiva.

Training und Sport interessieren ihn nicht mehr. Aber auch sonst interessiert er sich für nichts mehr, in seiner Freizeit liegt er zu Hause apathisch auf dem Sofa. Er kann sich gerade noch aufrufen, seinen Job bei VW zu erledigen, wo er Bremsschläuche unter den Touran schraubt. Die Tour durch die Wartezimmer der Ärzte ist nicht ungewöhnlich. Viele Mediziner wissen nicht einmal, dass Anabolika-Missbrauch psychische Veränderungen auslösen kann. Erst recht wissen sie nicht, dass die geistige Verwirrtheit anhalten kann, wenn die Präparate schon längst abgesetzt sind. Diamantis packt seine Medikamente wieder in die Plastiktüte. „Bringt eh alles nix“, murmelt er. „Ich verfluche den Tag“, sagt er laut, „an dem ich mit diesem Zeug angefangen habe.“

Aufgaben

Fragen zum Text

1. Was ist das Thema des Textes?
2. Beschreibe Diamantis' Leben als Bodybuilder.
3. Erwähne die Nachteile des Anabolikamissbrauchs.
4. Welche Perspektiven sieht Diamantis für seine Zukunft?

Wortschatz

Welche Wörter und Ausdrücke im Text zeigen den Lebensstil der Bodybuilder und die Anabolika, die sie verwendet haben?

Diskussion

Ein getrimmter und guter Körper gehört heutzutage zu den modernen Menschen unserer Gesellschaft. Diskutiert die Vor- und Nachteile der Fitnesswelle.

Rollenspiel

Stell dir vor, dir werden in deinem Fitnesscenter Anabolika angeboten. Es kommt zu einem Gespräch zwischen dir und den Anbietern.

Schriftliche Aufgabe

Schreibe einen Aufsatz zum Thema Doping und Sport.