

# Wie wirken Steroide eigentlich? Mehr Muskeln aus der Apotheke...?

Sobald Sport leistungsorientiert betrieben wird, kommt man auch an dem Thema Doping nicht mehr vorbei. Bereits in unserem Artikel

**Natural vs. Steroide** haben wir darüber berichtet, dass eine Kur mit Steroiden ein bisschen wie ein Ausflug in eine andere Welt ist. Diese Welt existiert aber nur so lange, wie die Steroide eingenommen werden. Sobald wir die Medikamente - ja es handelt sich dabei um Medikamente - absetzen, zerbröselt diese Welt und wir kommen wieder auf den Boden der Tatsachen zurück.

In dem oben genannten Artikel haben wir auch kurz einmal angerissen, dass der erhöhte Muskelaufbau durch Steroidkonsum vor allem durch eine erhöhte Leistungsfähigkeit im Training, sowie einer schnelleren Regenerationsfähigkeit bedingt ist. In diesem Artikel möchten wir auf die Wirkungsweise einmal genauer eingehen.

## Steroid?

Wenn wir von Steroiden im Bodybuilding sprechen, sprechen wir immer von anabolen Steroiden. An sich ist Steroide aber ein sehr allgemeiner Begriff. Als Steroid werden im Grunde spezielle abgeänderte organische Kohlenwasserstoffgruppen bezeichnet. Davon gibt es viele. Diese Stoffe sind fettlöslich, Cholesterin gehört im Übrigen auch dazu. Unsere anabolen Steroide gehören zur Gruppe der Steroidhormone. Steroidhormone haben regulierende Funktionen im Körper. Dazu gehören z.B. Cortisol (Stoffwechselregulation) und Aldosteron (Elektrolythaushalt) und viele weitere, ebenso wie eben die Geschlechtshormone: Östrogene und Androgene. Und da kommen wir dem Ganzen auch etwas näher. Anabole Steroide gehören in die Gruppe der Androgene.

## Wirkungsweise von anabolen Steroiden

Anabole Steroide sind syntetische „Kopien“ des Androgens Testosteron. In unserem Körper gibt es sogenannte Androgenrezeptoren. Werden diese vermehrt von Androgenen wie eben Testosteron stimuliert, kommt es zu einer Verstärkung des männlichen Erscheinungsbildes. Dazu gehört eben auch die erhöhte Proteinsynthese - einfach gesagt: Das Muskelwachstum. Diese Rezeptoren leiten die verschiedensten Reaktionen ein. Wir unterscheiden in die anabole und die androgene Wirkung. Die anabole Wirkung ist, wie eben beschrieben, soweit vom Konsument erwünscht. Die androgene Wirkung bezeichnet das, was man auch Nebenwirkungen nennt. Denn unsere Rezeptoren reagieren nur auf das Testosteron, leiten damit aber nicht nur einen, sondern viele Stoffwechselfvorgänge ein. Folge sind vermehrte Körperbehaarung, höhere Aggression, Haarausfall und eine tiefere Stimme.

Die meisten anabolen Steroide werden übrigens intramuskulär gespritzt. Bei der oralen Aufnahme werden die meisten Stoffe schon durch unsere Magensäure und Darmbakterien zerstört. Ausgeschieden werden die Abbaustoffe durch Urin, Stuhl, Poren oder Lunge. Leber und Niere sind durch einen unnatürlich hohen Steroidgehalt im Blut einer stark erhöhten Belastung ausgesetzt.

## Warum beim Absetzen ein massiver Abbau einsetzt

Während anabole Steroide konsumiert werden, sind die Rezeptoren ständig besetzt. Unser Körper hat es also nicht mehr nötig, in dem Maße körpereigene Androgene zu bilden. Setzen wir die Medikamente ab, fehlt die Stimulation der Rezeptoren. Sie liegt unter dem Normalwert. Ohne

Stimulation der Androgenrezeptoren wird unser Körper sich dem weiblichen Erscheinungsbild angleichen.