



## **Vorstellung der interdisziplinären Projektarbeit von Adrian Zwickert**

Dienstag, 23.04.2024, 10:00 Uhr (Dauer 30-45 Minuten)  
TU Gymnastikhalle

### **Doping und Anabolikakonsum: Ursachen und Folgen in der Gesellschaft**

#### Abstract:

Im Rahmen der Projektarbeit zu Dopingprävention werden Ursachen und Folgen des Dopings und des Anabolikakonsums herausgearbeitet und dessen Folgen diskutiert. Die Ergebnisse werden auf einem Poster präsentiert, welches das Thema in übersichtlicher Art und Weise darstellt und als Beitrag für den modernen Präventionsansatz junger Athleten und Studierender dient.

In der vorliegenden Arbeit wird zunächst die aktuelle gesundheitliche Situation der Gesellschaft, welche sich vor allem im mentalen Bereich inzwischen als kritisch darstellt, anhand eines Gesundheitsreports der Techniker Krankenkasse dargestellt.

Darauf aufbauend wird Doping nach der Definition der NADA betrachtet und wichtige Gruppen von leistungssteigernden Substanzen werden bezüglich Wirkweise und Folgen dargestellt. Dabei wird auch auf bekannte Dopingsünder aus dem professionellen Sport Bezug genommen. Besonders hervorgehoben werden die Ursachen und Folgen anabole Steroide und deren Gemeinsamkeit zum körpereigenen Testosteron. Anabole Steroide zählen zu den häufigsten Dopingsubstanzen junger Sporttreibende, auf die ein großer Fokus bei der Prävention gelegt wird.

Der Frage, warum Athleten sowohl aus dem Profisport als auch aus dem Breitensport und zur Optimierung der Leistung in der beruflichen Karriere zu leistungssteigernden Substanzen greifen wird dabei auf den Grund gegangen. Vor allem Leistungsdruck und finanzielle Aspekte werden untersucht. Diese haben ihren Ursprung zum einen beim Athleten selbst und zum anderen aber auch bei Trainern, Werbepartnern und dem sozialen Umfeld.

Abschließend werden Strategien zur Reduktion des Dopings gefunden und diskutiert. Dabei geht es darum, dem moralischen Kodex zu folgen und sich nicht durch andere negativ beeinflussen zu lassen. Außerdem helfen ein gesunder Lebensstil, der das Wohlbefinden steigert und mentales Training sowie der Ausbildung der eigenen mentalen Stärke dabei das Verlangen nach Dopingmitteln bei Sporttreibenden zu bremsen. Auch eine Veränderung der Leistungsstruktur zur Förderung junger Athleten und Athletinnen kann zur Verminderung des Dopings beitragen, indem der Druck vor allem von spätreifen Jugendlichen genommen wird und diesen mehr Zeit in deren Entwicklung gegeben wird.

Betreuer: Dr. Sebastian Sdrenka

Bei Interesse an einer Teilnahme bitten um vorherige Anmeldung per Mail an [sebastian.sdrenka@tu-clausthal.de](mailto:sebastian.sdrenka@tu-clausthal.de)