



بدن سازی

معاونت غذا و دارو شبکه بهداشت و درمان شهرستان آبادیه

پائیز ۹۳



مقدمه

داروهای گوناگونی برای افزایش غیر طبیعی حجم عضلات یا افزایش انرژی بدن استفاده می شوند که مصرف بی رویه و بدون تجویز پزشک آنها موجب بروز عوارض متعددی در تمام بدن به ویژه دستگاه گوارش و کبد می شوند.

این داروها تنوع زیاد دارند و رایج ترین آنها ویتامین ها و مواد معدنی (mineral) است. مصرف زیاد ویتامین ها موجب تهوع و دردهای شکمی می شود. ویتامین های محلول در چربی مانند (A,D,E,K) نیز موجب مسمومیت می شوند. هورمون های آنابولیک خطرناک ترین مواد نیروزا هستند و مهمترین عارضه آنها ایجاد مشکلات جدی کبدی و حتی سرطان کبد است. نکته مهم : داروهایی که غیر قانونی تهیه می شوند می توانند حاوی هر ماده ناشناخته و مضر باشد. به همین دلیل پرهیز از مصرف آنها به شدت توصیه می شود زیرا هیچ راه فراری از عوارض مصرفشان وجود نداشته، ندارد و نخواهد داشت.



معرفی داروها

برخی داروهای مورد استفاده نابجا در بدن سازی :

- ۱- داروهای مقلد سمپاتیک: کاهش وزن
 - ۲- داروهای مدر : کاهش وزن - رقیق نمودن دارو جهت تست دوپینگ
 - ۳- داروهای محرک سیستم اعصاب مرکزی : انرژی زا
 - ۴- مشتقات هورمون های مردانه : افزایش کارآیی ورزشی، حجم و قدرت عضلانی، ایجاد ظاهر درشت
- در این بین مشتقات هورمون های مردانه بیشترین سوء مصرف را دارند. استروئیدهای آنابولیک از مشتقات تستوسترون هستند که در مقایسه با خود تستوسترون دارای اثرات آنابولیک بیشتر و اثرات آندروژنیک کمتری میباشند. این داروها عمدتاً بصورت غیر مجاز برای ورزشکاران ساخته شده اند و از نظر سازمان غذا و داروی آمریکا (FDA) تأیید شده نیستند و برای سلامتی ورزشکاران بسیار خطرناک اند.

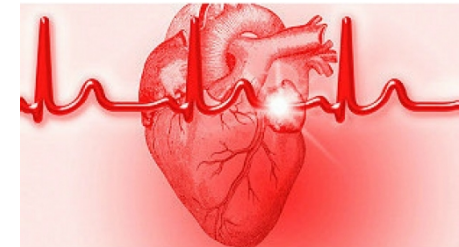
عوارض جانبی :

- ۱- دستگاه هورمونی : مردان(عقیم شدن - رشد سینه ها) زنان (پوست چرب- آکنه- بم شدن صدا- ریزش مو و ...)



- ۲- دستگاه اسکلتی : متوقف یا کند شدن رشد طولی استخوان ها

- ۳- دستگاه گردش خون : حمله قلبی - تشکیل لخته



- ۴- کبد : زردی چشم یا پوست - سرطان

کبد



- ۵- پوست: آکنه- کیست- پوست و موی

چرب



- ۶- رفتار : تند خویی - ستیزه جویی



- ۷- اعتیادآور بودن : افزایش میل به استفاده

از استروئیدها بدلیل نوسانات روحی- بی قراری- کاهش اشتها- بی خوابی- کاهش اشتیاق جنسی و...

وزارت بهداشت اقداماتی چند جهت ساماندهی بازار مکمل ها انجام داده است ::

- ۱- توزیع اقلام مکمل فقط توسط شرکتهای مجاز توزیع دارو و در داروخانه ها و دارای برچسب اصالت
- ۲- قیمت گذاری مکمل ها در کمیسیون قیمت گذاری وزارت بهداشت
- ۳- ضرورت تجویز توسط پزشک

منابع

دارونامه رسمی ایران
سایت اطلاعات پزشکی ایران
www.irmdi.net