

SPIEGEL ONLINE

27. Juli 2015, 16:12 Uhr

Doping und die Folgen

"Sie spüren die Rache des eigenen Körpers"

Ein Interview von Lukas Eberle und Maik Großekathöfer

Weil sie perfekt aussehen wollen, schlucken viele Hobbysportler Anabolika - manche landen später in der Praxis des Psychotherapeuten Werner Hübner. Ein Gespräch über die Grundlagen der Sucht und die Entfremdung vom eigenen Körper.

SPIEGEL ONLINE: Herr Hübner, wie geht es den Leuten, die Ihre Hilfe suchen?

Hübner: Vielen furchtbar. Sie können nicht schlafen, die Haut am Bizeps ist gerissen, sie haben Beulen und Pickel auf dem Rücken, sind teilweise impotent, die Freundin hat Schluss gemacht. Einige trauen sich nicht mehr vor die Tür. Die können nicht mal mehr einkaufen gehen.

SPIEGEL ONLINE: Nehmen Ihre Patienten noch Dopingpräparate?

Hübner: Die nehmen alle keine Mittel mehr, und die meisten würden einen Teufel tun, damit je wieder anzufangen. Sie kommen, weil sie sagen: Ich bin am Ende. Sie kommen als Geschlagene. Die haben so richtig die Grenze gespürt. Und sie haben verstanden, dass die Dopingmittel dabei die entscheidende Rolle gespielt haben.

SPIEGEL ONLINE: Aus welchen gesellschaftlichen Schichten kommen die Betroffenen?

Hübner: Aus allen. Bei mir melden sich Gymnasiasten, ehemalige Hauptschüler, Autoschlosser und Studenten. Die Erwachsenen sind oft gut situiert. Ich habe rund 20 Fälle im Jahr, von überall her, von Bayern bis Schleswig-Holstein. Man kann sie in drei Gruppen einteilen.

SPIEGEL ONLINE: In welche?

Hübner: Zur ersten Gruppe gehören Doper, die lange Anabolika geschluckt oder gespritzt haben und jetzt die Rache des eigenen Körpers spüren. Die mussten das Zeug absetzen, weil sie die Nebenwirkungen nicht mehr ertragen konnten. Die Männer verzweifeln, weil ihnen Brüste gewachsen sind, die Haare fallen aus, die Haut wird schlaff. Sie sehen schlimmer aus, als sie jemals ausgesehen haben.

SPIEGEL ONLINE: Wer bildet die anderen Gruppen?

Hübner: Da sind die Jugendlichen und jungen Männer, die von ihren Eltern oder der Partnerin zu mir geschickt werden. Die haben bemerkt, dass mit dem Kind, mit dem Freund etwas nicht stimmt. Sie sehen das blutige T-Shirt in der Wäsche, sehen die Akne im Gesicht. Die halten die Aggressivität und Reizbarkeit nicht mehr aus. Neulich war eine Mutter bei mir, sie sagte: Ich erkenne meinen eigenen Sohn nicht wieder! Er hatte sie gewürgt. Und dann gibt es noch die, die Psychosen entwickelt haben. Manche muss ich in eine Klinik schicken. Die sind depressiv, reden von Selbstmord oder fühlen sich verfolgt.

SPIEGEL ONLINE: Das alles kann Anabolika anrichten?

Hübner: Natürlich. Ich hatte einen Patienten, der hat es nicht ausgehalten, über große Plätze zu gehen oder mit dem Bus zu fahren. Der dachte, dass ihn alle angucken, über ihn tuscheln, dass ihn alle peinlich finden. Ein anderer stand schon auf der Brücke und wollte springen.

SPIEGEL ONLINE: Wie entwickelt sich so etwas?

Hübner: Ich gebe Ihnen ein Beispiel: Ein Mann, er arbeitet als Vertreter mit regionaler Zuständigkeit und muss sich mit den Kollegen in anderen Bezirken messen lassen. Er kriegt mit, dass er bei den Kunden nicht gut genug ankommt, er tritt nicht so forsch auf. Er sagt sich: Wenn ich aussehe wie jemand, der dynamisch ist, dann werde ich auch dynamisch. Der Mann beginnt

also, täglich im Fitnessstudio Gewichte zu stemmen, und er schluckt Anabolika. Er sieht seinen Körper als Visitenkarte, er will ihn designen, um punkten zu können.

SPIEGEL ONLINE: Und das funktioniert nicht?

Hübner: Zunächst schon. Tatsächlich tritt er im Job viel tatkräftiger auf. Er fühlt sich wie ein Weltmeister, der alles schaffen kann und denkt: Das ist ja grandios. Doch nach anderthalb Jahren kippt alles, weil die Nebenwirkungen der Anabolika nun stärker sind als die Wirkung. Der Mann bekommt Schweißausbrüche und wird immer nervöser. Als er zu mir kommt, sagt er: Ich höre Stimmen in meinem Kopf, und die sollen wieder weg - das ist sonst kein Leben mehr.

SPIEGEL ONLINE: Wie behandeln Sie die Patienten?

Hübner: Unterschiedlich. Sie liegen auf einem Sofa oder sitzen in einem Sessel, es läuft Musik, und manchmal spreche ich eine Fantasiereise. Oft können die Leute nicht erklären, warum sie angefangen haben, Anabolika zu nehmen. Wir versuchen dann, ihre Lage zu reflektieren, Gründe zu finden.

SPIEGEL ONLINE: Was kommt dabei raus?

Hübner: Viele Doper haben nie wirklich zu sich gestanden. Es fiel ihnen immer schwer, sich einem Konflikt zu stellen. Schon in der Schule, bei Klassenarbeiten, haben sie geschummelt. Häufig höre ich aber auch: Ich bin nur geliebt worden, wenn die Leistung gestimmt hat.

SPIEGEL ONLINE: Sie arbeiten in der Suchtprävention. Gibt es Parallelen zwischen Drogenabhängigen und den sogenannten Stoffern aus dem Sport?

Hübner: Eindeutig. Sie handeln nach demselben Grundmuster: Ich will etwas nicht haben und suche nach einer Möglichkeit, wie ich es loswerde.

SPIEGEL ONLINE: Wer will denn was loswerden?

Hübner: Der Kokser den tristen Alltag. Der will seinen Erlebnishorizont aufweiten. Und der Doper will seine schwächliche Statur loswerden. Der will seinen Körper aufweiten. Etwas ist nicht in Ordnung, und ich versuche, das ist jetzt wichtig, die Sache mit einem Mittel in Ordnung zu bringen. Ich schalte mich selbst aus. Ich gebe dem Mittel Macht.

SPIEGEL ONLINE: Der Hobbysportler könnte doch einfach härter trainieren, um muskulöser zu werden.

Hübner: Das macht er ja auch, aber manchen reicht das Ergebnis noch immer nicht. Und dann ist es bequemer, Anabolika zu schlucken, als sich mit der Frage zu beschäftigen: Wie kann ich mit meinem Körper zufrieden sein, obwohl er in meinen Augen nicht perfekt ist? Sie müssten akzeptieren, dass sich die Natur nicht vertan hat. Aber das fällt ihnen schwer.

SPIEGEL ONLINE: Was ist daran so kompliziert?

Hübner: Sie haben es nie gelernt. Mussten sie auch nicht. Für alles gibt es ja etwas.

SPIEGEL ONLINE: Wie meinen Sie das?

Hübner: Ein banales Beispiel: Ein Kind ist hingefallen und blutet am Knie. Die Mutter kommt, pustet auf die Wunde und gibt dem Kind ein Gummibärchen oder ein Stück Schokolade. Es muss den Schmerz nicht einfach aushalten, es bekommt eine Süßigkeit, die seine Lage erträglicher macht. Wenn das Kind Probleme in der Schule hat, liegt in dieser Logik die Lösung nahe, das Problem über Medikamente zu beseitigen. Die Eltern ergründen nicht, was dem Kind Schwierigkeiten macht. Vielleicht ist es überfordert? Oder unterfordert? Vielleicht trägt es ein familiäres Problem in der Schule aus? Aber das interessiert keinen, Pillen und Medikamente sind die einfachere Lösung. Niemand muss die Schwierigkeiten tolerieren. Es ist zur Tradition geworden, sich nicht zu quälen.

SPIEGEL ONLINE: Das heißt also, wenn ich meinem Kind zu oft Gummibärchen gebe, nimmt es später wahrscheinlich Drogen oder Anabolika.

Hübner: Nein, das heißt es nicht. Aber es zeigt, dass der Drang eingeübt ist, sofort zu einem Surrogat zu greifen. Wenn jemand zum Stoffer wird, dann passiert das nicht von einem Tag auf den anderen. Das ist auch kein böses Schicksal. Dopen ist eine Form des Ausweichens, die schon lange vorher angelegt wurde.

SPIEGEL ONLINE: Kann man von Anabolika süchtig werden?

Hübner: Ja, aber es ist weniger eine körperliche Abhängigkeit, eher eine psychische.

SPIEGEL ONLINE: Wie sieht diese Sucht aus?

Hübner: Wer Gewichte stemmt und gezielt Dopingmittel nimmt, wird zunächst sehen, wie seine Muskeln schnell wachsen. Das ist für diese Menschen ein Hochgefühl, ein Glücksmoment. Sie erleben sich neu und anders. Es ist, als würde man durch ein Fenster auf eine blühende Landschaft sehen. Wenn ich das einmal erlebt habe, will ich diesen Ausblick immer wieder genießen. Das Fenster darf sich nicht mehr schließen, denn sonst bin ich ja wieder der Alte.

SPIEGEL ONLINE: Hat sich die Bedeutung des Körpers in unserer Gesellschaft verändert?

Hübner: Ja, sehr. Viele fragen sich nicht mehr: Wer bin ich, was will ich? Sondern: Wie will ich nach außen wirken? Der Körper ist für sie ein Ausstellungsstück, etwas, das sie modellieren wie ein Künstler eine Skulptur. Für viele Menschen, die ins Fitnessstudio gehen, ist ihr Körper ein Stein, sie sind nicht mit ihm in Kontakt.

SPIEGEL ONLINE: Woher kommt das?

Hübner: Junge Menschen vergleichen sich häufig nur mit anderen. Sie sollten aber auch nach etwas suchen, das ihre Identität ausmacht. Dazu bräuchten sie eine bessere Anleitung. Eltern, Lehrer und Vorbilder, die ihnen sagen, dass es völlig okay ist, nicht auf Facebook zu sein. Oder keine Markenklamotten zu tragen. Oder keine Muskeln zu haben.

SPIEGEL ONLINE: Wie können es dopende Fitnesssportler schaffen, mit den Anabolika Schluss zu machen, bevor sie krank werden?

Hübner: Sie müssten jemanden finden, mit dem sie reden können. Das muss nicht ich sein, das kann der Jugendhausleiter sein oder der Beratungslehrer. Oder der Arzt, der sich Zeit nimmt. Einige meiner Patienten gingen zuerst zu ihrem Hausarzt und wurden schnell wieder weggeschickt. Mit den Worten: Selbst Schuld, Junge.

Lesen Sie mehr zum Thema hier im neuen SPIEGEL.

URL:

<http://www.spiegel.de/sport/sonst/anabolika-doping-und-die-folgen-die-rache-des-eigenen-koerpers-a-1045235.html>

Mehr auf SPIEGEL ONLINE:

DER SPIEGEL 31/2015: Doping - Muskelspiele

[https://magazin.spiegel.de/digital/?](https://magazin.spiegel.de/digital/?utm_source=spon&utm_campaign=centerpage#SP/2015/31/137324612)

[utm_source=spon&utm_campaign=centerpage#SP/2015/31/137324612](https://magazin.spiegel.de/digital/?utm_source=spon&utm_campaign=centerpage#SP/2015/31/137324612)

© SPIEGEL ONLINE 2015

Alle Rechte vorbehalten

Vervielfältigung nur mit Genehmigung der SPIEGELnet GmbH