U.A.E-NADO
اللجنة الوطنية لمكافحة المنشطات
National Anti-Doping Committee

الهيئة العامة لرعاية الشباب والرياضة
General Authority of Youth & Sports Welfare

مخاطر تعاطي المنشطات

احصل على الحقائق

لماذا كل هذا الاهتمام؟

يمكن شراء معظم الأدوية المدرجة في قائمة المحظورات من الصيدلية – وبالتالي فأنها تكون آمنة للاستخدام، أليس كذلك؟

كلا!! لقد صنعت الأدوية من أجل أولئك الأشخاص الذين يعانون من ظروف صحية معينة – وليست للاستخدام من جانب الرياضيين الأصحاء.

ماذا عن

المكملات الغذائية و المكملات التي تستخدم للحمية ؟

«جميعها مونتجات طبيعية، نقية – سريعة المفعول»

إن الشركات التي تصنع المكملات الغذائية لا تخضع لنظام رقابي صارم، هذا يعني إنك لن تعرف حقيقة ما تتناوله، فقد يحتوي المكمل الغذائي الذي تتناوله على مواد محظورة.

استخدمه ولكنك وحدك تتحمل المسؤولية
إذ لا يمكنك الوثوق دائما بما هو مكتوب على ملصق المنتج

ما هي المخاطر؟

جميع الأدوية لها آثار سلبية – ولكن عندما تتناول أدوية لا يحتاج إليها الجسم، فإنه قد يؤدي إلى إلحاق الضرر إلى جسمك ويحطم مستقبلك الرياضي.

ما يجب معرفته أيضاً؟

الوسائل توجد هناك أيضاً وسائل محظورة لتناول المواد أو للتلاعب في فسيولوجية جسمك، ويمكن لهذه الوسائل أن تكون لها آثار سلبية على جسمك، على سبيل المثال:

تنشيط الدم – بما في ذلك عمليات نقل الدم لتغيير الأسلوب الذي يزيد قدرة الدم على حمل الأوكسجين إلى باقي الجسم – والذي قد يؤدي إلى:

- ارتفاع نسبة الإصابة بأمراض فشل القلب، والسكتة الدماغية والفشل الكلوي مع ارتفاع ضغط الدم الشرياني.
- مشاكل صحية تتعلق بالدورة الدموية - مثل الإصابة بالالتهابات، والتسمم والزيادة المفرطة في عدد كريات الدم البيضاء، وانخفاض عدد الصفائح الدموية.

فيروس نقص المناعة المكتسبة **متلازمة نقص المناعة المكتسبة**

كما هو الحال بالنسبة للأدوية التي تؤخذ عن طريق الحقن، فإن استخدام الحقن لتعاطي المنشطات يجعلك عرضة لخطر الإصابة بالأمراض المعدية مثل فيروس نقص المناعة المكتسبة / متلازمة نقص المناعة المكتسبة والتهاب الكبد الوبائي.

ماذا يحدث للرياضي الذي يستخدم الأدوية الآتية؟

الستيرويدات

قد تجعل عضلاتك كبيرة وقوية، ولكن... يمكن أن تصبح مدمناً عليها ولربما تعرضك إلى:

- ظهور حب الشباب.
- الصلع المبكر.
- زيادة خطر إصابتك بأمراض الكبد وأمراض القلبية الوعائية (تصلب الشرايين).
- الزيادة في نشوء النزعة العدوانية.
- التقلبات المزاجية.

أيضاً الشباب – أنتم أيضاً قد يكون عرضة إلى الآثار السلبية التالية:

- ضمور في حجم الخصيتين.
- زيادة حجم الصدر (الثدي).
- انخفاض معدل الرغبة الجنسية، والإصابة بالعجز الجنسي.
- انخفاض في عدد الحيوانات المنوية.

سيداتي – وأنت أيضاً قد تكن عرضة للآثار السلبية الآتية:

- خشونة في الصوت.
- زيادة ظهور الشعر على الجسم والوجه.
- اضطراب في الدورة الشهرية.
- تضخم حجم البظر.

هرمون الايريثروبيوتين (EPO)

قد يساعد جسمك بطريقة ما على تحسين قدرة الدم على حمل الأوكسجين، ولكن... لماذا تجازف في استخدامه عندما تعلم أنه قد يؤدي إلى الموت؟

إن استخدام هرمون الايريثروبيوتين قد يجعل قوام دمك مثل قوام العسل – أكثر ثخانة ولزوجة من الماء، إن محاولة ضخ هذه الدماء، الثخينة في الأوعية الدموية قد:

- يجعلك تبدو مرهقاً مع الشعور بالضعف عندما تحاول ممارسة الرياضة.
- يجعلك عرضة للإصابة بارتفاع ضغط الدم.
- يجعل قلبك يعمل بجهد أكبر مما يعرضك إلى الإصابة بسكتة قلبية أو دماغية.

المنبهات

تستخدم المنبهات لزيادة القدرة التنافسية ولكن... ما رأيك في هذه القدرة التي سوف تشعر بها إذا:

- كنت لا تستطيع النوم (الأرق).
- كنت تعاني من الرعشة أو الرجفة اللاإردية.
- كنت تعاني من مشاكل فقدان التوازن في المشي وعدم التركيز.
- كنت تعاني من القلق والنزعات العدوانية.
- كنت تعاني من زيادة واضطراب في ضربات القلب.
- كنت تعاني من أزمة قلبية أو سكتة دماغية.

هرمون النمو (HGH)

قد تجعل عضلاتك وعظامك تبدو قوية، إلا أن... ليست عضلاتك هي وحدها التي تكبر في جسمك.

إن استخدام هرمون النمو قد يؤدي إلى:

- مرض العملقة (مرض ضخامة الأطراف)- تضخم في عظمة الجبهة والحواجب وعظمة الرأس والفكين- التي لا يمكن استعادتهم إلى حالتهم الطبيعية.
- تضخم عضلات القلب الذي يؤدي إلى ارتفاع ضغط الدم وبل أيضاً إلى فشل وظائف القلب.
- إلحاق الضرر بكبدك وغدتك الدرقية وقوة بصرك.
- التهاب في المفاصل.

المواد الحاجبة

يحاول بعض الرياضيين التحايل على زنظمة مكافحة المنشطات باستخدام المواد المدرة للبول diuretics وغيرها من المواد التي تحجب العلامات التي تكشف عن استخدام المواد المحظورة.

إن آثارها السلبية قد تؤثر بشكل واضح على قدرتك في المنافسة والتدريب. فقد:

- تشعر بالدوخة، بل قد تصاب بحالة إغماء.
- تتعرض للجفاف.
- تتعرض لتشنجات عضلية.
- تتعرض لحالة هبوط في معدل ضغط الدم واضطراب في وظائف القلب.
- تصاب بفقدان التوازن عند المشي وعدم التركيز.
- تصبح مشوشاً ومتقلب المزاج.

الماريجوانا

الماريجوانا – القنبيات- أو أي اسم تسميه، فأنها تعتبر محظورة.

سواء استخدامك لها استخداماً بصفة يومية أو عارضة، حيث أن استخدام الماريجوانا له آثار سلبية على أداءك الرياضي وعلى صحتك، إن استخدام الماريجوانا قد:

- يضعف ذاكرتك وانتباهك وحركتك، حتى أنه قد يؤدي إلى تدني الفهم.
- يضعف الجهاز المناعي لديك.
- يؤثر على رئتيك (الاصابة بالالتهاب المزمن في الشعب الهوائية والأمراض التنفسية الأخرى، وكذلك سرطان الحنجرة).
- يؤدي إلى الإدمان النفسي والعضوي.

المخدرات

المخدرات مثل الهيروبين المورفين، قد تساعدك على نسيان الألم ولكن، ما رأيك بقدرتك التنافسية وأنت تعاني من:

- الضعف في الجهاز المناعي.
- انخفاض معدل ضربات القلب والقصور في وظيفة الجهاز التنفسي.
- فقدان التوازن عند المشي والتنسيق وعدم التركيز.
- إضطرابات معوية مثل القيء والإمساك.
- أيضاً تعتبر المخدرات من المواد المسببة للادمان - سرعان ما يصبح جسمك وعقلك معتمدان عليها.

بالتعاون مع

هيئة الشارقة الصحية
Sharjah Health Authority