
Russisk Rulett

Et nyhetsbrev om bruk av anabole steroider og andre prestasjonsfremmende preparater utenfor den organiserte idretten

Årgang 1, nummer 2

desember 2011

Tekst og foto: Bjørnar Bergengen
Spesialkonsulent KoRus- Oslo



Innenfor dopingfeltet har sammenhengen mellom steroidebruk og vold lenge vært et omdiskutert tema. Etter terrorhandlingene 22. juli har temaet på nytt blitt aktualisert. I forkant av terrorhandlingene hadde Anders Behring Breivik gått på en steroidkur. Formålet var å bli kvikkere og raskere, og få økt styrke og utholdenhet under det han kalte operasjonen. I sitt såkalte manifest skriver han «*Legger merke til at jeg blir mer aggressiv når testosteronet har virket en stund. Spesialiserte aggressivitetspiller kunne ha gjort en til en supermann, en en-manns-hær i to timer!*». Vi vil i denne utgaven av *Russisk Rulett* se nærmere på sammenhengen mellom doping bruk og vold.

Flere steder ble det i november arrangert seminarer og fagdager som hadde doping som tema. I Oslo samarbeidet bydelene Grünerløkka, Sagene og Stovner om å avholde en fagdag om doping 11. november. 22. november avholdt Helse- og omsorgsdepartementet

en nasjonal fagdag om temaet. Ellers i landet har Antidoping – Norge avholdt fire seminarer i henholdsvis Gjøvik, Vestfold, Førde og Tromsø.

Fagdag om anabole androgene steroider

Fredag 11. november arrangerte bydelene Grünerløkka, Sagene og Stovner en fagdag om doping. Leder av helse- og sosialkomiteen i bydel Stovner, Tore Ludt, introduserte dagen ved å reflektere over sammenhengen mellom kroppsfokus, tilbøyeligheten til å ta snarveier på stadig flere områder og bruk av doping.



Arrangørene av fagdagen 11. november Tove Christiansen, Caroline Rømming, Tone Kronquist og Kjersti Åkra.

Neste på programmet var Frode Hestenes fra Antidoping Norge. Hestenes mente aldersspennet blant dopingbrukerne er i endring, og at brukerne blir stadig yngre. Kroppen har i stadig større grad blitt et utstillingsvindu. Dopingbruk kan derfor sies å ha utviklet seg fra å være en "operasjon stor" til å bli en "operasjon six-pack". Blant brukerne er bivirkningene av steroidene kjent, og det er ikke uvanlig at medisiner mot ulike bivirkninger blir handlet inn samtidig med dopingpreparatene som skal benyttes. Hestenes mente at det i en forebyggingsammenheng er viktig å fokusere på områder som kan

treffe den aktuelle målgruppen, som i dette tilfellet i all hovedsak er gutter i tenårene og unge menn. Å fokusere på mulige bivirkninger tiår frem i tid fungerer dårlig. I stedet bør fokus være på krympende testikler, utvikling av pupper og stans i lengdeveksten. Hestenes kom også inn på sammenhengen mellom steroidebruk og vold. I noen miljøer brukes en blanding av hurtigvirkende testosteron og amfetamin i forkant av kriminelle handlinger for å oppnå økt aggresjon. Denne blandingen blir kalt for "torpedococtail." Videre mente han at *sinnetrappa* forsvant, slik at en kunne bli rasende for den minste frustrasjon. Han fortalte også om Antidoping Norges interaktive nettilbud, *Ren Skole*. Dette er et undervisningsopplegg i antidoping som er spesielt tilpasset elever i videregående skole.

Margaret Tveiten informerte om *Dopingtelefonens arbeid*. Hun fortalte at den gjennomsnittlige innringeren til *Dopingtelefonen* er en gutt på 19 år. Første gang han ringer er gjerne i begynnelsen av en kur hvor han ønsker tips og råd om hvordan han skal gå frem. Ofte ringer den samme gutten igjen etter at kuren er avsluttet. Denne gangen for å forhøre seg i forhold til bivirkningene han opplever etter endt kur.

I tillegg til disse fikk man foredrag fra Tollvesenet og KoRus- Oslo. Fra Stockholm kom Charlotta Rehnman og presenterte tiltaket *100 % ren hårdtråning*.



100 % ren hårdtråning

I 2007 startet STAD- prosjektet i Stockholm opp et forebyggingsarbeid rettet mot doping som fikk navnet *100 % Ren Hårdtråning*. Det overordnede målet for arbeidet var å utvikle og utprøve en samarbeidsmodell for å redusere bruken og tilgjengeligheten av doping på treningssentre i Stockholm. I tillegg ønsket man så tidlig som mulig å oppdage personer som brukte dopingmidler slik at disse kunne få en adekvat behandling.

Arbeidet ble innledet med gjennomføringen av en spørreskjemaundersøkelse og et observasjonsstudie på ulike treningssentre i Stockholm. På dette kunnskapsgrunnlaget baserte man det videre arbeidet. For å se om tiltaket hadde hatt noen effekt ble det i 2010 gjennomført en ny spørreskjemaundersøkelse. Her ble treningssentre som hadde inngått en avtale med prosjektet sammenlignet med treningssentre som ikke hadde inngått noen slik avtale. Resultatet av disse studiene peker i retning av at tiltakene har hatt en positiv effekt. På treningssentrene som har gått inn i en avtale med tiltaket er det færre som både har brukt og blitt tilbudt dopingpreparater i 2010 enn det var i 2007.

Tiltaket har fire bein å stå på: opplæring, tilsyn, sertifisering og gjennomføringen av en kampanje. Eiere og ansatte på treningssentre får tilbud om å delta i et undervisningsopplegg. Her går man gjennom tegn og symptomer på dopingbruk, medisinske og sosiale konsekvenser av dopingbruk, kunnskap om kost og kosttilskudd og samtalemotodikk. For å få en sertifisering får instruktørene en grunnutdanning, og man har kontinuerlig opplæring av personalet. Videre skal treningssentrene utvikle en handlingsplan og en policy mot doping. I tillegg blir det etablert et samarbeid med politiet, som betyr at politiet jevnlig vil gjennomføre besøk på treningsstudioene.

I 2008 ble kampanjen *100 % ren hårdtråning* lansert. Denne besto av tre deler. Første del var en "dokumentar" om svenske *chinnners*. Formålet var å skape et fenomen rundt denne oppdiktede subkulturen, der medlemmene bruker tida til *chinning*. Andre del besto av et treningsprogram for å maksimere antallet chins i løpet av 20 uker. Siste del var *Chinnners Championship*, et mesterskap i *chinning* som skulle avholdes på en festival i Stockholm i august dette året. På treningssentrene som deltok ble det arrangert chinskvelder. Her ble det også delt ut ulike treningsaccessories som t-skjorter, svettebånd og vannflasker. Man ønsket med denne kampanjen primært å nå ut til unge gutter og menn med budskapet om at *det viktigste er ikke hva du tar, men hva du gir – 100%*.

Lenker til 100 % Ren hårdtråning

[Prosjektets hjemmeside](#)

[Håndbok om doping](#)

[Powerpointpresentasjon](#)



Charlotta Rehman og Erika Sjöblom i 100 % ren hårdtråning

Mobilisering mot doping. Nasjonal fagkonferanse. 22. november, Oslo.

Helse- og omsorgsdepartementet arrangerte 22. november en nasjonal fagkonferanse om doping. Doping er et problem en kan finne i flere ulike deler av befolkningen, og HoD ser arbeidet mot doping som en del av de helsemessige utfordringene vi som samfunn har foran oss.

"Doping rommer flere paradokser", sa Bjørn Barland fra Politihøgskolen. I motsetning til andre rusmidler er det å bruke doping ikke et mål i seg selv. Doping brukes fordi man ønsker å oppnå et klart definert mål: en finere kropp. Dermed blir doping en metode der brukeren gjennom avvik ønsker å oppnå konformitet.

Barland mente at det er viktig også å forstå kroppen som et "prosjekt". I dag er det ikke lenger ønsket om å bli bedre i en idrett som gjør at man velger å bruke dopingmidler. Kroppen har blitt et kommunikasjonsmedium og hovedårsaken til bruken er ønsket om å få en kropp som ligger så nært opp til de rådende kroppsidealene som mulig. Hos deler av ungdomsgruppen kan kropp og utseende henge sammen med begreper som helse og sunnhet. Barland mener at det eksisterer en oppfatning av at har man en "riktig" kropp så viser man også omverdenen at man er sunn, at man har god helse og er et vellykket individ.

Brukerperspektivet ble representert ved Ståle Wadsworth som driver internettsiden *steroider.net* og Astrid Kvinge fra *Pårørendesenteret, Landsforbundet Mot Stoffmisbruk*. Kvinge mente det var viktig å lytte til brukernes pårørende. Ståle fortalte sin historie om hvordan han fikk hjerteinfarkt i en alder av 27. Han hadde da i flere år brukt steroider og ulike andre medikamenter. Insulin var et av disse medikamentene, og han beskrev dette som et av de mest potente

dopingmidlene han noen gang hadde prøvd. Gjennom internettsiden *steroider.net* får han kontakt med mange unge gutter som velger å bruke doping. Han mener at dosene det er vanlige å begynne med i dag ofte er så store at han ikke hadde våget å bruke dem selv.

Mathieu Holtz fortalte om Interpools dopinginitiativ som startet opp i 2009. Doping generer organisert kriminalitet og kriminalitet som involverer flere ulike land. Internasjonalt ser man stadig oftere en sammenblanding av doping- og narkotikakriminalitet. Utgangspunktet for å befatte seg med både doping og narkotika var ønsket om å få maksimal profitt ut av det man investerte av risiko og penger. Ofte er utbyttet større og risikoen mindre ved salg av doping enn ved salg av narkotiske stoffer. Doping genererte i tillegg en utstrakt hvitvasking av penger.

Det er flere komplekse sider ved problematikken knyttet til doping. Professor emeritus Anders Rane fra Karolinska Institutet kom i sin innledning inn på noen av disse. Biologiske og genetiske faktorer gjør at ulike personer kan reagere ulikt på det samme dopingmidlet. Derfor bør genetiske faktorer bli tatt med i betraktning når man skal teste en person for dopingbruk.

Per Medbøe Thorsby fra Oslo Universitetssykehus mente at det er behov for et nasjonalt senter for bivirkninger av dopingbruk. I Norge i dag har man ingen systematisk kunnskap om bivirkningene av en slik bruk. Innen helsevesenet er det ingen enighet om hvordan man skal møte og behandle dette problemet. Derfor er det vanskelig for fastlegene, som ofte er de første som møter disse problemene, å vite hvor de skal henvende seg.



Politiet, Toll- og avgiftsetaten, Helsedirektoratet, Antidoping Norge, Norges Fastlegeforening og Helse- og Omsorgsdepartementet avsluttet dagen med korte refleksjoner over hvordan de vil møte utfordringene knyttet til doping i tida fremover. Både Helsedirektoratet og Helse- og Omsorgsdepartementet så denne dagen som et startskudd for videre arbeid med dette temaet. Antidoping Norge

fortalte at de allerede har et godt apparat for å møte de nye utfordringene på dette området. Fra politiet ble det stilt spørsmål om hvordan de kunne intervensere når det å bruke doping er lovlig. Toll- og avgiftsdirektoratet fokuserte på internetthandel og produksjon i Norge. Universitetssykehus var klar til å ta det neste skrittet og etablere et eksplisitt tilbud til personer med AAS- problematikk. Legeforeningen mente man måtte ha fokus på følelsene rundt kropp, mat og trening, og at leger ofte utredet problemer knyttet til denne bruken på et mangelfullt grunnlag.



Forskning om sammenhengen mellom steroidebruk og aggresjon/vold

Bruk av anabole androgene steroider har i ulike sammenhenger blitt knyttet til økt aggresjon og vold. Personer som arbeider med dopingproblematikk forteller ofte om aggresjon og uforklarlige voldsepisoder. Videre er det kjent at dopingpreparater kan bli brukt for å øke aggresjonen under utførelsen av kriminelle handlinger. Mange av informantene i den kvalitative undersøkelsen *Doping. Muskler, mestring og mening* hadde voldserfaring. Aggresjon og sinne ble av disse informantene regnet som vanlige bivirkninger av steroidebruk. Ulike studier har vist at dopingbrukere har større sjanse for å bli offer for vold enn en som ikke bruker dopingmidler. Innen dopingfeltet finnes det også mye anekdotisk evidens og en del kassustudier der det hevdes å være en sammenheng mellom dopingbruk og aggresjon/vold. Samtidig hevdes det at det er vanskelig å finne en vitenskapelig holdbar sammenheng mellom steroidebruk og vold.

Justisdepartementet nedsatte i 2002 en arbeidsgruppe som skulle se på om det var noen dokumentert sammenheng mellom misbruk av dopingmidler og risiko for økt aggresjon og voldelig adferd. Arbeidsgruppen skriver i sin rapport at det ideelle forskningsmessige grunnlaget for å foreta en slik bedømmelse ville ha vært "eksperimentelle studier der man under strikte krav til kontrollerte

betingelser ga tilfeldig valgte friske forsøkspersoner AAS av de typer, i de doser og over den tid som er relevant for ulike brukere av AAS, og der man fulgte brukerne og registrerte aggresjon/aggressiv atferd/voldsutøvelse før, under og etter bruken." De sier videre at det foreligger både praktiske og etiske hindringer for en gjennomføring av slike forsøk. For det første vil man ikke kunne gjøre forsøk der voldsutøvelse registreres og måles, og for det andre er det i slike eksperimenter ikke tillatt å bruke doser av samme størrelse som blir brukt i en dopingsammenheng. Arbeidsgruppen konkluderte med at de ikke fant noen tilstrekkelig vitenskapelig dokumentasjon for å kunne si at det foreligger en årsaksmessig sammenheng mellom bruk av AAS og aggresjon eller vold. Samtidig sa arbeidsgruppen at de på bakgrunn av forskningslitteraturen de hadde gått gjennom ikke kunne utelukke at en slik årsaksmessig sammenheng kunne foreligge. Særlig gjaldt dette ved bruk av høye doser og/eller kombinasjon av ulike stoffer hos følsomme individer.

Professor Ståle Pallesen presenterte under den nasjonale fagkonferansen som ble avholdt 22. november en gjennomgang av studier som har blitt gjort for å undersøke denne påståtte sammenhengen. Studiene han presenterte var inndelt i kategoriene eksperimentelle studier, epidemiologiske studier, studier av atleter og studier av kriminelle.

I de eksperimentelle studiene ble forsøkspersoner gitt steroider i kontrollerte doser og omgivelser. Ser man disse studiene samlet er det lite som tydet på at testosteron økte aggresjonsnivået hos forsøkspersonene. Disse studiene hadde flere metodiske svakheter som kan ha påvirket resultatet. Dosene forsøkspersonene hadde blitt gitt under eksperimentene var ofte lave. Tidsperioden hvor de fikk testosteron var ofte av kort varighet. I tillegg deltok det i mange av studiene et lite antall forsøkspersoner.

Epidemiologiske studier samler inn og bearbeider informasjon fra store grupper av befolkningen. De fleste epidemiologiske studiene pekte derimot i retning av at det er en sammenheng mellom aggresjon og inntak av testosteron. Denne typen studier har også sine metodiske svakheter. En kan ikke kontrollere for premorbiditet hos deltagerne. Opplysningene som blir gitt er sjelden verifiserbare og det er fare for underrapportering.

Mange studier som har blitt gjort av atleter indikerer at aggresjonsnivået øker når man bruker anabole androgene steroider.

Samtidig er ikke forskjellene mellom brukere og ikke- brukere av steroider systematiske. Prospektive studier peker også i retning av at det finnes en sammenheng mellom steroidebruk og aggresjon.

I studier som er gjort blant kriminelt belastede personer finner man mange rapporter om en økning av voldskriminalitet når disse personene begynner å bruke steroider. Voldsbruken ser også ut til å følge brukssyklusen av steroider.

Pallesen oppsummerte sin gjennomgang med at ser man de ulike studiene samlet er det mye som tyder på at bruk av anabole androgene steroider kan medføre økt aggresjon hos brukeren.



Steroidebruk og psykiske bivirkninger

Noen forskere har antydnet at psykiske bivirkninger kan ha en sammenheng med voldsutøvelsen som har blitt knyttet til steroidemisbruk. Allerede på 1950- tallet ble det registrert psykiske bivirkninger hos personer som fikk behandling med steroider. Arbeidsgruppen som ble nedsatt i 2002 utelukket ikke at steroidebruk kunne gi økt aggresjon og økt voldspotensiale hos brukeren. De skriver i sin konklusjon at *den samlede informasjonen fra de kontrollerte kliniske forsøkene der det er benyttet de høyeste dosene, gir indikasjon på at bruk av AAS i store doser hos noen – kanskje spesielt disponerte – individer kan utløse psykiske tilstander som er betegnet som mani/hypomani – tilstander som også kan innebære økt aggressivitet*

Voldsutøvelsen forbundet med steroidemisbruk er ofte beskrevet som svært brutal og ofte ser de utløsende årsakene ut til å være av en

bagatellmessig art. Dette brått utløste og voldsomme sinnet knyttet til steroidemisbruk har fått betegnelsen *roid rage*. Fia Klötz sier at dissosiasjon har blitt knyttet til vold, og at beskrivelsene av *roid rage* er like beskrivelsene av voldsutøvelse knyttet til dissosiasjon hvor tilsynelatende "normale" individer brått begår svært voldelige handlinger. Hun mener en mulig forklaring på kasusbeskrivelsene kan være at AAS- bruk kan frembringe en særlig intens voldsutøvelse, noe som medvirker til at disse hendelsene tiltrekker seg ekstra oppmerksomhet fra både politi og media.

De mest fremtredende psykiatriske tilstandene assosiert med misbruk av AAS er manilignende tilstander som gir seg uttrykk i irritasjon, aggresjon, eufori, storhetstanker, hyperaktivitet og uforsiktig og farlig atferd. Andre reaksjoner kan være akutte psykososer, depresjoner og utvikling av akutte forvirrings- eller deliriums tilstander. Blant brukere finner man en svært stor variasjon av symptomer. Disse skyldes ulike dosestørrelser, hvilke stoffer som har blitt konsumert, brukens varighet, misbrukerens personlighet og nåværende og tidligere bruk av ulike rusmidler. Det er vanskelig å avgjøre om det voldsomme sinnet som har blitt assosiert med steroidemisbruk best kan forstås som en del av paranoid psykose eller om det har andre årsaker som psykiatriske eller kognitive lidelser, eller om det er et uttrykk for et impulskontrollproblem.

Oppsummering

Ser man samlet på foreliggende studier finner en at mange av disse peker i retning av det er en sammenheng mellom dopingbruk og aggresjon/vold. I flere undersøkelser rapporteres det at steroidebrukere oftere både viser voldelig atferd og selv blir ofre for vold. Gjør man dybdeintervjuer av dopingbrukere forteller disse både om økt aggresjon, sinne og voldsutøvelse. Disse reaksjonene blir sett på som en naturlig og forventet bivirkning av dopingbruken. Brukerne tar hensyn til disse bivirkningene og har ulike strategier for å forholde seg til dem. Forskere som ellers har funnet det vanskelig å si at dopingbruk er direkte knyttet til voldelig atferd utelukker ikke at det kan være en sammenheng. En del forskere forsøker å finne forklaringer på voldsepisoder som har blitt knyttet til dopingbruk i ulike psykiske bivirkninger som har blitt knyttet til bruk av steroider.

En stor del av dopingpreparatene som brukes i dag blir fremstilt på

såkalte undergrunnslaboratorier. Dette gjør det vanskelig å anslå preparatenes styrke og innhold. Brukeren tar også gjerne flere preparater under en kur. Å anslå de kumulative effektene av flere dopingpreparater er vanskelig. Det er også problematisk å forutsi hvordan den samme kuren med de samme preparatene vil virke på ulike personer. I studier som har påvist en økning i maniske symptomer hos personer som har blitt gitt testosteron er det kun hos et mindretall av de deltagende forsøkspersonene denne effekten har inntruffet. Andre viktige spørsmål i denne sammenhengen er hva som kommer først av doping og vold; kan dopingbruken gjøre en person voldelig, eller har personer som allerede har en aggresjons/voldsproblematikk større tilbøyelighet til å begynne å bruke steroider?

Kilder

Androgene-anabole steroider (AAS) og vold
Nasjonalt kunnskapssenter for helsetjenesten. 4/2004

[Last ned](#)

Barland, Bjørn og Jan Ove Tangen: Kroppspresentasjon og andre prestasjoner – en omfangsundersøkelse om bruk av doping. Politihøgskolen, PHS forskning 2009:3. Oslo 2009.

[Last ned](#)

Bjørn Barland, Jan Ove Tangen og Caroline A. Johannenesen Doping. Muskler, mestrings og mening. En kvalitativ studie av unge menns bruk av muskelbyggende medikamenter PHS forskning 2010:6

[Last ned](#)

Klötz, Fia: Anabolic Androgenic Steroids and Criminality. Acta Universitatis Upsaliensis. Digital Comprehensive Summaries of Uppsala Dissertations from the Faculty of Medicine 318. Uppsala 2008.

Tommy Moberg og Hermansson, Gunnar: *Mandom, mod och morske män*. Mediahuset i Göteborg AB. Göteborg 2006.

Ståle Pallesen: *Doping og vold*. Presentasjon under nasjonal fagkonferanse 22. november 2011.

Pedersen, Willy, Wichstrøm, Lars og Blekesaune, Morten: Violent Behaviours, Violent Victimization and Doping Agents. Journal of Interpersonal Violence, vol. 16 No. 8. Sage Publications 2001.

H.G. Pope, E.M.Kouri og J.I. Hudson: Effects of Supraphysiologic Doses of Testosterone on Mood and Aggression in Normal Men: a randomised controlled trial. I *Archives of General Psychiatry*, vol. 57, 133 – 140, 2000. [Last ned](#)

Ryan C.W. Hall, Richard C.W. Hall, Marcia J. Chapman: Psychiatric Complications of Anabolic Ateroid Abuse, i *Psychosomatics*, 46: 4, 2005, 285 – 290. [Last ned](#)

Sirois, Francois: Steroid Psychosis: a review, i *General Hospital Psychiatry* 25, 2003, 27 – 33.



Linker nyhetssaker

Nyhetssakene er denne gangen hentet fra det siste halvåret. Flere ulike tema blir belyst i disse sakene, men mange av sakene er relatert til sammenhengen mellom steroidebruk og vold. I oktober og november hadde Dagens Næringsliv flere store artikler om dopingbruk. Noen av linkene nedenfor er til artikler i Dagens Næringsliv. Dessverre ligger ikke alle disse artiklene gratis tilgjengelig på nett.

80 % av anabole steroider er hjemmelaget. Mai 2011

Tidligere ble anabole steroider hovedsakelig importert til landet. De siste årene har dette endret seg. Beslag peker i retning av at det meste i dag blir produsert i Norge. [Link til hele saken](#)

Ti av hans kamerater bruker anabole steroider. Mai 2011

Styrkeløfter kjenner mange som doper seg. Reportasje fra Rogaland. [Link til hele saken](#)

Anabole steroider brukes under brutale lovbrudd. Juli 2011.

[Link til hele saken](#)

Om Behring Breiviks bruk av anabole steroider. Juli 2011.

[Link til hele saken](#)

Kriminelle atferd og anabole steroider. August 2011

Kronikk av Henrik Sahlin Pettersen og Ståle Pallesen der de spør om i hvilken grad anabole steroider kan ha medvirket til å gjøre et monster ut av en tilsynelatende normal vestkantgutt. [Link til hele saken](#)

Om Berihng Breviks dopbruk i forkant terrorangrepene. August 2011.

Artikkelen rommer også en oversikt over drapssaker som har blitt satt i sammenheng med bruk av anabole androgene steroider.

[Link til hele saken](#)

Pårørende sier Norge er et doping u- land. September 2011.

Heletilsynet sier at kunnskapsgrunnlaget i forhold til behandling av personer som har problemer på grunn av dopingbruk er sparsomt.

[Link til hele saken](#)

Suget etter den perfekte kroppen. September 2011

Intervju med psykolog Linn Beate Brønsted Lothe fra Borgestadklinikken som har skrevet spesialistoppgave om bruk av doping. [Link til hele saken](#)

Mer om Behring Breiviks dopingbruk. September 2011.

Ekspert mener Behring Brevik fremstår som en amatør som manglet kunnskap og innsikt om doping og kroppsbygging. [Link til helesaken](#)

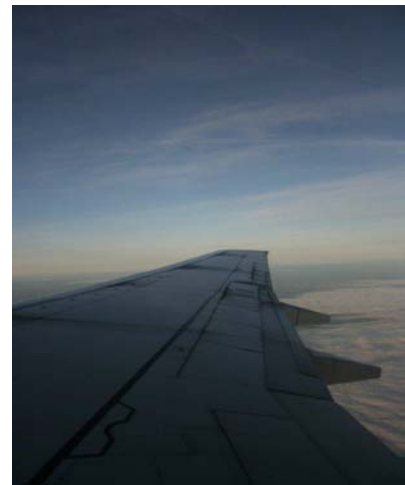
Drømmen om Brad. September 2011.

Unge gutter ned i trettenårsalder eksperimenterer med veksthormoner for å få en kropp som Brad Pitt. [Link til hele saken](#)

Bioteknologinemda spør om gener er fremtidens doping. September 2011. [Link til hele saken](#)

Jeg trodde jeg var supermann. September 2011.

Steroide-misbruk, sykdom og voldelige idoler fra tv-serier var i fokus da drapsdømte Håvard Nyfløt forklarte seg i ankesaken etter bortføringen og kidnappingen av Faiza Ashraf. [Link til hele saken.](#)



Om dopingbruken til drapsmannen i Faiza- saken. September 2011.

[Link til hele saken](#)

I løpet av tre år har beslaget av dopingpulver økt med nærmere 700 %. Oktober 2011. [Link til hele saken](#)

Knut Storberget ønsker ikke å fremstå som noen svekling i kampen mot doping. November 2011 [Link til hele saken](#)

Dopmarkedet er verre narkotikamarkedet. November 2011

[Link til hele saken](#)

Fastleger kan for lite om doping. November 2011

[Link til hele saken](#)

Vurderer dop-kriminalisering. November 2011

[Link til hele saken](#)

Jaget etter den perfekte kroppen øker hver dag. November 2011

Antidoping skal systematisk inn på timeplanen på de videregående skolene på Hitra og Frøya. [Link til hele saken](#)

Ingen regler for doping på skolene. November 2011

[Link til hele saken](#)

Unik antidoping-satsing i Trøndelag. November 2011

[Link til hele saken](#)

*Godta dopingtest - eller bli kastet ut fra treningssenteret.
November 2011*

Ved rundt 150 sentre må potensielle medlemmer nå skrive under på at de aksepterer å bli dopingkontrollert, før de kan begynne å trene.

[Link til hele saken](#)

Hvordan er idealkroppen? November 2011

[Link til hele saken](#)

Antidoping Norge utvider sitt arbeid mot doping. Desember 2011

[Link til hele saken](#)

Linker

Antidoping Norge
www.antidoping.no

Antidoping Norges forebyggingsprogram Ren Skole'
<http://www.renskole.no/>

Dopingtelefonen
www.dopingtelefonen.no

Antidoping Danmark
www.antidoping.dk

Dopingtelefonen I Sverige
www.dopingjouren.se

World Anti-Doping Agency (WADA)
www.wada-ama.org/en/

Steroider.Net
www.sterodier.net

Neste utgave av *Russisk Rullett* kommer i løpet av våren 2012.
Har du tilbakemeldinger eller ideer send en e-post til:

bjornar.bergengen@rme.oslo.kommune.no