



**Thomas Riedl**  
**GOVI – ein Imprint der Avoxa – Mediengruppe deutscher Apotheker, 2020**  
**ISBN 978-3-7741-1439-5**  
**34,90 Euro**

## Arzneimittel und Doping

### Sportler sicher beraten

Sportler und Sportlerinnen haben es nicht leicht: Nicht nur, dass sie immer für Höchstleistungen trainieren müssen, im Krankheitsfall müssen sie auch sehr sorgfältig darauf achten, welche Arzneimittel sie einnehmen, um nicht unter Doping-Verdacht zu kommen. Natürlich gibt es auch immer „schwarze Schafe“, die ihre Leistungen mit unerlaubten Mitteln verbessern wollen. Aus diesem Grund wurde 1963 erstmalig eine Liste all jener Substanzen und Methoden veröffentlicht, die in irgendeiner Form zur Leistungssteigerung beitragen können und die deshalb generell oder bei sportlichen Wettkämpfen nicht eingenommen oder angewendet werden dürfen. Seit 1999 regelt die *World Anti-Doping Agency* (WADA) weltweit den Umgang mit leistungssteigernden Mitteln und veröffentlicht seit 2004 jährlich eine aktualisierte Liste der verbotenen Substanzen.

Diese Liste ist Grundlage für das vorliegende Buch und liefert auch gleich die Gliederung der einzelnen Kapitel. Insofern hat dieses Werk im Prinzip ein Verfallsdatum zum Ende des Jahres, allerdings werden sicherlich etliche Substanzen auch noch in der nächsten Liste enthalten sein. Und vor allem gelten die ersten Seiten des Buches, die unter der Überschrift „Zum Einlesen in das Thema“ interessante Hintergrundinformationen zum Doping liefern, natürlich auch noch länger: Dass Doping nicht nur bei Hochleistungssportlern eine Rolle spielt, sondern auch im Breitensport

beliebt ist, wird auch in den nächsten Jahren weiterhin relevant bleiben, ebenso wie die besondere Art des Dopings bei Nicht-Sportlern, das Neuroenhancement.

Der Hauptteil des Buches beschäftigt sich mit denjenigen Substanzen, die gemäß Dopingliste während Training und Wettkampf verboten sind, solche, die nur während der Wettkampfzeit nicht erlaubt sind und den wenigen, die bei bestimmten Sportarten im Wettkampf nicht eingenommen werden dürfen. Der Autor hat dabei sehr viele Informationen und Wissenswertes zu den einzelnen Substanzen zusammengetragen, was sich nicht nur auf den genauen Wirkmechanismus (inklusive veranschaulichender Abbildungen), Nebenwirkungen und Analytikfragen der einzelnen Stoffe beschränkt. Spannend sind auch die immer wieder aus dem Buch „Die Radsport Mafia“ eingestreuten Zitate und die entsprechenden Handlungsanweisungen aus dem „Schwarzen Buch“ – einem *Insider*-Ratgeber für *Bodybuilder* und passionierte Doping-Sünder. So ist man dann eben vielleicht etwas erstaunt, den Brennnesselwurzelextrakt mit seiner Wirkung auf den Testosteron-Spiegel im Kapitel der Substanzen findet, die während Training und Wettkampf verboten sind. Oder man wundert sich, dass sich ein Germknödel zu einem kulinarischen *No-Go* in einem Wettkampf entwickeln kann.

Die Themen in den Kapiteln 5 bis 7 zu „Monitoring-Programm“, „Weitere spezielle Fragestellungen rund um Krankheitskreise und Arzneimittel“ und zu „Doping bei Tieren“ sind wieder etwas unabhängiger von der jeweils aktuellen Dopingliste. Das Monitoring-Programm wurde ebenfalls 2004 ins Leben gerufen und enthält Substanzen, die aus den strengen Antidoping-Bestimmungen rausgenommen wurden. Dazu gehören z. B. Coffein oder Nikotin, die während Wettkampfzeiten überwacht werden, die Glucocorticoide, die während des Trainings zu monitorieren sind und Ecdysteron oder Bemittel, die zu Trainings- und Wettkampfzeiten kontrolliert werden.

Je nach Erkrankung und geplanter Therapie können eventuell Substanzen auftauchen, die ebenfalls zu Dopingfallen werden können. Im 6. Kapitel werden sehr ausführlich und kritisch verschiedene Krankheitskreise vorgestellt und die Arzneimittel diskutiert.

Für manche Leser mag das abschließende Kapitel zu Doping bei Tieren kurios wirken, aber natürlich unterliegen auch Pferde und Hunde im Wettkampf einem Leistungsdruck, auf den die jeweiligen Besitzer mit entsprechenden unterstützenden Mittelchen einwirken.

Insgesamt ist es ein wirklich interessant zu lesendes Buch, in dem man die Pharmakologie einzelner Substanzen nochmal unter einem ganz anderen Aspekt kennenlernt – wirklich empfehlenswert, auch über das „Ablaufdatum“ am 31.12.2020 hinaus!

**Ilse Zündorf, Frankfurt am Main**



**Peter Richard**  
**Haupt Verlag, 2020**  
**ISBN 978-3-258-08196-0**  
**39,90 Euro**

## Pflanzenkompositionen für den Naturgarten

### Pflanzenauswahl und Inspirationen für das ganze Jahr

Wollen oder müssen Sie zufälligerweise einen neuen Garten anlegen? Angesichts des weltweiten Insektensterbens und des Rückgangs der Biodiversität wäre vielleicht ein besonderer Lebensraum für verschiedene Tiere eine Option? Und wenn der Garten dann auch noch attraktiv, repräsentativ und vor allem pflegeleicht wäre, wäre das ja die absolute *Win-win*-Situation!