

Muskler, manlighet och mod - tonårspojkars användning av och avståndstagande från anabola steroider.

Sverker Nilsson

Avhandlingsarbetet har påvisat missbruk av anabola steroider bland tonårspojkar. Orsaken var inte idrottsambitioner utan skönhets- och hävdelseambitioner. Vi har utarbetat en strategi för prevention, vilken har tagits väl emot bland ungdomarna. Missbruksprevalensen har successivt minskat under 10-årsperioden och attityderna till anabola steroider har ändrats. Våra studier visar, att det idag föreligger ett gruppträck bland tonårspojkar mot användande av anabola steroider samtidigt som naturligt tränade muskler värdesätts. Musklerna är viktiga för tonårsskillar idag. Dels för den egna utvecklingen in i vuxenvärlden, dels för självförtroendet och för förmågan att inge respekt bland andra killar och uppnå acceptans och status bland dessa, men också som ett skydd mot den högst reella hotbild man upplever och som en viktig del i beach-kulturen, som är central i tonåringars livsstil i Halland.

Sverker Nilsson är specialist i allmänmedicin och medicine doktor. Han är verksam som distriktsläkare och verksamhetschef på Neptunuskliniken i Varberg. Han är även förbundsläkare i juniorlandslaget i friidrott och klubbläkare Falkenbergs FF. Sverker Nilsson, Neptunuskliniken, S Hamnvägen 4,432 44 Varberg, e-post s.nilsson@neptunuskliniken.nu

Bakgrunden till mitt avhandlingsarbete, som jag försvarade i början av juni i år, var det i början av 1990-talet välkända faktum att androgena anabola steroider ("anabola steroider") missbrukades av tonårspojkar i USA - inte bara för att förbättra idrottsliga prestationer utan framförallt för att förbättra utseendet (1). Ett ökat fokus på manligt utseende hade blivit en realitet i samhället. Efter Berlinmurens fall noterade tull- och polismyndigheterna att inströmningen av

preparaten ökade kraftigt i Sverige. Som skolläkare upptäckte jag själv i början av 1990-talet att tonårsskillar på högstadiet och gymnasieskolan började använda preparaten. Flera av dessa rådfrågade mig som lokalt känd idrottsläkare, om hur de bäst skulle använda preparaten och hur de skulle undvika biverkningar. Samtidigt rapporterade lärare om killar som plötsligt blivit "sjukligt aggressiva" och börjat slåss av nästan inga orsaker alls. Flickvänner berättade om per-

sonlighetsförändringar hos sina pojkvänner. Personlighetsförändringar som de misstänkte berodde på att pojkvännerna börjat använda olika typer av preparat. Dessa observationer gjorde att vi 1993 genomförde en studie av hur vanligt det var med användning av anabola steroider i Falkenberg. Undersökningen ingick som en del av en stor livsstilsenkät till ungdomar och genomfördes av 1383 (688 pojkar och 695 flickor) 14-19-åringar, vilket innebär en deltagarfrekvens på 96%.

Förekomsten av missbruk

Prevalens-studien visade att tonårspojkarna rapporterade att de hade använt anabola steroider i en frekvens av 5,8% (n=40)! Dessa siffror var i paritet med de missbrukssiffror som rapporterats från USA, där frekvensen anabolmissbruk låg mellan 4 och 12% i olika samtida studier (2-6). Vår studie var en av de första i Europa som påvisade missbruk och situationen i övriga Sverige var ej studerad. Högst rapporterad missbruketsfrekvens i vår studie var i åldern 15-16 år. Av dessa hade också 50% injicerat preparaten, tydande på ett omfattande missbruksproblem. Detta missbruk visade sig vara associerat till cigarettretökande, högt alkoholintag och missbruk av andra narkotiska droger typ hasch. Däremot var det inte relaterat till idrottsaktiviteter utan träning/tävling i idrottsföreningar var en skyddande faktor mot anabolmissbruk. De tonårskillar som var aktiva i idrottsföreningar missbrukade anabola steroider i mindre utsträckning än övriga.

Program för att minska missbruket, öka kunskapen och förändra attityder

Eftersom missbruk av anabola steroider nu också hade blivit en realitet i Falkenberg

startade jag ett interventionsprogram, som vi genomförde i hela Halland då vi hade rapporter om att problematiken fanns i samtliga kommuner. Interventionsbudskapet byggde på kända resultat av vår och andras vetenskapliga studier. Tidigare studier har lärt oss att information respektive skrämselfpropaganda är dömt att misslyckas då detta till och med kan leda till ett ökat missbruk av olika droger (7-9). Informationen kan i sådana lägen ibland tyvärr stimulera till nyfikenhet och sensationssökande - något som är relativt vanligt bland tonårspojkar. Dessutom vill en del tonårskillar chocka och bete sig häftigare än andra tonåringar respektive vuxna. Ett annat problem att beakta är att de för oss vuxna skrämmande biverkningarna ibland är önskade effekter hos tonårskillar (10-11).

Min interventionsstrategi var att göra ett multidimensionellt program som involverade så många individer som möjligt i samhället för att nå så stora effekter som möjligt på kort tid. 150 hälsoinformatörer utbildades enligt denna strategi, som byggde på att vi inte skulle informera utan istället initiera diskussioner bland ungdomar och lyfta fram deras egna positiva tankar och livsvärderingar. Hälsoinformatörerna arbetade sedan i sina vanliga arbeten med problematiken ur olika utgångspunkter. Tanken var att vårt väl genomtänkta koncept skulle vara basen för arbetet över hela länet och därmed skulle samtliga informatörer ge ett likartat budskap. Samtliga informatörer försågs med samma utbildningsmaterial i form av exv OH-bilder. Den strategi som hälsoinformatörerna skulle arbeta med var att inte informera utan att stimulera ungdomar att diskutera utseendeideal och livsstilar med varandra inklusive diskussioner mellan killar och tjejer. På detta sätt får killarna mer kunskap om tjejers värderingar - och tvärtom. De får

information om att beteende oftast värderas högre än specifika karaktäristika i utseendet. Utgångspunkten när vi bestämde denna strategi var att vi anade att killar *trodde sig veta* hur tjejer tänker men att de inte hade *någon direkt kunskap*, vilket också visade sig stämma. Samtidigt stimulerades ungdomarnas tankebanor med ett bild- och textbudskap på ett för tonåringar intressant sätt via posters, informationsbroschyrer och trailers på bio med text och bildmaterial som riktade sig direkt till dem. Vi tryckte upp dessa posters och informationsbroschyrer gratis och fanns tillgängliga för att svara på frågor och ge information i samband med deras egna projektarbeten. Vi engagerade ungdomar och idrottsstjärnor som ledare för gruppdiskussioner i skolor, fritidslokaler etc för att diskutera värderingar och livsstilar. Interventionsprocessen uppmärksammades mycket utav lokala media, vilket vi hade stor nytta av eftersom informationen och diskussionerna i media blev samma som våra diskussioner i grupperna. I grupperna diskuterades och ventilerades ungdomarnas egna idéer och tankegångar med oss hälsoinformatörer som katalysatorer för att få i gång diskussionen. Här diskuterades tjejernas preferenser avseende killars utseende och beteende samtidigt som killarnas preferenser avseende tjejers utseende och beteende diskuterades. På detta sätt fick vi möjlighet att minska incitamentet att använda anabola steroider bland killar eftersom tjejerna i första hand inte prioriterar muskler och aggressivitet samtidigt som tjejernas incitament för anorektiskt beteende kan ha minskat eftersom killarna inte i första hand värdesätter smalhet utan egenskaper och beteende. Huruvida programmet har påverkat tendens till anorektiskt beteende hos tonårstjejer har vi dock inte utvärderat i detta forskningsprojektet.

Utvärdering av interventions programmet

Utvärdering av projektet gjordes med en ny prevalens-studie bland 5 827 tonåringar (innebärande en deltagarfrekvens på 95%) efter det tvååriga interventionsprojekt, vilket visade minskade prevalenstal. Missbruksprevalensen i Halland bland tonårskillar var 1995 3,1% (n=84). Enkätstudien genomfördes med CAN:s enkät, vilken används på flera ställen i Sverige under senare hälften av 1990-talet. CAN:s undersökningar har visat stora lokala skillnader i missbruksfrekvenserna, mellan 1 och 3%(12-13).

Sedan har vi följt missbruksprevalensen med en ny studie 2000 omfattande 4 049 tonårspojkar i Halland innebärande en deltagarfrekvens på 93%. Studien visade att missbruket av anabola steroider hade sjunkit ytterligare till 1,2% (n=48) bland tonårskillar.

Utvärderingen av programmet visade att ungdomarna var intresserade av diskussionerna och gav högt och bra betyg till gruppdiskussioner och andra interventionsaktiviteter. De specialutbildade hälsoinformatörerna arbetar sedan dess i olika omfattning vidare med ungdomar utifrån sina egna kunskaper, möjligheter och idéer dock baserat på den grundutbildning vi gav från början. Hälsoinformatörerna var redan utbildade i kommunikation med ungdomar eftersom de var och i de flesta fall fortfarande verkar som lärare, fritidspedagoger, skolsjukvårdspersonal, kuratorer, idrottsledare, gym-instruktörer etc. Tankarna från interventionsprogrammet finns numera som en naturlig del i dessa organisationers anti-drog program.

Varken i denna eller den tidigare studien fanns något rapporterat missbruk av anabola steroider bland tonårstjejer. Missbruk av

anabola steroider är och har varit ett manligt missbruksproblem i samhället de senaste 10 åren.

Attityder till anabola steroider

Attityderna till anabola steroider, skönhetsideal och kroppens betydelse i ungdomsvärlden bland tonårskillar har studerats i två studier. Först gjorde vi det med kvantitativ metodik i form av attitydundersökning 2000 i enkätform och sedan med kvalitativ metodik genom intervjuundersökningar individuellt respektive i fokusgrupper 2002.

Den kvantitativa attitydstudien visade att majoriteten av såväl tonårstjejer som tonårskillar är emot användande av anabola steroider. Effekterna och bieffekterna har under de senaste tio åren varit välkända bland ungdomar. Det finns dock en skillnad i attityd mellan pojkar som använt respektive inte använt drogen. Bland de killar som använt drogen uppfattas preparaten som mindre farliga och de har också uppfattningen att tonårstjejer föredrar muskulösa killar. Så är inte fallet bland de tonårskillar som inte har använt preparaten. De uppfattar drogen som farlig och tror inte att tjejer i första hand föredrar muskulösa killar. Över huvud taget visade sig skillnaden mellan dem som uppgav missbruk av anabola steroider och övriga vara stor. Anabolmissbrukarna hade ett högre bruk av narkotiska droger, sniffning och tobak. De använde mer alkohol vid varje tillfälle, drack oftare än övriga och använde hembränd sprit oftare. De tyckte i högre utsträckning än övriga att det var roligare på fest om man var berusad. De var mer deprimerade och skolkade oftare. Bland dem som missbrukade anabola steroider var huvudsakliga orsaken att man önskade förbättra sitt utseende. Missbruk av anabola steroider visade sig vara vanligare bland in-

vandrade pojkar.

För att utforska tonårskillars attityder lite djupare och därmed öka vår förståelse av fenomenet ville vi också studera ämnet med kvalitativ metod. Den kvalitativa studien genomfördes med individuella intervjuer och fokusgruppsintervjuer. Ett viktigt mål med en kvalitativ studie av det här slaget är att få ta del av så varierade erfarenheter som möjligt. Informanterna, tonårspojkar i åldern 15-18 år, valdes ut av lärare, som kände dem, så att de skulle bestå av en grupp där några hade använt och några inte hade använt anabola steroider; några tränade på gym och några inte gjorde det; en del tränade fysisk träning och en del gjorde inte det samt att några hade utländsk härkomst. Vi använde både individuella och fokusgruppsintervjuer för att optimera möjligheterna till bredd och djup i det insamlade materialet. Fokusgrupperna genomfördes dels med en manlig ledare och dels med en kvinnlig ledare. Både individuella och gruppintervjuer genomfördes med en intervjuguide med några teman som utgångspunkt. I övrigt var intervjuerna öppna och informanterna uppmuntrades att berätta fritt om sina erfarenheter av träning i olika former; livsstilar samt anabola steroider. Materialet analyserades enligt fenomenologisk tradition och vi hade under arbetet flera seminarier kring analysen för att bredda förståelsen av våra data (14-15).

Resultatet visade att ett gruppträck fanns mot att använda anabola steroider i den här gruppen av informanter. Samtliga uttalade sig negativt om anabola steroider när vi frågade om deras attityder till dem, oavsett om man använt anabola eller ej. Flera orsaker fanns till detta. Tonårspojkarna hade goda kunskaper om anabola steroiders effekter. I den här gruppen av informanter var preparatintag inte accepterat eftersom det uppfattades som fusk. Dessutom beskrev de

intervjuade pojkarna hur anabola steroider förknippades med en skrämmande stor muskeltillväxt. Muskler som man inte kände att man hade så stor nytta av utan man föredrog naturligt tränade muskler. Informanterna beskrev också en stor oro för att extremt stora muskler i framtiden skulle kunna leda till att kroppen skulle se slapp ut. Tonårskillarna rapporterade också rädsla för hjärnskador och försämrad sexuell förmåga p.g.a. intag av preparaten. Å andra sidan talade man mycket om vikten av en vältränad kropp. En vältränad muskulös kropp ger enligt informanterna bättre självförtroende, bättre säkerhet i det osäkra nattlivet och en lättare situation i utvecklingen till vuxen manlighet. Pojkarna pratade mycket om strandkulturen, vilket var en viktig del i särskilt de lite äldre tonårskillarnas världsbild. På stranden är en vältränad muskulös kropp viktig - dock skall inte den muskulära tillväxten vara överdriven som fallet blir vid missbruk av anabola steroider. Tonårstjejers attityder och värderingar hade man ingen aning om. En kille berättade t.ex. att hans flickvän alltid frågade om han tyckte att hon var söt. När han hela tiden försäkrade att han tyckte detta trodde hon, enligt informanten, att han ljög för att göra henne glad. "Ja tjejer kommer jag aldrig att förstå mej på!" var hans något pessimistiska sammanfattning, som återspeglar vikten av att öka kommunikationen mellan könen för att ge ungdomarna verklighetsförankrade motbilder till utseendeidealen som förekommer i media på olika sätt.

Fyra huvudteman utkristalliserade sig i analysen av intervjuerna. Dessa var "Kommunikation med kroppen"; "Rädslan och fruktan för det för ungdomar högst påtagliga samhällsvådet"; "Strandkulturen" och "Maskulinitetsutvecklingen från ung pojke till vuxen man". Vid analysen framkom att en muskulös kropp var ett sätt till enklare kom-

Socialmedicinsk tidskrift nr 4/2003

munikation med tjejer men också i mycket högre grad till kommunikation med andra killar och med vuxna män. En muskulös kropp signalerar självförtroende och visar att man kan försvara sig om man skulle behöva. I arbetet med intervjuerna blev det tydligt att maskulinitetsutvecklingen involverade ställningstaganden kring den egna kroppen och dess utseende. I intervjuerna var det ingen deltagare som uppgav att man testat anabola steroider eller att man skulle kunna tänka sig att göra det. I framtida studier vore det intressant att intervjua missbrukare av anabola steroider för att närmare förstå hur synen på maskulinitet i allmänhet och den egna manligheten i synnerhet samverkar med valet att använda anabola steroider för att bygga upp den egna kroppen. Det vore särskilt intressant att studera hur behovet av att imponera på andra pojkar/män påverkar användningen. Om fynden från den kvalitativa studien kan reproduceras i andra studier får det naturligtvis också betydelse för hur prevention ska bedrivas. Att homosociala strukturer d.v.s. mäns behov av sociala relationer med andra män påverkar valet av livsstil har bland annat den amerikanske maskulinitetsforskaren Courtenay visat (16). Den förändrade synen på och uppgiften för manligheten i dagens samhälle (17) är viktigt att fortsätta att studera. I Sverige är maskulinitetsforskningen inom medicinen mycket lite utvecklad. Det finns en rad områden där ett maskulinitetsperspektiv skulle kunna bidra till ökad kunskap. Missbruk av anabola steroider är ett sådant område liksom missbruk av alkohol och andra droger, speciellt som samvariation i missbruksbenägenhet är en realitet.

Framtidstankar

Tonåringar är en lättpåverkad grupp, vilket innebär att positiv hälsoinformation pre-

senterad på ett för tonåringar attraktivt sätt kan vara en bra metod för hälsofrämjande arbete. Dessutom bör vi i än högre grad hjälpa ungdomar att föra fram sina egna idéer och tankegångar så att de inte drunknar i reklambudskap och langares händer. Ungdomar har ett rakt och positivt tankesätt som är överlägset oss vuxna men de behöver hjälp att våga formulera sin egen livsfilosofi. Helst skall detta skötas av ungdomar själva med exempelvis "kamratstödjare". Speciellt svårt synes detta vara avseende manligheten, eftersom detta inte diskuteras tillräckligt. Trots att media och ungdomar fokuserar mycket på den manliga kroppen så kommer inte maskulinitetsperspektivet fram i tillräcklig omfattning. Dessutom måste vi vuxna bättre förstå den snabba förändringen av maskulinitetens utseende och innebörd i dagens samhälle. Genus förändras ständigt. En del gamla synsätt är för länge sedan övergivna medan andra lever kvar. Kanske har vi här en orsak till högre missbruk av anabola steroider bland invandrare än bland infödda svenskar. Ett maskulinitetsperspektiv i framtidens forskning kommer att vara fruktbart också med hänsyn till etnicitet och olika kulturella variationer. Denna utveckling kommer att bli mycket spännande att följa.

Referenser

1. Buckley WE, Yesalis CE, Friedl KE, Anderson WA, Streit AL, Wright JE. Estimated prevalence of anabolic steroids among male high school seniors. *JAMA* 1988;260:3441-5.
2. Johnson MD, Jay MS, Shoup B, Ricker VI. Anabolic steroid use by male adolescents. *Pediatrics* 1989;83:921-4.
3. Yesalis CE, Anderson WA, Buckley WE, Wright JE. Incidence of the non-medical use of anabolic androgenic steroids. *NIDA Res Monogr* 1990;102:97-112.
4. DuRant RH, Escobedo LG, Heath GW. Anabolic steroid use, strength training and multiple drug use among adolescents in the United States. *Pediatrics* 1995;96:23-8.
5. Terney R, McLain L. The use of anabolic steroids in high school students. *Am J Dis Child* 1990;144:99-103.
6. Rogol AD, Yesalis CE 3rd. Anabolic-androgenic steroids and the adolescent. *Pediatr Ann* 1992;21:175,183, 186-8.
7. Goldberg L, Bents RT, Bosworth EE, Trevisan L, Elliot DL. Anabolic steroid education and adolescents: do scare tactics work? *Pediatrics* 1991;87:283-6.
8. Tennant FS, Weaver SC, Lewis CE. Outcomes of drug education: four case studies. *Pediatrics* 1973;52:246-51.
9. Strosburger VC. Prevention of adolescent drug abuse: Why 'just say no' just won't work. *J Pediatr* 1989;114:676-81.
10. Pope H, Katz D. Psychiatric effects of anabolic steroids. *Psychiatric Annals* 1992;22:24-9.
11. Su TP, Pagliaro M, Schmidt PJ, Pickard D, Wolkowitz O, Rubinow DR. Neuropsychiatric effects of anabolic steroids in male normal volunteers. *JAMA* 1993;269:2760-4.
12. Andersson B, Hibell B. Skolelevers drogvanor 1995 (The drug-misuse among pupils in Sweden 1995). Stockholm: Gotab, 1996.
13. Kindlundh AM, Isacson DG, Berglund L, Nyberg F. Factors associated with adolescent use of doping agents: *Addiction* 1999;94:543-53.
14. Malterud K. Qualitative research: standards, challenges, and guidelines. *Lancet* 2001;358:483-8.
15. Seale C, Silverman D. Ensuring rigour in qualitative research. *Eur J Pub Health* 1997;7:379-84.
16. Courtenay WH. Construction of masculinity and their influence on men's well-being: a theory of gender and health. *Soc Sci Med* 2000;50:1385-1401.
17. Cohane G, Pope H Jr. Body image in boys: a review of the literature. *Int J Eat Disord* 2001;239:373-9.