

MOTORRAD

Ausgabe 14 vom 23. Juni 2000



interview

Dr. Christoph Scholl, Rennarzt und Sportmediziner, erklärt, ob ephedrinhaltige Präparate normalen Motorradfahrern etwas bringen.

- ?** Worum handelt es sich bei Ephedrin?
- !** Es ist ein anregendes Mittel, welches das vegetative Nervensystem beeinflusst. Der Puls und der Blutdruck gehen hoch. Es ist in Griffmitteln und Appetitzüglern enthalten.
- ?** Was bewirkt es?
- !** Stichwort Speedy-Effekt. Man bekommt ein überschießendes Reflexverhalten, die koordinativen Bewegungsabläufe können durchbrochen werden. Die Leute wirken fahrig und nervös. Man bemerkt nicht, wann der Körper seine Leistungsgrenze erreicht hat. Deswegen nehmen Marathonläufer und an-

dere Hochleistungssportler so etwas verbotener Weise ein. Mit der möglicherweise gefährlichen Folge eines Herzschlags.

? In Deutschland ist es in vielen Medikamenten frei erhältlich und keineswegs verboten. Kann man es Motorradfahrern, die etwa ein Renntraining oder eine harte Endurotour machen, empfehlen?

! Nein. Aus oben genannten Gründen nicht. Es hat einen negativen Einfluss auf die Koordinationsfähigkeiten, die Motorradfahrer und erst recht Rennfahrer in hohem Maße benötigen. Viel sinnvoller ist es, ordentlich zu trainieren, sich gesund zu ernähren. Dadurch steigt der Endorphinspiegel, also das körpereigene Glückshormon. Dieses liegt bei entsprechendem Training höher als durch die Einnahme von irgendwelchen Mitteln. Für anstrengende Motorradfahrten empfehle ich: kurze Ausruhphase, am besten liegend, danach einen Kaffee trinken als Anregung.

? Gibt es andere erlaubte Mittel, die einem Biker weiterhelfen könnten?

! Eine echte medikamentöse Leistungssteigerung ist für Biker nicht möglich. Ephedrinhaltige Präparate und andere anregende Mittel haben außerdem einen ausgeprägten Reboundeffekt. Das heißt: Nach Abklingen wird man psychisch labiler – ein schlechteres Befinden als ohne Einnahme stellt sich ein. Man ist körperlich ausgelaugt und benötigt eine extrem lange Ausruhphase.



Foto: fact