

Yngre mannlige fotballutøveres holdninger til legemidler og kosttilskudd

Nadia Alhaidari¹, Ingunn Björnsdottir¹, Fredrik Lauritzen², Sofie Christensen², Astrid Gjelstad^{1,2*}

¹Farmasøytisk institutt, Universitetet i Oslo, ²Antidoping Norge

Innledning

Fotball, en av de mest populære idrettene globalt, er stadig påvirket av spørsmål rundt bruk av legemidler og kosttilskudd. I Norge, hvor rundt 1,9 millioner personer som deltar i organisert idrett må følge dopingreglementet, inneholder 13% av medikamentene stoffer fra dopinglisten. Blant norske fotballutøvere under 20 år har det blitt rapportert ett forbruk av analgetika, antihistaminer og NSAIDs, med henholdsvis 14,3%, 10,3% og 8,6% mellom 2015-2019. Studier viser at unge utøvere ofte bruker smertestillende legemidler for å skjule skader for å fortsette trening, noe som kan forårsake større helseskader. Mellom 2013 og 2018 rapporterte 21% av norske utøvere med positive dopingprøver at utilsiktet inntak fra kosttilskudd var årsaken. God ernæring er essensielt for å maksimere prestasjon og fremme helse og restitusjon, og informert veiledning fra apotek og støttepersonell er avgjørende for å forbedre utøvernes livskvalitet og minimere risikoen for utilsiktet doping

Hensikt

Hensikten med denne studien er å søke å utforske yngre, spesifikt mellom alderen 18-19 år, mannlige fotballutøvere sine holdninger til legemidler og kosttilskudd. Formålet er å prøve å identifisere faktorer som kan påvirke deres beslutningsprosess knyttet til bruk av legemidler og kosttilskudd i henhold til antidopingbestemmelsen, i tillegg til å få innsikt i hvordan antidopingregelverket blir oppfattet og etterlevd i denne spesifikke gruppen.

Metode

I denne kvalitative studien ble fokusgruppeintervjuet brukt som metode for datainnsamling, som deretter ble analysert ved hjelp av tematisk analyse. Prosjektet inkluderte 25 yngre elitefotballspillere som deltok i fokusgruppeintervjuene. Intervjuene ble gjennomført i perioden fra november 2023 til desember 2023.

Resultat

Yngre mannlige fotballutøvere bruker ofte vanlige reseptfrie smertestillende som ibuprofen og paracetamol for mindre smerter og ubehag, og noen ganger før kamper og trening for å forbedre ytelsen. Motivasjonen for bruk av kosttilskudd er for å oppnå ytelsesfordeler, bedre restitusjon, og generell helseforbedring. Utøverne har en stor tillit til råd fra fysioterapeuter og leger, og anser de som viktige informasjonskilder. Imidlertid viser studien at det var en mangel på kunnskap og aktiv bruk av antidopingregler

Konklusjon

Denne studien viser at yngre utøvere bruker smertestillende midler og kosttilskudd for å maksimere ytelse, og de stoler sterkt på råd fra fysioterapeuter og leger. Imidlertid avslører studien en mangel på dypere forståelse og bruk av antidopingregler, noe som understreker behovet for forbedret kunnskap og kommunikasjon om antidoping for å sikre at utøverne følger regelverket nøye.