

# Yngre kvinnelige fotballspillers holdninger til bruk av legemidler og kosttilskudd, og deres forhold til rusmidler og doping i idrett

Synne Strand<sup>1</sup>, Ingunn Björnsdottir<sup>1\*</sup>, Fredrik Lauritzen<sup>2</sup>, Sofie Christensen<sup>2</sup>, Astrid Gjelstad<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Farmasøytisk institutt, Universitetet i Oslo, <sup>2</sup>Antidoping Norge

## Bakgrunn

Legemiddelbruk i idrett har fått økende oppmerksomhet de senere årene hvor tidligere idrettsutøvere forteller om en usunn kultur med hyppig bruk av smertestillende legemidler i sin idrettskarriere. Flere studier viser utbredt bruk av smertestillende legemidler, spesielt NSAIDs, blant fotballspillere. Kosttilskudd er en naturlig del av kostholdet til mange idrettsutøvere, og ifølge internasjonale studier bruker mellom 40-100% av alle idrettsutøvere kosttilskudd. Bruk av kosttilskudd kan imidlertid utgjøre en risiko for utilsiktet doping. Flere rusmidler er omfattet av dopingregelverket, og i løpet de siste årene har det vært en kraftig økning i antall idrettsutøvere som har blitt utestengt fra idrett for bruk av cannabis og kokain under konkurranse.

## Hensikt

Målet med denne masteroppgaven var å få en bedre forståelse av holdningene som ligger bak bruken av legemidler og kosttilskudd blant yngre kvinnelige fotballspillere, samt undersøke deres forhold til rusmidler og doping i idrett.

## Metode

Det ble benyttet fokusgruppeintervjuer som kvalitativ metode i datainnsamlingen. Det ble gjennomført fire fokusgruppeintervjuer med totalt 22 kvinnelige fotballspillere i alderen 17-19 år som spilte for klubber som deltok i norgesmesterskapet i fotball for J19 i 2023. De innsamlede dataene ble videre analysert ved bruk av tematisk analyse.

## Resultater

Utøverne viser stor tillit til de norske legene og produktene som selges på norske apotek, og føler av den grunn lite eget ansvar for bruk av legemidler og kosttilskudd i idrettssammenheng. Studien avdekker bruk av smertestillende legemidler blant utøverne for å dempe smerter ved skader for å kunne delta og prestere bedre på treninger og i kamper. Utøverne har et lite bevisst forhold til om de velger å benytte paracetamol eller ibuprofen som smertestillende legemiddel. Det er lite utbredt bruk av kosttilskudd blant utøverne, og energi- og sportsdrikk brukes mer for smakens skyld enn at det nødvendigvis skal dekke et kroppslig behov. Utøverne besitter liten kunnskap om antidoping selv om flertallet har utført Ren Utøver. Fotballjentene etterlyser selv et større fokus på antidoping i klubbene, da dette er et tema det snakkes svært lite om. Utøverne synes den økende rustrenden er bekymringsverdig, og de har selv observert andre idrettsutøvere benytte kokain på fest.

## Konklusjon

Fotballjentenes eget ønske om å spille fotball er stort, og utøvere bruker smertestillende legemidler for å kunne stille på trening og i kamp. Utøverne har et lite bevisst VI forhold til bruk av legemidler og kosttilskudd i idrettssammenheng. Vitamin- og mineraltilskudd brukes etter anbefaling av lege, mens energi- og sportsdrikk benyttes etter eget ønske. Utøverne føler doping ikke er noe som angår dem siden de hverken hører snakk om doping eller ser det utføres dopingkontroller. Fotballjentene tar felles avstand fra rusmidler i idrett. Utøvere med landslagserfaring besitter mer kunnskap om antidoping og har av den grunn et mer bevisst forhold til bruk av legemidler og kosttilskudd i idrettssammenheng.