Внимание, анаболики!

Выполнил *:* ученик школы-интернат № 52, 12 класса «А», Коновалов Дмитрий.

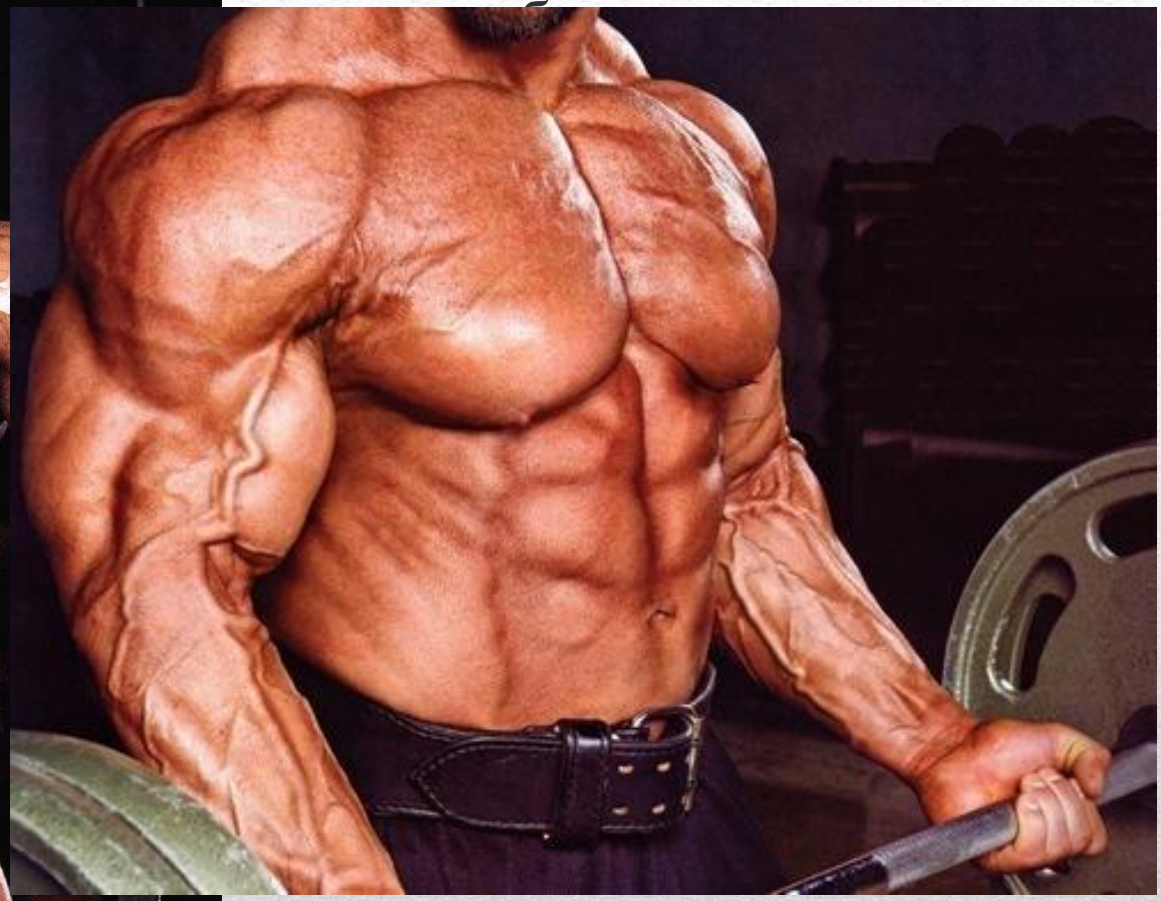
Преподаватель: Толмачёв Денис Игоревич.

Цель работы:

- Привести определение анаболиков
- Раскрыть принцип действия анаболиков
- Выявить их воздействие на организм
- Доказать вред анаболиков

План работы

Анаболики — химические соединения, действие которых направлено на образование и обновление структурных частей клеток, тканей и мышечных структур. Подразделяются на негормональные и на гормональные (другое название - **анаболические стероиды**) - более сильные по своему действию. Анаболики используются в медицинской практике - для восстановления после длительных тяжёлых заболеваний.



Фармакодинамика

- Воздействие на организм (анаболизм, есть и противоположный процесс — катаболизм) заключается в синтезе сложных молекул (чаще всего — нуклеиновых кислот) из более простых с накоплением энергии. Это выражается в повышении аппетита, ускорении регенеративных процессов, а также увеличении массы тела.

- Для разных видов живых организмов анаболиками являются совершенно различные вещества. Например, для растений и некоторых простейших анаболиком является солнечный свет, с помощью которого данные организмы способны синтезировать органические вещества (фотосинтез). Для АТФ анаболиком станет глюкоза.

- Для людей наиболее распространенными анаболиками, действие которых направлено именно на рост мышечной ткани, являются
- гормоны (андрогены, соматотропин, инсулин, гонадотропин, тестостерон)
- витамины
- коферменты
- растительные адаптогены
- ноотропы
- антигипоксанты

- **Анаболизм** есть биосинтез продуктов обмена (белков, жиров, углеводов), в противоположность **катаболизму** - другой составляющей **метаболизма**, означающей распад (деградацию) тех же продуктов.

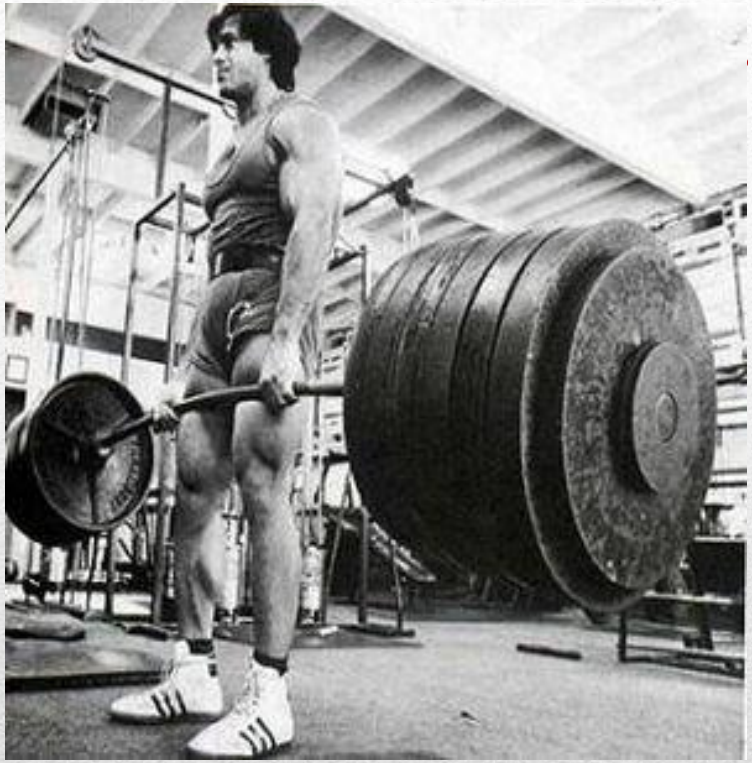
- Находясь в нормальном состоянии, организм человека постоянно регенерирует ткани. Процесс построения новых клеток для замены старых - анаболизм - проходит естественно и не увеличивает мышечную массу. Но с 1935 года научились синтезировать анаболические стероиды, так называемые анаболики, позволяющие быстро ее наращивать, за считанные недели превращая субтильного юношу в чудо-богатыря.

Анаболики:пьешь и болеешь

Изначально анаболики предназначены вовсе не для того, чтобы под их воздействием превращаться в подобие Шварценеггера. Прежде всего, это лекарство, и оно предназначено для длительно болеющих людей, которые за время болезни теряют массу тела, долго страдают и им надо как-то восстанавливаться.

- Вместе с тем очень многие мужчины, особенно те, кто занимаются бодибилдингом и посещают тренажерные залы, прибегают к помощи этих препаратов с одним намерением - увеличить свою мышечную массу. Как правило, это делается для того, чтобы без особых физических усилий достичь желаемых параметров и с их помощью успешнее продвигаться в спорте, или с банальной целью стать если уж не обладателем спортивных наград, так уж во всяком случае красивой мужественной фигуры.

- Не случайно анаболики включены в допинговый тест-контроль на крупных соревнованиях, хотя на самом деле это не допинг, так как они в долговременном плане увеличивают мышечную массу, а допинги в общем смысле этого слова - препараты, которые на достаточно короткий срок дают возможность организму отдать значительно большее количество энергии, чем в нормальной ситуации.



По сути дела, мы должны все анаболики относить к классу **гормонов**, но у одних в большей степени, у других в меньшей выражена собственно гормональная активность. Если вы тренируетесь, принимаете препарат и у вас нарастает мышечная масса, то это именно желаемый результат. Однако есть еще и тот, которого вы не желали.

- Дело в том, что **гипофиз**, расположенный в головном мозге, выделяет гормоны, от которых, в свою очередь, зависит выделение гормонов роста. Это значит, что обычно у человека в крови циркулирует достаточное количество гормонов и, как следствие, соответствующие железы сверх меры их не производят. Если начинается падение содержания гормонов, то за ним следует выброс; когда химические анализаторы опять констатируют, что гормонов мало, - вновь идет выброс. Это нормальная ситуация для организма. **Что же происходит, когда мы принимаем препараты извне?** Соответствующие железы и гипофиз получают сигнал о том, что гормона вполне достаточно. Однако его продолжают принимать, и тогда собственные железы **начинают атрофироваться.** В результате **начинает ломаться сложившаяся структура гормональных связей**, и это всегда нужно учитывать тем, кто решил употреблять анаболики

не гормональный.

Как наращивать мышцы

- Всякое введение дополнительных гормонов приводит к тому, что начинается насилие над интимными зонами организма, то есть над его **гормональной сферой**, которая напрямую связана и с **иммунной**, и с **центральной нервной системой**. То есть, как только начинают нарушаться естественные связи, возникают **дисгармоничные процессы** во всем организме. **Особую опасность** это представляет для **молодых людей**, которые еще даже не закончили цикл полового развития, но уже начинают принимать всевозможные анаболические препараты. Это чревато **импотенцией** и **бесплодием**, а впоследствии, когда перестают принимать препараты, и многими другими **различными заболеваниями**.

Перечисленного вполне достаточно, чтобы мальчики сделали для себя вывод: **этого делать нельзя**.

Нельзя потому, что будет нарушена **репродуктивная функция** и, как ее вариант, **- сексуальная активность**.

Организм стремится всегда поддерживать целостность своей внутренней среды, и если мы что-то подбрасываем ему извне, то он сразу **начинает лениться**. Не только сам человек существо достаточно ленивое, но и его физиологическая сфера ленива: зачем производить гормон, если он и так в достатке присутствует в организме? По сути это тот же путь, по которому идет и **алкоголизм**, когда постоянно потребляемая доза блокирует производство собственного **этанола**, в результате чего человек **приобретает зависимость**.

По пути запрета

Как, по каким внешним признакам можно определить, что мужчина принимает анаболики?

Его мышечная масса начинает нарастать не постепенно, а интенсивно (это вопрос нескольких месяцев) и происходит на глазах.

Бывают исключения, где человек действительно набирает вес вследствие правильно построенных тренировок, а структура мышечного волокна приспособлена именно для этого вида спорта, но часто случается иначе.

- В данном случае путь один - **это путь запрета**, потому что юноша может качаться и поддерживать свою физическую форму и так. Да, он не будет ни **Рембо**, ни мистером **Universal**, но он будет **хорошо тренированным, развитым мужчиной**, и этого вполне достаточно.

Вред от анаболиков

- Отставные спортсмены - штангисты, борцы, прекратившие свои спортивные занятия, **сильно жиреют**, их организм атрофировал некоторые функции.
- У употребляющих анаболики наблюдается **облысение**, как у мужчин, так и у женщин.
- У мужчин избыток анаболических стероидов может преобразоваться в женские половые гормоны, что приводит к **развитию тканей груди**.
- Стероиды стимулируют выработку жиров кожи и вызывают появление **угревой сыпи**.

- **Не принимайте анаболики!**