

Obsah

1.	Úvod	4
2.	Nejenom anabolické steroidy	6
3.	Hormony a endokrinní systém	8
4.	Trochu historie	12
5.	Anabolika — nejzneužívanější léky	17
5.1.	Vlastnosti anabolických steroidů	17
5.2.	Mechanismus působení anabolických steroidů	20
5.3.	Hodnocení účinků anabolických steroidů	22
5.4.	Pozitivní účinky anabolických steroidů	24
5.5.	Terapeutická aplikace anabolických steroidů	28
5.6.	Účinky anabolických steroidů na svalovou hmotu a sílu	30
5.6.1.	Výsledky výzkumných prací	31
5.6.2.	Údaje o účincích získané ze svědectví sportovců	33
5.7.	Praktický pohled na zneužívání anabolik	36
5.8.	Druhy anabolických steroidů a jejich specifické účinky	41
5.9.	Zdravotní rizika	48
5.9.1.	Změny ve funkcích jater	49
5.9.2.	Kardiovaskulární systém	50
5.9.3.	Reprodukční systém	51
5.9.4.	Virilizační účinky	52
5.9.5.	Gynekomastie u mužů	53
5.9.6.	Pojivová tkáň	54
5.9.7.	Psychické vlivy a změny chování	55
5.9.8.	Imunitní systém	56
5.9.9.	Interakce anabolických steroidů s jinými léky	56
5.10.	Dopingové testy na anabolika a testosteron	58
6.	Růstový hormon — fakta a mýty	63
6.1.	Mýty o růstovém hormonu	63
6.2.	Fakta o růstovém hormonu	64
6.3.	Účinky růstového hormonu	66
6.4.	Vedlejší účinky růstového hormonu	66
6.5.	Stimulace růstového hormonu	67
6.6.	Cvičení a růstový hormon	69
6.7.	Výroba růstového hormonu	69
7.	Závěr	71

Přílohy

1.	Anabolické, androgenické a terapeutické indexy orálních steroidů	72
2.	Anabolické, androgenické a terapeutické indexy injekčních steroidů	73
3.	Steroidový program navržený pro sportovce o hmotnosti 100 kg	74
	Použitá literatura	75