

**POLICEJNÍ AKADEMIE ČESKÉ REPUBLIKY V PRAZE**

Fakulta bezpečnostního managementu

Katedra bezpečnostních studií

**ZDRAVOTNÍ A SOCIÁLNÍ DŮSLEDKY BIGOREXIE**

Bakalářská práce

**Health and social consequences of bigorexia**

VEDOUCÍ PRÁCE

**Mgr. Josef Dubský**

AUTOR PRÁCE

**Tomáš Havlík**

PRAHA

2022

### **Čestné prohlášení.**

Prohlašuji tímto, že jsem bakalářskou práci na téma „Zdravotní a sociální důsledky bigorexie“ zpracoval samostatně, s použitím uvedené literatury a pramenů.

V Praze dne 3. 3. 2022

Tomáš Havlík

## **Poděkování.**

Mé poděkování patří především konzultantovi práce, panu Mgr. Josefu Dubskému, za odborné vedení, cenné rady a připomínky při jejím vypracování. Dále bych rád poděkoval všem ostatním, kteří spolupracovali při empirické části práce.

## **ANOTACE**

Práce se zabývá duševní poruchou jménem muskulární dysmorfie, která patří mezi netradičně specifické poruchy příjmu potravy a je provázána nelátkovou závislostí na posilování. Bigorexie je porucha, tudíž sebou přináší rizika a důsledky, které jsou nedílnou součástí práce. Bigorexie je úzce spjata s dopingem, který je velice snadno dostupný. Doping si na internetových e-shopech může pořídit i osoba nezletilá. Nelegální anabolika mohou mít fatální důsledky pro jedince, kteří nejsou fyzicky a hormonálně vyvinutí. Činnost institucí vystupujících proti nelegálním anabolikům je klíčovou v omezení šíření látkové závislosti na nelegálních anabolikách. Zvláštní zřetel je dán příslušníkům ozbrojených bezpečnostních sborů, kteří vykazují symptomy obrácené anorexie. Pro lepší pochopení této poruchy jsou přidány vypracované kazuistiky.

### **Klíčová slova**

Bigorexie, rizika, důsledky, doping, nelegální anabolika, porucha příjmu potravy, příslušníci ozbrojených bezpečnostních sborů, policie, zdravý životní styl.

## **ANNOTATION**

The work deals with a mental disorder called muscular dysmorphia, which is one of the non-traditionally specific eating disorders and is accompanied by non-substance addiction to strengthening. Bigorexia is a disorder, so it carries risks and consequences that are an integral part of the work. Bigorexia is closely linked to doping, which is very easily available. A minor can also purchase doping on online e-shops. Illegal anabolics can have fatal consequences for individuals who are not physically and hormonally developed. The work of institutions working against illegal anabolics is key in reducing the spread of substance dependence on illegal anabolics. Special attention is paid to members of the armed security forces who show symptoms of inverted anorexia. To better understand this disorder, case reports are added.

### **Keywords**

Bigorexia, risks, consequences, doping, illegal anabolics, eating disorders, members of the armed security forces, police, healthy lifestyle.

## **Obsah**

Úvod.....	7
I. Teoretická část.....	10
1. Bigorexie .....	10
1.1. Bigorexie a zdravý životní styl .....	18
2. Rizika a důsledky bigorexie.....	19
2.1. Zdravotní rizika a důsledky bigorexie .....	19
2.2. Sociální rizika a důsledky bigorexie .....	21
2.3. Ekonomická rizika a důsledky bigorexie.....	22
3. Doping a nelegální anabolika.....	23
3.1. Terminologie pojmů z oblasti nelegálních anabolik .....	23
3.2. Odlišnosti látkových závislostí na nelegálních anabolicích a omamných a psychotropních látkách .....	26
3.3. Instituce vystupující proti nelegálním anabolikům .....	27
3.3.1. Práce Policie ČR v oblasti nelegálních anabolik.....	29
3.3.2. Práce Antidopingového výboru ČR v boji proti nelegálním anabolikům	30
4. Rizika a důsledky užívání nelegálních anabolik .....	31
4.1. Zdravotní rizika a důsledky užívání nelegálních anabolik .....	31
4.2. Sociální rizika a důsledky užívání nelegálních anabolik.....	32
4.3. Ekonomické rizika a důsledky užívání nelegálních anabolik .....	33
II. Empirická část.....	35
5. Vypracované kazuistiky.....	36
5.1. Kazuistika pana X .....	36
5.2. Kazuistika pana K .....	39
5.3. Kazuistika pana P .....	41
6. Problematika bigorexie u příslušníků ozbrojených bezpečnostních sborů ..	48

7. Míra dostupnosti nelegálních anabolik a ostatních dopingových látek v ČR52	
Závěr.....	55
POUŽITÁ LITERATURA A PRAMENY .....	58
Přílohy.....	63

## Úvod

Bigorexie patří do skupiny poruch příjmu potravy stejně jako anorexie a bulimie. Můžeme ji nalézt také pod názvem svalová dysmorfická porucha, porucha body image, Adonisův komplex (nadměrné až abnormální zaujetí pro optimální tělesný vzhled, fyzickou zdatnost a výkonnost) nebo obrácená anorexie.

*Jedná se o poruchu vnímání vlastního těla, přičemž postižený často nereálně usiluje o dosažení maximálních hodnot ve směru fyzické zdatnosti, obvykle s dopingovou podporou.*<sup>1</sup> Označení bigorexie, jakožto rizika a nebezpečí je zcela opodstatnitelné. Důsledky obrácené anorexie významně zasahují nejen do oblasti zdravotní, ale i sociální a ekonomické. **Rozsah a závažnost důsledků závisí na tom, zdali dochází k užívání dopingu nebo ne.** Tyto dvě situace je nutné od sebe odlišit, jelikož užíváním dopingu vznikají další rizika.

Za bigorektiky jsou často mylně označováni všichni cvičenci s velkou svalovou hmotou. Tento problém pramení z obtížné diagnostiky bigorexie. Diagnostiku stěžuje fakt, že v desátém vydání Mezinárodní klasifikace nemocí je obrácená anorexie vymezena pouze jako netradičně specifická porucha příjmu potravy (F-50.9).<sup>2</sup> Tudiž v rámci České republiky nebyla oficiálně bigorexie diagnostikována.

**Pro účel práce je tedy bigorexie vykazování zkresleného vzhledu svého vzhledu, nelátková závislost na posilování spojená s ostatními symptomy, ačkoliv svalová dysmorfická porucha nebyla oficiálně diagnostikována.** Podpůrně je využita definice dle pátého vydání Diagnostického a statistického manuálu duševních poruch.

Existence tenkého ledu mezi bigorexií a zdravým životním stylem taktéž do značné míry stěžuje diagnostiku této poruchy. Je důležité oba tyto pojmy vymežit a provést komparaci, jenž je klíčová pro pochopení markantních odlišností mezi nimi.

---

<sup>1</sup> SZOTKOWSKA, Jana. Adonisův komplex, obrácená anorexie – příznaky, projevy, symptomy. [online]. [cit. 2.1.2022]. Dostupné z: <https://www.priznaky-projevy.cz/psychiatrie-sexuologie/1156-adonisuv-komplex-obracena-anorexie-priznaky-projevy-symptomy>

<sup>2</sup> Mezinárodní klasifikace nemocí 10. Netradičně specifické poruchy příjmu potravy. [online]. [cit. 22.11.2021]. Dostupné z: <https://mkn10.uzis.cz/prohlizec/F50.9>

Cílem empirické části práce je popsat problematiku v praxi, na konkrétních případech osob vykazujících symptomy bigorexie, neboli pro účel práce - bigorektiky.

Vytvořenými kazuistikami jsou demonstrovány negativní dopady obrácené anorexie. Z důvodu ochrany osobních dat jsou kazuistiky anonymizovány. Osoby, v nich vystupující, jsou označeny jako pan X, pan K a pan P. **Kazuistiky demonstrují, jak Adonisův komplex může vypadat a jaké může mít důsledky u daného jedince.** V rámci představení, do jakých extrémů jsou schopni zajít osoby vykazující symptomy bigorexie, je u pana P uveden jeho tréninkový a stravovací plán a příprava na kulturistickou soutěž.

Na základě informací získaných ze standardizovaných a nestandardizovaných rozhovorů s příslušníky ozbrojených bezpečnostních složek, je snahou popsat možná rizika a důsledky bigorexie pro výkon těchto povolání. Standardizované a nestandardizované rozhovory proběhly se třemi policisty, čtyřmi příslušníky vězeňské služby a dvěma příslušníky celní správy. Tito členové bezpečnostních složek vykazují mnoho symptomů obrácené anorexie a splňují kritéria dle pátého vydání Diagnostického a statistického manuálu duševních poruch, ačkoliv u nich nedošlo k oficiální diagnóze svalové dysmorfické poruchy.

Svalová dysmorfická porucha je nelátkovou závislostí na posilování, která může vyústit v látkovou závislost na nelegálních anabolikách a ostatních dopingových látkách. Porovnáním závislosti na nelegálních anabolikách a omamných a psychotropních látkách, jsou zdůrazněny odlišnosti, ale zároveň podobnosti těchto látkových závislostí a rizik z nich plynoucích. Na základě těchto informací volí policie strategie v oblasti nelegálních látek.

Experimentem byla zjišťována míra dostupnosti a možnost pořízení nelegálních anabolik na internetu. Látky jsem obstarával já, jakožto fiktivní nezletilý chlapec, který chce užívat nelegální anabolika. Výsledky mají poukázat na nebezpečí možnosti pořízení těchto látek nezletilými.

Práce je obsahově zaměřena na deskripci a analýzu problematiky bigorexie a jejích důsledků. **Cílem práce je deskripce a analýza souboru relevantních poznatků o fenoménu Adonisova komplexu se zaměřením na vybrané sociální skupiny osob s příznaky této poruchy.**



### **Při vypracování práce byly užity následující metody:**

- **Deskriptivní**, kterou byly popsány jednotlivé jevy na základě studia příslušné odborné literatury,
- **Analyticko-syntetické**, zkoumající jednotlivé jevy a jejich relevantní aspekty z pohledu zadání práce,
- **Komparace**, dílčí postup postavený na principu srovnání dvou či více jevů,
- **Experiment**, soubor pozorování a jednání, jehož cílem je verifikovat či falzifikovat hypotézu,
- **Standardizované rozhovory**, postupuje podle předem připravených a přesně v určitém pořadí formulovaných otázek,<sup>1</sup>
- **Zúčastněné pozorování**, spočívá v sledování daného jevu v rámci sociální skupiny, jejíž je pozorovatel součástí,
- **Šest otázek**, je jednou z nejvíce obecných, a přitom neúčinnějších analytických technik. Pomocí otázek kdo, co, kde, kdy, proč a jak, popisuje dané jevy.<sup>3</sup>

Citace byly zkontrolovány na internetovém portálu.<sup>4</sup>

### **Seznam zkratk**

- **DSM** – Diagnostický a statistický manuál duševních poruch,
- **HPTA** - hypotalamo-hypofýza-testikulární osa, je komplexní endokrinní systém v těle,
- **MKN-** – Mezinárodní klasifikace nemocí,
- **PCT** – post cycle therapy, látky urychlující návrat hormonů do původního stavu.

---

<sup>3</sup> Šest otázek. [online]. [cit. 17.11.2021]. Dostupné z: <https://managementmania.com/cs/sest-otazek>

<sup>4</sup> Citační manažer pro vytváření, správu, export a sdílení citací, Citace.cz: *Citace* [online]. [cit. 4.3.2022]. Dostupné z: <https://www.citace.com/>

# I. Teoretická část

Cílem teoretické části práce je deskripce a analýza souboru relevantních poznatků o fenoménu bigorexie se zaměřením na možná rizika a důsledky, které se u svalové dysmorfické poruchy vyskytují. Míra a rozsah rizik úzce souvisí s problematikou zneužívání nelegálních anabolik. V této souvislosti je však třeba rozlišit u bigorexie, kdy dochází ke zneužívání těchto anabolik, a kdy k takovému zneužití nedochází.

Obrácená anorexie je často spjata s látkovou závislostí na nelegálních anabolikách, tudíž je nutné vymezit pojmy z této oblasti. Následným porovnáním mezi látkovými závislostmi na nelegálních anabolikách a omamných a psychotropních látkách, jsou uvedeny odlišnosti, na základě, nichž jsou policií ČR a ostatními orgány voleny strategie v oblasti nelegálních látek.

## 1. Bigorexie

Popis fenoménu bigorexie vychází z výsledků jedné z neobecnějších, a přitom nejúčinnějších analytických technik „Šesti otázek (Six Questions)“

- I. Co je a co není bigorexie?
- II. Kdo je a kdo není bigorektik?
- III. Kdy se nejčastěji bigorexie objevuje?
- IV. Kde se bigorexie objevuje?
- V. Proč se bigorexie objevuje?
- VI. Jak proti bigorexii bojovat?

Deskripce realizovaná pomocí výše uvedených šesti otázek umožňuje obecně hlubší pohled do problematika této sociální deviace.

### I. Co je a co není bigorexie?

Psychickou poruchou byla obrácená anorexie uznána americkou psychiatrickou asociací v roce 2013. Byla tak zařazena do nejnovějšího vydání Diagnostického a statistického manuálu duševních poruch. Zde ji nalezneme pod názvem muskulární dysmorfie, stejně jako v Mezinárodní klasifikaci nemocí.

V desátém vydání Mezinárodní klasifikace nemocí nalezneme bigorexii pouze pod označením netradičně specifická porucha příjmu potravy (F-50.9)<sup>5</sup>. V rámci pětiletého přechodného období mezi desátým a jedenáctým vydáním Mezinárodní klasifikace nemocí, je aktuálně využíváno desáté vydání.<sup>6</sup> V jedenáctém vydání je prozatím bigorexie označena jako blíže neurčená tělesná dysmorfická porucha (6B21.Z).<sup>7</sup> Z tohoto důvodu je podpůrně využita definice dle pátého vydání Diagnostického a statistického manuálu duševních poruch.

Podle pátého vydání je bigorexie tělesná dysmorfická porucha (F45.22) patřící pod obsedantně-kompulzivní poruchy.

*Obsedantně-kompulzivní porucha je spojena s vtíravými představami nebo nutkavým jednáním, jemuž se postižený touto poruchou pouze těžce brání. Nemocní mívají nutkání k opakovanému stereotypnímu jednání.*<sup>8</sup>

Obsedantní jednání bigorektiků spočívá v neustálém prohlížení své postavy a zakrýváním údajných nedostatků.<sup>9</sup> Adonisův komplex je forma tělesné dysmorfické poruchy, vyskytující se téměř výhradně u mužů. Spočívá v zaujetí myšlenkou, že tělo jedince je příliš malé nebo nedostatečně svalnaté (syndrom malosti). Jedinci s touto formou poruchy mají ve skutečnosti normálně vypadající tělo nebo jsou dokonce velmi svalnatí. Mohou být také zaneprázdnění jinými částmi těla, jako je kůže nebo vlasy. Doprovázejícími jevy je držení razantních diet, cvičení a posilování s těžkou vahou, jenž dokáže způsobit poškození těla. Někteří užívají potenciálně nebezpečné anabolické androgenní steroidy a další látky, aby udělali svá těla větší a svalnatější.<sup>10</sup>

---

5 Mezinárodní klasifikace nemocí 10. Netradičně specifické poruchy příjmu potravy. [online]. [cit. 22.11.2021]. Dostupné z: <https://mkn10.uzis.cz/prohlizec/F50.9>

6 Příprava MKN-11. [online]. [cit. 22.11.2021]. Dostupné z: <https://www.uzis.cz/index.php?pg=registry-sber-dat--klasifikace--mezinarodni-klasifikace-nemoci#mkn11>

7 Mezinárodní klasifikace nemocí 11. Tělesné dysmorfické poruchy. [online]. [cit. 3.2.2022]. Dostupné z: <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http%3a%2f%2fid.who.int%2f%2fentity%2f731724655%2fmms%2funspecifiedm/en#/http%3a%2f%2fid.who.int%2f%2fentity%2f731724655%2fmms%2funspecified>

8 ČÍRTKOVÁ, Ludmila. Policejní psychologie. 2. vydání Plzeň: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk, s.r.o. 2015. S. 73. ISBN 978-80-7380-581-4.

<sup>9</sup> WHOFIC foundation – Body dysmorphic disorder. [online]. [cit. 21.1.2022]. Dostupné z: <https://icd.who.int/dev11/f/en#/http%3a%2f%2fid.who.int%2f%2fentity%2f731724655>

<sup>10</sup> American Psychiatric Association. DMS-V. Washington, DC, London, England: American psychiatric publishing. 2013. S. 243-247. ISBN 978-0-89042-554-1.

Označení obrácené anorexie poruchou příjmu potravy, má své opodstatnění. V rámci specifických stravovacích návyků se snaží bigorektik změnit vzhled své postavy. V oblasti stravování hovoříme o dvou radikálních dietách. První je extrémní kalorický deficit. Druhý je extrémní kalorický příjem, který by se dal označit jako přejídání. Radikály jsou často střídány. Adonisův komplex vykazuje oproti ostatním poruchám příjmu potravy mnohá specifika, kterými jsou:

#### **Specifika bigorexie:**

- Porucha 21. století (již v antickém Řecku existoval ideál vypracovaného atleta),
- Nelátková závislost na posilování, která může vyvolat látkovou závislost na nelegálních anabolikách,
- Tenký led mezi bigorexií a zdravým životním stylem,
- Bigorexie se schovává za zdravý životní styl,
- Nemocní jsou ve své činnosti podporováni,
- Zásah do všech sfér života (anorexie a bulimie nezasahují stránku finanční),
- Neexistence oficiální diagnózy v rámci ČR,
- Hra s hormony.

#### **Bigorexie má různé stupně projevů:**

- **S dobrým nebo spravedlivým vhledem:** Jedinec uznává, že přesvědčení o tělesné dysmorfické poruše jsou pravděpodobně nepravdivé nebo že mohou, ale nemusí být pravdivé.
- **Se špatným vhledem:** Jedinec si myslí, že přesvědčení o tělesné dysmorfické poruše jsou asi pravda.
- **S chybějícím vhledem/klamem:** Jedinec je o tom zcela přesvědčen. Přesvědčení o tělesné dysmorfické poruše jsou pro něj pravdivé. Dochází k úplnému zkreslení vhledu svého vzhledu. <sup>11</sup>

---

<sup>11</sup> American Psychiatric Association. DMS-V. Washington, DC, London, England: American psychiatric publishing. 2013. S. 243-247. ISBN 978-0-89042-554-1.

Často jsou označovány za osoby trpící bigorexií, všichni pravidelní návštěvníci fitness centra nebo více vypracované osob. Pro určení toho, co je svalová dysmorfická porucha, je klíčová definice uvedena v pátém vydání Diagnostického a statistického manuálu duševních poruch.

Dle této definice musí mít jednotlivec do určité míry zkreslený vzhled svého vzhledu spojený s ostatními symptomy bigorexie. Diagnostiku stěžuje fakt, že v desátém vydání Mezinárodní klasifikace nemocí, je obrácená anorexie pouze netradičně specifickou poruchou příjmu potravy. Tudíž dle získaných dat nebyla oficiálně v České republice diagnostikována.

## II. Kdo je a kdo není bigorektik?

Osoby vykazující symptomy muskulární dysmorfie trpí pocitem, že jejich muskulatura není dostatečně velká. Přetěžují tak svá těla hodinami v posilovně, aby dosáhli vysněné postavy. K dosažení ideálního vzhledu zachází do extrémů, které často ohrožují jejich zdraví. Častým jevem doprovázejícím obrácenou anorexií, je užívání nelegálních podpůrných prostředků neboli dopingu.

Je podstatné zmínit, že Adonisovým komplexem trpí převážně muži, ženy ojediněle. Z povahy důsledků bigorexie plyne, že na ženské pohlaví má fatální důsledky, a to v některých případech až praktickou transformací pohlaví. Téměř veškeré výzkumy se věnují bigorexii u mužů, tudíž o bigorexii u žen neexistují relevantní informace a výzkumy.

### **Symptomy bigorexie:**

- Zkreslené vnímání vzhledu vlastního vzhledu. Chorobná nespokojenost se svou postavou (**syndrom malosti**). V některých případech může docházet k zaujetí více partiiemi, např. vlasy, kůže atd,
- Nutkání k prohlížení své postavy,
- Nelátková závislost na posilování spojená s častým přetrénováním,
- Obrovský kcal příjem bohatý na bílkoviny (**přejídání**), nebo naopak nízký kalorický příjem (**hladovění**),
- Snaha zakrývat své domnělé nedostatky,
- Omezování všeho na úkor posilování,

- Užívání nelegálních anabolik – látková závislost,
- Sdílení progresu na sociálních sítích. Příspěvky často obsahují sebekritiku,
- Sebenávist a pocit nespravedlnosti. Může vést k depresi a úzkostem,
- Časté srovnávání, ze kterého vždy vyjde jako poražený,
- Jednosměrný styl života,
- Cvičení i v nemoci. <sup>12</sup>

Při určování obrácené anorexie je důležité držet se definice dle pátého vydání Diagnostického a statistického manuálu duševních poruch.

. Bigorektik není osoba, která má velké množství svalové hmoty, nebo užívá anabolika. Tyto kritéria jsou symptomy bigorexie, ale nutně nemusí znamenat její přítomnost u jedince. Při diagnóze tohoto komplexu hovoříme o přítomnosti zkresleného vhledu vlastního vzhledu a nelátkové závislosti na posilování. Ostatní symptomy pouze provázejí tuto poruchu. <sup>13</sup>

### **III. Kdy se nejčastěji bigorexie objevuje?**

Nejčastěji se svalová dysmorfická porucha projevuje u skupiny mladých chlapců ve věku osmnáct až dvacet let. V tomto věku mění člověk své cíle a životní představy. Snaží se získat co největší atraktivitu a společenské postavení. Někteří chlapci začnou navštěvovat posilovny, aby se tak stali atraktivnějšími, někteří však překročí hranice a může se u nich projevit bigorexie.

Je nutné podotknout, že Adonisův komplex může postihnout jedince jakékoliv věkové skupiny. Tudíž není vázána pouze na rozmezí osmnácti až dvaceti let, sic se tam vyskytuje nejvíce. Prakticky se tak bigorektikem může stát každý, kdo navštěvuje pravidelně posilovnu. Propadne touze po co nejlépe vypadající postavě a vybuduje si zkreslený vhlad svého vzhledu.

---

<sup>12</sup> SMOLÍK, Petr. Duševní a behaviorální poruchy: průvodce klasifikací: nástin nozologie: diagnostika. 2. rev. vyd. Praha: Maxdorf, 1997. ISBN 80-859-1218- X.

<sup>13</sup> BACHNOVÁ, Veronika. Explorácia rizikových faktorov vedúcich k excesívnemu cvičeniu u mužov vo fitness centrách. Brno, 2012. Bakalářská práce. Masarykova univerzita. Vedoucí práce Mgr. Stanislav Ježek, Ph.D.

#### IV. Kde se bigorexie objevuje?

Jen ve Velké Británii odborníci odhadují, že více než deset procent pravidelných návštěvníků posiloven může trpět bigorexií.

*„Existují tisíce mladých chlapců, kteří chorobně řeší svoji postavu a vzhled,“* říká doktor Wilson v rozhovoru pro britský Independent. *„To často pramení z jejich nízkého sebevědomí či vnitřních úzkostí. Mnoho z nich až přehnaně řeší to, jak je vnímá jejich okolí. Mohou tak propadat do depresí a zažívat pocity beznaděje, které někdy vedou až k sebevraždě,“* uzavírá odborník.<sup>14</sup>

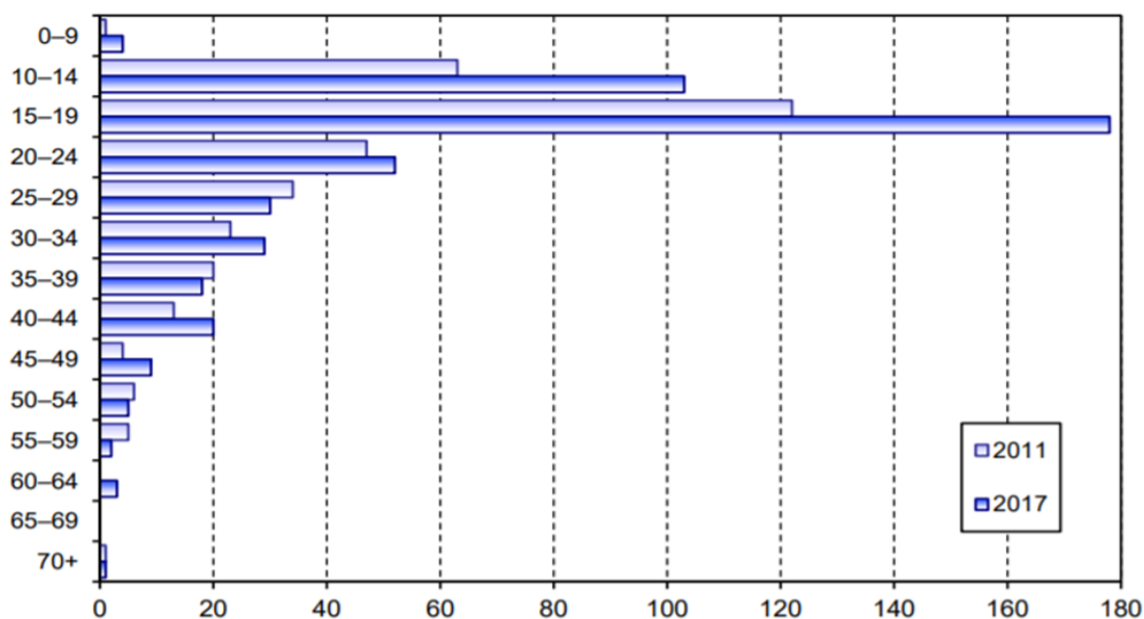
#### V. Proč se bigorexie objevuje?

Určitou roli u dysmorfických poruch hraje i genetika, a to zejména v ohledech na fyziologickou stránku. Jedinci, kteří mají predispozice pro velké svaly, budou více náchylní, jelikož návštěva posilovny se u těchto jedinců předpokládá více. Druhou náchylnou skupinou, budou osoby s nízkou svalovou predispozicí, kteří se tak budou snažit vyrovnat normalitě společnosti.

Důležitým faktorem je kultura dané společnosti a aktuální trendy. V případě, že jsou aktuálně svaly v „módě“, dá se očekávat větší počet osob vykazujících symptomy bigorexie. Obzvláště v dnešní době fixované na sociálních sítích, nabývá tento faktor důležitosti. Spousta, zejména dospívajících, se žene za nedosažitelným ideálem krásy. Tento ideál je na sociálních sítích prezentován a ve většině případů může vést ke vzniku poruchy příjmu potravy. Tato konstatování jsou podložena následujícím grafem:

---

<sup>14</sup> OSBORNE, Samuel. What causes disorder? [online]. [cit. 18.11.2021]. Dostupné z: <https://www.independent.co.uk/voices/i-had-bigorexia-and-it-s-much-more-damaging-you-could-ever-imagine-10512633.html>



Péče o pacienty s poruchami příjmu potravy v ČR v letech 2011–2017. <sup>15</sup>

### Rizikové skupiny:

V rámci analytické otázky, proč se bigorexie objevuje, je na místě charakterizovat skupiny osob, které vykazují vyšší míru rizik k bigorexii

- Osoby procházející si šikanou,
- Osoby, kterým postava vybudovala sebevědomí,
- Chlapci ve věku od osmnácti do dvaceti let – snaha získat větší atraktivitu,
- Osoby podléhající trendům a mediálnímu tlaku,
- Gay subkultura,
- Sporty, které vyžadují perfektní fyzickou kondici (kulturistika, vzpěračství, hokej...),
- Členové ozbrojených sil a ozbrojených bezpečnostních sborů
- Ostatní zaměstnání, kde je nutná větší svalová hmota (vyhazovač, ochranka, bodyguard...),
- Muži, kteří se narodili v ženském těle,

<sup>15</sup> NECHANSKÁ, Blanka. Péče o pacienty s poruchami příjmu potravy v ČR v letech 2011–2017. [online]. [cit. 23.1.2022]. Dostupné z. [https://www.uzis.cz/sites/default/files/knihovna/ai\\_2018\\_08\\_poruchy\\_prijmu\\_potravy\\_2011az2017.pdf](https://www.uzis.cz/sites/default/files/knihovna/ai_2018_08_poruchy_prijmu_potravy_2011az2017.pdf)



- Osoby se špatným svalovým základem nebo naopak.

## **VI. Jak proti bigorexii bojovat?**

Účinná se jeví být kognitivně-behaviorální terapie, díky které lze s pomocí psychologů odbourat nadměrné posilování poškozující zdraví. Základem behaviorální terapie je domněnka, že poruchy chování jsou naučené reakce a lze je tedy přeučit. Kognitivní terapie buduje teorii, že emoční poruchy jsou výsledkem poruchy myšlení. Sjednocením obou terapií vzniká kognitivně-behaviorální terapie. V ní se pracuje s konkrétně určenými potížemi pacienta.<sup>16</sup>

Bigorektikům bývají často předepisována i antidepresiva či další léky, které upravují hladinu serotoninu v mozku. Nejlepší prevencí je boj s nerealistickým zobrazováním lidského těla v médiích. To je prakticky nemožné. Jestliže budeme stále oslavovat svalnaté akční hrdiny nebo počítačově upravovaná těla modelů, bude lidí s poruchami příjmu potravy a negativním vztahem k vlastnímu tělu stále přibývat.<sup>17</sup>

Osoba vykazující symptomy muskulární dysmorfie si často neuvědomuje své nesprávné jednání a má za to, že dělá správnou věc. Stejně tak jeho chování vnímá okolí. Z tohoto důvodu často nedochází k vyléčení psychologem, ale až určitou životní událostí, která „otevře“ bigorektikovi oči. Bavíme se zde o závažném zranění, přítelkyni a dalších. Tento problém pramení zejména z velmi tenkého ledu mezi svalovou dysmorfickou poruchou a zdravým životním stylem.

18

---

<sup>16</sup> HOSÁK, Ladislav, HRDLIČKA, Michal. Psychiatrie a pedopsychiatrie. 1. vydání. Praha: Karolinum. 2015.S. 487-493. ISBN 9788024629988.

<sup>17</sup> BOROVNÍKOVÁ, Marie. Boj s nedosažitelným ideálm. [online]. [cit. 18.11.2021]. Dostupné z: <https://patalie.cz/milenialum-se-libi-vypadaji-kosmeticke-znacky/>

<sup>18</sup> LEONE, J.E., Sedory, E.J., and Kimberly, A.G. (2005). Recognition and treatment of muscle dysmorphia and related body image disorders. Journal of Athletic Trainer 40(4), 353-359.

## 1.1. Bigorexie a zdravý životní styl

Je obecně obtížné definovat, co zdravý životní styl je. Zdravý životní styl by se dal označit jako soubor vzorců chování a návyků, které člověk vědomě činí pro své zdraví. Odborníci se shodují na pěti základních oblastech, které mají na naše zdraví zásadní vliv:

- Spánek,
- Strava,
- Pohyb,
- Nekouřit,
- Alkohol pouze omezeně.<sup>19</sup>

Život bigorektika často připomíná zdravý životní styl, jelikož veškeré výše zmíněné body osoby vykazující symptomy muskulární dysmorfie striktně dodržují. Velký rozdíl najdeme v důvodech takového konání. Bigorektikovi jde o velké a vypracované tělo, a ne o zdraví. Z jeho jednání se zdá, že žije zdravým životním stylem. Stejně tak to vnímá okolí, které ho v činnosti podporuje. Nic nenasvědčuje rizikovému chování, ba naopak. Ve skutečnosti existuje pouze tenký led mezi zdravým životním stylem a obrácenou anorexií, který je někdy tak tenký, že opravdu nelze určit hranice.<sup>20</sup>

Adonisův komplex je tímto faktem specifický mezi poruchami příjmu potravy, jelikož u ostatních poruch jsme většinou schopni detekovat a označit jednání jednotlivce jako nežádoucí. U něhož se jednoznačně nejedná o zdravý životní styl.

---

<sup>19</sup> Zdravý životní styl. [online]. [cit. 19.1.2022]. Dostupné z: <https://www.ikem.cz/cs/zdravy-zivotni-styl/a-3367/>

<sup>20</sup> World Health Organization. Health topics. [online]. [cit. 19.1.2022]. Dostupné z: <https://www.euro.who.int/en/health-topics>

## 2. Rizika a důsledky bigorexie

V této kapitole jsou vymezeny rizika a důsledky bigorexie. Rizika a důsledky této poruchy zasahují do všech sfér života. Pro účely práce jsou rizika a důsledky rozděleny do třech základních skupin - zdravotní, sociální a ekonomická.

Osoba vykazující symptomy svalové dysmorfické poruchy může, ale nemusí, užívat nelegální anabolika. Rizika a důsledky se v obou případech razantně liší.

### 2.1. Zdravotní rizika a důsledky bigorexie

Většina zdravotních rizik plyne z přetrénování, které je pro osoby vykazující symptomy bigorexie naprostou rutinou. Pokud se mezi činností a odpočinkem neobjevuje správný poměr, tělo začne stagnovat. Vzniká neustálá únava, která negativně působí jak na fyzickou, tak psychickou stranu života.

Většinou se přecvičování týká lidí, kteří chtějí rychle zhubnout nebo nabrat výraznou svalovou hmotu. Nedávají tělu dostatek času na regeneraci a určují si nereálné cíle. Posilují pravidelně, tréninkové jednotky často zvyšují a nevynechávají je ani, když už jsou očividně vyčerpáni. Chtějí mít čisté svědomí, mají strach, že vynecháním jednoho tréninku nedosáhnou své vysněné postavy.<sup>21</sup>

I když se jim posilování nehodí, není osoba se syndromem přecvičování schopná mít den volna. Časem už posilování není potěšující aktivitou, ale závislostí. *Lidé se stávají závislí na pohybu, stejně jako jsou workoholici závislí na práci.* Pro většinu se najednou stane posilování jedinou životní náplní. *Chtějí být ze všech nejlepší, překonat všechny, které v posilovně potkávají.* Tento typ osob má k přetrénování ze všech nejblíže. Není však jediným osobnostním typem, který nemá daleko k přecvičování. Může se to také stát lidem, kteří utrpěli vážnou změnu v životě (např. smrt příbuzného) a hledají nový smysl života. Posilování se stane tímto smyslem, ale v blízké době také rizikem.<sup>22</sup>

---

<sup>21</sup> VAŠÁKOVÁ, Martina, Pozor na přetrénování! [online]. [cit. 9.12.2021]. Dostupné z <https://aktin.cz/pozor-na-pretrenovan>

<sup>22</sup> Tamtéž.

To je zejména případ osob vykazujících symptomy bigorexie, kteří nevidí žádný, nebo v jejich očích pomalý nárůst svalové hmoty, a tak neustále zvyšují počet tréninkových jednotek a jejich intenzitu.

Symptomy a průběh přecvičování jsou individuální, u někoho trvá proces celé roky, u jiného dojde k okamžitému zlomu po pár měsících posilování. Přecvičování může vést až k **selhání imunity, psychickému kolapsu a celkovému zhroucení organismu**. Při přetrénování hraje roli také genetika, psychický stav, zaměstnání, hmotnost, věk, pohlaví. Nelze užívat jednotný metr pro všechny.<sup>23</sup>

Dalším zdravotním rizikem je střídání razantních diet, které jsou postavené na bázi velkého kalorického deficitu či příjmu. Tyto extrémní kalorické změny nejsou pro lidské tělo přirozené.

#### **Rizika velkého kalorického deficitu:**

- Nemusí být udržitelné dlouhodobě,
- Špatná tolerance,
- Nižší, respektive kratší stimulace proteosyntézy,
- Nedostatečné doplnění energetických substrátů a živin u sportovců,<sup>24</sup>
- Permanentní hlad nebo časté chutě,
- Nadměrná únava,
- Potíže s koncentrací, učením a mozková mlha,
- Špatná kvalita spánku a horší regenerace,
- Hrozba „jojo“ efektu,
- Ztráta menstruace – amenorea,
- Špatná kvalita vlasů, nehtů a suchá kůže,
- Permanentní pocit chladu,
- Může vést k anorexii,

---

<sup>23</sup> Tamtéž.

<sup>24</sup> ROUBÍK, Lukáš. Jsou benefity půstu a hladovění přeceňované? [online]. [cit. 30.1.2022]. Dostupné z: <https://www.institutmodernivyzyvy.cz/hladoveni-a-pusty/>

- Kolísání nálad.<sup>25</sup>

#### **Rizika velkého kalorického příjmu:**

- Ztráta chuti k jídlu, jídlo jako povinnost,
- Poškození trávicího ústrojí,
- Finanční náročnost,
- BMI vykazující obezitu – potíže s nosným aparátem,
- Častý pocit únavy po jídle,
- Časová náročnost,
- Psychické potíže spojeny s neplněním kalorického plánu,
- Zvýšení špatného cholesterolu.

## **2.2. Sociální rizika a důsledky bigorexie**

Bigorektici trpí nelátkovou závislostí na posilování, tím pádem dochází k omezování veškerých ostatních aktivit a potěšení. Též mají sníženou sebekontrolu k předmětu závislosti, tudíž k posilování. Pokračují v posilování i přes negativní důsledky na jejich zdravotní a sociální život.

Přátele mají převážně jen z posiloven a na přítelkyni nenajdou čas. Jednoduše řečeno, vše jde stranou. Primární je vybudovat vysněnou postavu. Tento problém se nezdá být závažným, ovšem opak je pravdou. Osoba se velice rychle odpoutá od společnosti a ztrácí tak sociální kontakt s ostatními. Nechodí na žádné akce, protože by to narušilo stravovací, spánkový a tréninkový režim. Osoba vykazující symptomy muskulární dysmorfie je vlastně v pomyslném stereotypním trojúhelníku stravy, spánku a tréninku, ze kterého je každé vystoupení opravdu nepříjemnou záležitostí. Žije jednostranným způsobem života.

Výše zmíněná tvrzení komplikují případně vyléčení. Přátelé a okruh lidí z posiloven pouze podporuje bigorektikovu snahu o velké svalové přírůstky. Neexistuje nikdo, kdo by rizikové chování jedince detekoval a snažil se pomoci. Rodina má v této situaci pouze omezený vliv a často také bigorektika v jeho činnosti podporuje, jelikož má za to, že žije „zdravým životním stylem“.

---

<sup>25</sup> Soare, A., Cangemi, R., Omodei, D., Holloszy, J. O., & Fontana, L. (2011). Long-term calorie restriction, but not endurance exercise, lowers core body temperature in humans. *Aging*, 3(4). [online]. [cit. 31.1.2022]. Dostupné z: <https://doi.org/10.18632/aging.100280>

Sociální rizika a důsledky zvládá každý jedinec individuálně, oproti zdravotním. U zdravotních rizik a důsledků hrozí každé osobě vykazující symptomy bigorexie to stejné, ovšem v různém časovém rozmezí.

Z důvodů tlumení svých úzkostí a depresivních stavů může užívat léky, které je částečně eliminují. Na těchto lécích si může taktéž vytvořit závislost. Nemusí jít nutně o léky, ale všeobecně jakékoliv látky zamezující negativním pocitům, jež obrácená anorexie v jedinci vyvolává.

### **2.3. Ekonomická rizika a důsledky bigorexie**

Bigorektik je člověk, který vše dává do svého těla, a tak nejsou výjimkou ani finance. Ekonomická rizika a důsledky jsou nejvíc individuální, jelikož každý má jiné finanční zázemí. V každém případě platí, že dochází k omezování finančních prostředků na úkor snah o lepší vzhled postavy. Převážně z důvodu držení náročných diet, které jsou hlavně bohaté na bílkoviny.

Bílkoviny získávají převážně z masa, vajec, mléčných výrobků a doplňků stravy. Všechny zmíněné potraviny jsou finančně nákladné. V případě snahy o nabrání kvalitní svalové hmoty jsou potraviny konzumovány ve velkém množství. Což znamená nemalé výdaje pouze za jídlo, které mohou přesahovat až dvanáct tisíc korun za měsíc. Za doplňky stravy jsou schopni utrácet další tisíce korun. Když k tomu všemu připočítáme měsíční vstup do posilovny jsme na částce přes dvacet tisíc korun za měsíc.

### 3. Doping a nelegální anabolika

Cílem této kapitoly je popsat oblast nelegálních anabolik. Nelegální anabolika se zdají být jedním z největších rizik obrácené anorexie, což vyplývá ze studia odborné literatury a relevantních poznatků.

Existuje riziko vzniku látkové závislosti na těchto anabolikách. Komparací látkových závislostí na nelegálních anaboliích též jako na omamných a psychotropních látkách, jsou vymezeny odlišnosti, ale zároveň i podobnosti těchto závislostí. Na základě odlišností, jsou policií ČR voleny priority v oblasti nelegálních látek.

#### 3.1. Terminologie pojmů z oblasti nelegálních anabolik

*Doping je definován jako porušení jednoho nebo více antidopingových pravidel, uvedených v článcích 2.1 až 2.11 Kodexu.* <sup>26</sup>

- Přítomnost zakázané látky nebo jejích metabolitů nebo markerů ve vzorku sportovce,
- Použití nebo pokus o použití zakázané látky nebo zakázané metody sportovcem,
- Vyhýbání se, odmítnutí nebo nedostavení se k odběru vzorku ze strany sportovce,
- Porušení povinnosti informovat o místě pobytu,
- Podvádění nebo pokus o podvádění v průběhu kterékoli části dopingové kontroly ze strany sportovce či jiné osoby,
- Držení zakázané látky nebo zakázané metody sportovcem či doprovodným personálem sportovce. <sup>27</sup>

**Nelegální anabolika** jsou látky vyvolávající v těle anabolismus, jejichž držení a přechovávání v určitém množství, je dle platných právních norem trestné. Jedná se o konkrétní formu dopingu, která je nejvíce zneužívána.

---

<sup>26</sup> Světová antidopingová agentura (WADA). Světový antidopingový kodex 2021. [online]. [cit. 3.1.2022]. Dostupné z: <https://www.antidoping.cz/cs/ Svetovy-antidopingovy-kodex>

<sup>27</sup> Světový antidopingový kodex. 1. vydání. Praha: Český olympijský výbor, 2003. S. 12-15. ISBN 80-239-5988-3.

Nelegální anabolika nemají pouze negativní účinky. Mezi pozitiva můžeme počítat:

### **Nárůst svalové hmoty a síly**

Nárůst souvisí s anabolickým působením těchto látek. Díky lepší syntéze bílkovin je tělo sportovce schopno pojmout více proteinů ze stravy či doplňků stravy. Pracující svaly jsou schopny jako zdroj energie lépe využívat i tuk. Regenerace je také podstatně lepší.

### **Zvýšení sebevědomí**

K těmto účinkům dochází díky fyziologickému účinku testosteronu a dalších anabolik. Také přichází ke zlepšení tréninkových výkonů – ať už jde o nárůst svalové hmoty, větší sílu nebo jen lepší prokrvení a žilnatost.

### **Zpevnění kloubů**

Některé látky (jako je např. nandrolone), jsou často využívány pro dobrý vliv na klouby.

### **Léčiva**

Androgenní anabolické steroidy nebyly vytvářeny jako doping, ale pro farmaceutické účely. Lékaři je podávají po úrazech, aby zlepšili hojení svalů. U některých mužských pacientů se podávají jako náhrada přirozeného testosteronu (*při diagnostikované hormonální dysfunkci*), pokud je hladina přirozeného testosteronu v těle nízká nebo nedostatečná. Stejně tak při léčbě HIV pozitivních pacientů, dále při léčbě řídnutí kostí (*osteoporózy*) nebo u příznaků mužského přechodu (*klimakteria*) - snížený sexuální apetit a poruchy potence.

Náhrady testosteronu se v medicíně mohou používat jako doplňková medikace v případě změny pohlaví u transsexuálů.<sup>28</sup>

**Hypotalamo-hypofýza-testikulární osa** (dále jen „HPTA“) je komplexní endokrinní systém v těle. Skládá se pouze ze tří orgánů, které společně neváží více než kilo. HPTA uvolňuje hormony třemi žlázami. Tyto tři žlázy uvolňují mnoho hormonů a mají vliv na více rozšířených a lokalizovaných účinků na organismus.<sup>29</sup>

---

<sup>28</sup> DVOŘÁK, Mirek, Fitness seriál o neřestech: Jaká jsou pozitiva a negativa anabolických steroidů? [online] [cit.10.2.2022]. Dostupné z <https://www.svetfitness.cz/clanek/anabolicke-steroidy/>.

<sup>29</sup> KITTNAR, Otomar, et al. *Lékařská fyziologie*. 1. vydání. Praha: Grada, 2011. S.506-507. ISBN 978-80-247-3068-4.



*Hypothalamus produkuje hormon uvolňující gonadotropin (GnRH). GnRH je peptidový hormon, který je syntetizován a uvolňován neurony v Hypothalamu. Hypofýza produkuje luteinizační hormon (LH) a folikuly stimulující hormon (FSH). Gonády produkují estrogen (ženy) a testosteron (muži). Tato osa je funkční u všech zvířat a řídí vývoj, reprodukci a stárnutí.<sup>30</sup>*

### **Účinky dopingu a nelegálních anabolik na HPTA**

Endokrinologové všeobecně označují HPTA jako křehký funkční celek, který složitě řídí lidský organismus. *Nelegální anabolika narušují HPTA a tím spojenou přirozenou rovnováhu hormonů v těle. To může způsobit vratné i nevratné změny v každém věku. Rizika jsou mnohem vyšší, pokud podáváte exogenní androgeny během vývoje. Tím se dostanete do nepřirozeného prostředí v kritickém období vývoje, kde by vaše hormony měly být léčeny s péčí, zejména v časných stádiích zralosti.* Negativními následky může být nepravidelné chování HPTA a potenciálně riziko terapie ve vyšším věku. Nelegální anabolika potlačují přirozenou produkci testosteronu a mohou ji i zcela zastavit. To znamená, že dojde ke snížení kvality celého života. Svaly i síla opadnou a libido je na velice nízké úrovni. Což značí problémy v sexuálním životě. Ve výsledku dochází k ohrožení zdraví, protože radikálně nízká hladina testosteronu sebou přináší řadu zdravotních potíží. Testosteron je nutné dodávat organismu po zbytek života, ale teď formou léčby.<sup>31</sup>

### **Od jakého věku je "nejbezpečnější" cesta, pokud jde o riziko poškození HPTA?**

*Pravděpodobně od věku dvaceti pěti let, což by dalo čas HPTA na stanovení vaší přirozené hormonální rovnováhy. V tomto věku dosahuje testosteron maximálních hodnot.<sup>32</sup>*

---

<sup>30</sup> Tamtéž.

<sup>31</sup> HAMPÁL, Robert. Nácíletí a steroidy. [online]. [cit. 21.11.2021]. Dostupné z: <https://www.kulturistika.com/mladez-a-steroidy>

<sup>32</sup> Tamtéž.

## **Rozdíl mezi selektivními modulátory androgenního receptoru a androgenními anabolickými steroidy**

Anabolické steroidy jsou méně selektivní v jejich působení, což znamená, že se vážou na více biologických cílů a mají mnoho vedlejších účinků. Anabolické steroidy jsou steroidy, které mají tendenci vázat se na obrovské množství biologických cílů. Hlavní úmysl anabolických steroidů je vázat se na androgenní receptory, které stimulují.<sup>33</sup>

SARMS jsou selektivní modulátory androgenních receptorů, které se selektivně vážou na androgenní receptor. To znamená, že se nevážou s jinými cíli, což snižuje množství vedlejších účinků, které mají. Selektivní modulátory androgenního receptoru mají méně vedlejších účinků než testosteron nebo jiné anabolické steroidy. Dosahují nepřeborného množství potenciálních lékařských využití.<sup>34</sup>

Z výše uvedeného vyplývá, že by mohli být selektivní modulátory androgenního receptoru v určitém ohledu alternativou steroidů. Bylo na ně vytvořeno pouze pár výzkumů z důvodu, že se jedná o vcelku nové látky.

Jejich prodej je „podpultový“. My tak nevíme, co skutečně kupujeme, a jaký je ve skutečnosti opravdový podíl účinné látky. Zda tam vůbec nějaký je. Navíc musíme mít neustále na vědomí, že selektivní modulátory androgenního receptoru nejsou zcela bez vedlejších účinků. Spousta odpůrců selektivních modulátorů androgenních receptorů dokonce tvrdí, že jsou více škodlivé než androgenní anabolické steroidy.

### **3.2. Odlišnosti látkových závislostí na nelegálních anabolicích a omamných a psychotropních látkách**

Porovnání odlišností těchto látkových závislostí je nezbytné pro pochopení volby strategie Policie ČR v oblasti nelegálních látek. Na podkladech odborných studií a studování kazuistik uživatelů těchto látek, jsou zmíněny zásadní odlišnosti, ale i podobnosti těchto látkových závislostí.

---

<sup>33</sup> KIBLER, Matthew. What are the differences between SARMS and anabolic steroids? [online]. [cit.21.11.2021]. Dostupné z: <https://www.quora.com/What-are-the-differences-between-SARMS-and-anabolic-steroids>

<sup>34</sup> Tamtéž.

Největší **odlišností** se jeví být účinek daných látek a účel jejich užívání. Uživatelé nelegálních anabolik nevykazují negativní dopady užívání, spíše naopak. Kdežto uživatelé omamných a psychotropních látek jednoznačně vykazují negativní dopady, které hrozí z užívání těchto látek. Z tohoto faktu vyplývá prioritní zaměření Policie ČR na omamné a psychotropní látky. Je nutné podotknout, že riziko vzniku závislosti na těchto látkách je násobně vyšší než u nelegálních anabolik. Vyplývá to zejména z délky působení daných látek.

Omamné a psychotropní látky působí zpravidla několik hodin. Účinek nelegálních anabolik trvá v některých případech i několik týdnů. Dále délka trvání záleží i na biologických cílech daných látek.

Pomoc závislým na nelegálních anabolikách je téměř nulová, a to z již zmíněného důvodu nevykazování negativních dopadů.

**Podobné vlastnosti** se projevují zejména u schématu užívání: látka působí – látka odezněla.

Při trvání účinku látky je jejímu uživateli dobře. Po vyprchání účinku nastává razantní pokles nálady a následně znovu užití pro získání blaženého stavu, který látka přináší.

Další podobné vlastnosti:

- Nelegálnost – stínový prodej,
- Hra s psychikou,
- Možnost vzniku látkové závislosti,
- Velké množství látek různé síly,
- Dosažení požadovaného stavu,
- Aplikace (injekčně nebo orálně),
- Nevíme, co kupujeme.

### **3.3. Instituce vystupující proti nelegálním anabolikům**

*Dopingem a nelegálními anaboliky máme na mysli látky uvedené v nařízení vlády č. 454/2009 Sb., Nařízení vlády, kterým se pro účely trestního zákoníku stanoví, co se považuje za látky s anabolickým a jiným hormonálním účinkem a jaké je jejich větší množství, a co se pro účely trestního zákoníku považuje za*

metodu spočívající ve zvyšování přenosu kyslíku v lidském organismu a za jiné metody s dopingovým účinkem.<sup>35</sup>

### **Trestněprávní kvalifikace v oblasti dopingu a nelegálních anabolik<sup>36</sup>**

**(1)** Kdo neoprávněně ve větším množství vyrobí, přechovává, doveze, vyveze, proveze, nabízí, prodá, jinému poskytne nebo podá látku s anabolickým nebo jiným hormonálním účinkem za jiným než léčebným účelem, nebo kdo vůči jinému použije metodu spočívající ve zvyšování přenosu kyslíku v lidském organismu nebo jinou metodu s dopingovým účinkem za jiným než léčebným účelem, bude potrestán odnětím svobody až na jeden rok.

**(2)** Odnětím svobody na jeden rok až tři léta bude pachatel potrestán,

**a)** spáchá-li čin uvedený v odstavci 1 jako člen organizované skupiny,

**b)** spáchá-li takový čin vůči dítěti mladšímu patnácti let, nebo

**c)** spáchá-li takový čin ve značném rozsahu vůči dítěti staršímu patnácti let.

**(3)** Odnětím svobody na dvě léta až osm let bude pachatel potrestán,

**a)** způsobí-li činem uvedeným v odstavci 1 těžkou újmu na zdraví,

**b)** spáchá-li takový čin v úmyslu získat pro sebe nebo pro jiného značný prospěch,

**c)** spáchá-li takový čin ve značném rozsahu vůči dítěti mladšímu patnácti let,

**d)** spáchá-li takový čin jako lékař nebo jiná způsobilá zdravotnická osoba.

**(4)** Odnětím svobody na pět let až dvanáct let bude pachatel potrestán,

**a)** způsobí-li činem uvedeným v odstavci 1 těžkou újmu na zdraví nejméně dvou osob nebo smrt,

**b)** spáchá-li takový čin v úmyslu získat pro sebe nebo pro jiného prospěch velkého rozsahu, nebo

**c)** spáchá-li takový čin ve spojení s organizovanou skupinou působící ve více státech.

---

<sup>35</sup> Nařízení vlády č. 454/2009 Sb., Nařízení vlády, kterým se pro účely trestního zákoníku stanoví, co se považuje za látky s anabolickým a jiným hormonálním účinkem a jaké je jejich větší množství, a co se pro účely trestního zákoníku považuje za metodu spočívající ve zvyšování přenosu kyslíku v lidském organismu a za jiné metody s dopingovým účinkem. [online]. [cit.22.11.2021]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2009-454>

<sup>36</sup> Zákon č. 40/2009 sb., Trestní zákoník. § 288. [online]. [cit.21.11.2021]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2009-40>

### 3.3.1. Práce Policie ČR v oblasti nelegálních anabolik

Práce Policie ČR a ostatních orgánů veřejné správy je klíčovou k omezení šíření nelegálních anabolik, které představují riziko vzniku látkové závislosti.

- Operace ROID I a II.,
- Operace MEDIC,
- Operace Tovaryš,
- Operace DOBÍRKA.

Při těchto akcích bylo zadrženo několik set kilogramů látek, jejichž přechovávání a držení je dle trestního zákona trestným činem. Ve spoustě případů jde o falzifikát oficiálního léku v podobě ampulí a tablet, který je od originálu pouze těžko rozeznatelný. Účinná látka pro výrobu falešného léčiva pochází u většiny případů z asijských zemí. Z tohoto důvodu se jedná o neregistrovaná léčiva, jejichž užíváním může dojít k negativním důsledkům. Zejména tím, že neznáme skutečnou látku ani její množství. Odběratelé nelegálních anabolik v podobě falešných léků tvoří, jak v České republice, tak v ostatních zemích EU, zejména vrcholoví bodybuildeři, siloví sportovci a majitelé a zákazníci různých posiloven.<sup>37</sup>

### Výroční zprávy NPC

Podle výroční zprávy NPC za rok 2019, v obchodu s nelegálními anaboliky stále trvá trend z předchozích let, kdy jsou pachatelé této trestné činnosti napojeni na dodavatele těchto látek ze zemí s mírnější nebo žádnou mírou regulace držení nelegálních anabolik. Novým trendem se již druhým rokem po sobě jeví v této oblasti zneužívání polymerů aminokyselin (*tzv. peptidů*).<sup>38</sup>

Rok 2020 byl specifický zejména kvůli pandemii Covidu-19. Ta ochromila běžný život téměř po celý rok, což se projevilo i při obchodování s nelegálními anaboliky. Z důvodu „lockdownu“ a nuceného zavírání posiloven, nebyl odbyt těchto látek tak velký.<sup>39</sup>

---

<sup>37</sup> Operace "Tovaryš". [online]. [cit. 16.1.2022]. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/operace-tovarys.aspx>

<sup>38</sup> Výroční zpráva za rok NPC 2019. [online]. [cit. 14.1.2022]. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/vyrocní-zprava-npc-za-rok-2019.aspx>

<sup>39</sup> Výroční zpráva NPC za rok 2020. [online]. [cit. 14.1.2022]. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/vyrocní-zprava-npc-za-rok-2020.aspx>

### 3.3.2. Práce Antidopingového výboru ČR v boji proti nelegálním anabolikům <sup>40</sup>

Antidopingový výbor ČR je nejvýše postavenou institucí a výhradně specializované pracoviště s celorepublikovou působností zabezpečující antidopingový program ČR. Tento odborný garant pro dopingovou problematiku vznikl v roce 1999 jako státní příspěvková organizace. *Jeho zřizovatelem je Ministerstvo školství, tělovýchovy a mládeže ČR. Vychází v první řadě ze světového antidopingového kodexu a ostatních mezinárodních smluv v oblasti dopingu.*

#### **Cíle antidopingového výboru ČR**

Hlavním cílem antidopingového výboru ČR je ochraňovat podobu sportu jako svébytné lidské činnosti, obhajovat práva sportovců participovat ve sportu bez dopingu a tím vyzdvihávat zdraví, spravedlnost a rovnost možností pro všechny sportovce. *Antidopingový výbor ČR se účastní na harmonizaci, koordinaci a součinnosti antidopingových programů na státní i mezinárodní úrovni s patřičným ohledem na kontrolu, prevenci a ochranu před dopingem.*

#### **Funkce v praxi**

- *Překládá legislativní opatření na podporu boje proti dopingu, zejména omezující dostupnost farmakologických a výživných prostředků s obsahem dopingových látek,*
- *Zastupuje Českou republiku v mezinárodních antidopingových institucích,*
- *Vydává směrnice pro provádění dopingových kontrol se seznamy zakázaných skupin dopingových látek a metod podle WADA,*
- *Provádí dopingové kontroly při sportovních soutěžích i mimo ně a zajišťuje analýzy odebraných vzorků v laboratořích dopingové kontroly,*
- *Vydává výchovné programy a organizuje osvětové akce na podporu sportovního soutěžení bez dopingu.*

---

<sup>40</sup> Antidopingový výbor ČR. Cíle a funkce. [online]. [cit. 2.2.2022]. Dostupné z: <https://www.antidoping.cz/>

## 4. Rizika a důsledky užívání nelegálních anabolik

Osoby vykazující symptomy Adonisova komplexu, nemusí vždy užívat nelegální anabolika. V případě, že k jejich užívání dochází, tak se vyskytují další důsledky spojené s užíváním takových látek. Tyto důsledky by se daly označit za nebezpečnější, zejména kvůli toxicitě některých nelegálních anabolik.

### 4.1. Zdravotní rizika a důsledky užívání nelegálních anabolik

Ze získaných poznatků z odborné literatury se jeví být nelegální anabolika pro bigorektika nebezpečnými. V krajních případech ho mohou stát i život. Zejména toxicita některých androgenních anabolických steroidů, prohormonů a selektivních modulátorů androgenních receptorů je enormně vysoká a při dlouhodobém užívání může způsobit:

- Nádorová onemocnění,
- Poškození jater, ledvin a prostaty,
- Vysoký krevní tlak,
- Zhoršení poměru LDL a HDL (*poměr mezi správným a špatným cholesterolem*),
- Akné,
- Gynekomastie (zduření mléčných žláz u mužů),
- Hormonální nerovnováha,
- Zvětšení orgánů,
- Zvětšení klitoris u žen,
- Zvýšení rizika ruptur,
- Selhání organismu,
- Zrychlené stárnutí,
- Smrt.<sup>41</sup>

Dalším nebezpečím nelegálních anabolik a ostatních dopingových látek je jejich latence. Latencí je myšleno, že následky užívání steroidů se ve většině případů začínají projevovat až několik let po skončení jejich užívání.

---

<sup>41</sup> LASKOT, Petr, Rakovina a zničená játra. Jaké jsou další vedlejší účinky steroidů? [online]. [cit. 7.12.2021]. Dostupné z: <https://aktin.cz/rakovina-a-znicena-jatra-jake-jsou-dalsi-vedlejsi-ucinky-steroidu>

Na základě statistik *Muscle memory – The Internet Bodybuilding Database* vyplývá, že mnoho bývalých kulturistů se nedožije vyššího věku, než je průměrný věk dožití u mužů. Což je připisováno zejména užíváním nelegálních anabolik.<sup>42</sup> Statistiky obsahují pouze bývalé kulturisty, kteří berou nelegální anabolika „profesionálním“ způsobem. Tudíž pouze těžko odhadovat dopady užívání na „lajky“.

## 4.2. Sociální rizika a důsledky užívání nelegálních anabolik

Nejdou obecně určit sociální rizika a důsledky při užívání dopingu, jako tomu je u zdravotních rizik a důsledků. Ty jsou sice ovlivněny genetikou, ale obecně je riziko pro uživatele stejné. Pro sociální rizika a důsledky je klíčové, jakou osobnost má daný jedinec. Na základě výpovědí dlouhodobých uživatelů obecně platí, že dochází k prohlubování osobnosti. To znamená, že když je člověk agresivní povahy, na dopingu se to ještě zhorší.<sup>43</sup>

Sociální důsledky jsou ovlivněny tím, jakou látku bigorektik užívá a v jakém množství. Nejčastěji dochází ke zneužívání syntetického mužského hormonu testosteron, který zvyšuje celkový „drive“ dané osoby. Zároveň dokáže zvýšit agresi, a to razantním způsobem!<sup>44</sup>

- Hormonální potíže – změny nálad a chování,
- Jednostranný způsob života,
- Negativní dopad na mezilidské vztahy,
- Zvýšená agrese,
- Permanentní touha po sexu,
- Potíže na pracovišti nebo ve škole,
- Nedokončení studia,

---

<sup>42</sup> *MuscleMemory - The Internet Bodybuilding Database*. [online] [cit 2.2.2022]. Dostupné z: <http://www.musclememory.com>

<sup>43</sup> LASKOT, Petr. Steroidy: Neplodnost nebo deprese. Stojí to za pár minut slávy? [online]. [cit. 7.12.2021]. Dostupné z: <https://aktin.cz/steroidy-neplodnost-nebo-deprese-stoji-to-za-par-minut-slavy>

<sup>44</sup> MARKVART, Matěj. Testosteron v těle kulturisty. [online]. [cit. 3.12.2021]. Dostupné z: <http://www.aktin.cz/clanek/1877-testosteron-v-tele-kulturisty>



- Vznik látkové závislosti – samotná bigorexie je **nelátkovou závislostí na posilování**, která může způsobit **látkovou závislost** na nelegálních anabolikách nebo omamných a psychotropních látkách. <sup>45</sup>

Pro splnění kritérií diagnózy závislosti musí jedinec vykazovat alespoň tři ze šesti znaků závislosti dle desátého vydání Mezinárodní klasifikace nemocí, kterými jsou:

1. Bažení,
2. Potlačování ostatních potěšení,
3. Snížené sebeovládání specificky ve vztahu k předmětu závislosti,
4. Zvyšování tolerance,
5. Abstinenční příznaky po vysazení,
6. Pokračování i přes negativní důsledky. <sup>46</sup>

Látková závislost na nelegálních anabolikách a ostatních dopingových látkách se poté projevuje následovně:

- Užívání dopingu přes předem stanovenou dobu užívání,
- Strach z vysazení a následné ztráty svalové hmoty,
- Užívání dopingu přes špatnou finanční a sociální situaci,
- Po vysazení se objevuje tendence ke ztrátám chuti do života.

#### **4.3. Ekonomická rizika a důsledky užívání nelegálních anabolik**

Doping není nejlevnější záležitostí a k jeho užívání je potřeba nespočtu dalších látek, které částečně podporují naše zdraví. Cenu dopingu určuje jeho dealer, takže je pouze na něm kolik na Vás chce vydělat. Ve většině případů se jedná o stonásobek velkoobchodní ceny.

Hlavním faktorem je délka cyklu a počet užívaných látek. Základní cyklus testosteronu na dvanáct týdnů i s post cycle therapy (*dále jen „PCT“*) a dalšími ochrannými látkami, vyjde zhruba na deset tisíc korun. Cenové relace jsou určeny

---

<sup>45</sup> Tamtéž.

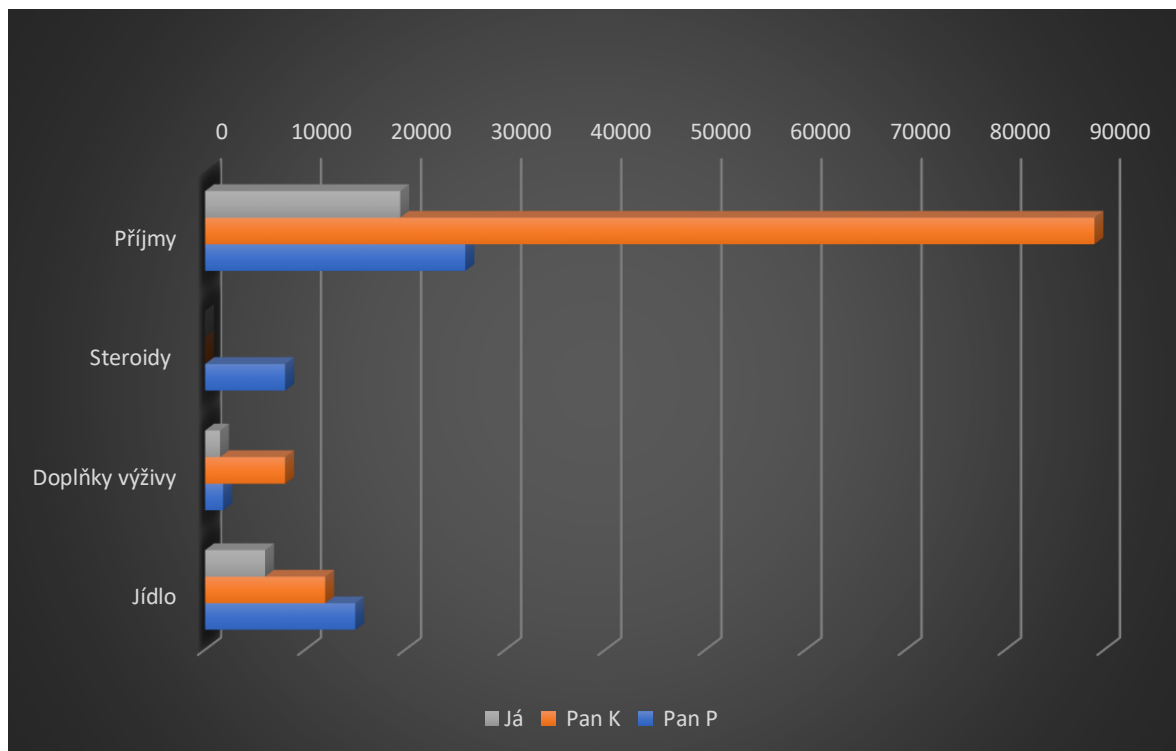
<sup>46</sup> Mezinárodní klasifikace nemocí 10. Kritéria diagnózy závislosti. [online]. [cit. 22.11.2021]. Dostupné z: <https://mkn10.uzis.cz/prohlizec/F10-F19>

podle nejdostupnějšího internetového e-shopu s nelegálními anaboliky - *anabolichouse.net*<sup>47</sup>

V případě profesionálních a dlouhodobých uživatelů se jedná o částky až sto tisíc korun za cyklus. Takhle velké částky už samozřejmě ovlivňují život jedince, který je nucen na úkor všeho ostatního dát vše do dopingu. Kromě toho musí zvýšit i příjem živin, aby tělo mělo z čeho stavět svalovou hmotu. To, v případech těžších cvičenců, může vyjít na další deseti tisíce korun měsíčně.

Takto velké finanční náklady si nemůže dovolit každý, proto by měli všichni, co užívání zvažují, předem důkladně zvážit svoji finanční situaci. V mnoha případech užívají doping lidé, kteří na to nemají dostatek finančních prostředků. Jelikož se cyklus musí dokončit, existuje zde reálné riziko zadlužení a z něho vyplývající ostatní rizika.

V rámci demonstrace finanční náročnosti přikládám graf. V něm srovnávám, na kolik korun měsíčně vyjde konkrétní položka, jenž je spjata se cvičením, jedince užívajícího doping a toho, který ho neužívá. Třetím vystupujícím jsem já, jakožto normální cvičenec. Graf má pomoci lépe pochopit finanční náročnost svalové dysmorfické poruchy.



<sup>47</sup> E-shop s anabolickými steroidy. [online]. [cit. 2.2.2022]. Dostupné z: <https://www.anabolic-house.net/>

## II. Empirická část

Cílem této části bakalářské práce je demonstrovat bigorexii a její symptomy u konkrétních jedinců. Jde o představení této poruchy v praxi, na základě vypracovaných kazuistik. Z důvodu ochrany osobních údajů jsou kazuistiky anonymizovány. První osoba je označena jako pan X, druhá jako pan K a třetí jako pan P. Tito respondenti vyslovili souhlas s vypracováním kazuistik. Podmínkou jejich souhlasu bylo zachování anonymity.

V rámci demonstrace, do jakých extrémů jsou schopni zajít osoby vykazující symptomy svalové dysmorfické poruchy, je u pana P uveden jeho tréninkový a stravovací plán a též příprava na kulturistickou soutěž.

Standardizovanými a nestandardizovanými rozhovory s devíti příslušníky ozbrojených bezpečnostních sborů je zjišťováno, zdali symptomy bigorexie ovlivňují výkon těchto povolání. Souhlas k rozhovoru byl udělen respondenty pod podmínkou zachování anonymity.

Experimentem je ověřena míra dostupnosti nelegálních anabolik na internetových e-shopech. Obstarání látek zařídil vypravovatel práce, jakožto fiktivní nezletilý chlapec, který se snaží tyto látky získat. Cílem je zjistit, zdali nezletilý je schopen tyto látky sehnat a zdali existují nějaká opatření proti nákupu nezletilým. Finanční prostředky na látky byly poskytnuty vypravovatelem práce.

## 5. Vypracované kazuistiky

Kazuistiky byly zpracovány na základě řízených strukturalizovaných rozhovorů s respondenty. Rozhovory proběhly podle předem stanoveného scénáře. Snahou bylo zachytit důležité životní fáze, které jsou spjaté se symptomy bigorexie.

V první fázi byl respondentům vysvětlen účel zpracování kazuistiky. V případě, že nebyli seznámeni s pojmem Adonisova komplexu, byl jim tento komplex stručně vysvětlen. Po vyslovení souhlasu se zpracováním, následovali samotné rozhovory.

V poslední fázi byla respondentům předložena vypracovaná kazuistika ke kontrole a případné opravě. Některé informace byly na základě požadavků respondentů odstraněny, nebo více anonymizovány. Finální schválené kazuistiky jsou součástí práce.

### 5.1. Kazuistika pana X

Muž, 22 let, zadaný, bezdětný, příslušník Policie ČR se středoškolským maturitním vzděláním, bydlící u své matky. Nekuřák, alkohol občasně. Návykové látky vůbec. Nelátkově závislý na posilování – posiluje přes osm let.

Kazuistika byla zpracována na základě rozhovorů s panem X, které proběhly dne 20.9.2021 a dne 29.9.2021 v prostorách ubytovny Ministerstva vnitra v Praze.

#### **Důvody první návštěvy posilovny a začátek pravidelného posilování**

První návštěva posilovny proběhla ve čtrnácti letech a šesti měsících. Impulzem pro vyzkoušení posilovny byli spolužáci ze základní školy, kteří chodili posilovat pravidelně, a jejich svalové přírůstky šly značně vidět. Druhým impulzem byla snaha shodit přebytečná kila. Posledním impulzem se stala snaha nabýt na atraktivitě pro případného budoucího partnera.

První návštěva je popisována jako značně frustrující. Pan X se v prostředí posilovny cítil nesvůj při pohledu na pravidelné návštěvníky s vypracovanými těly. S každým dalším tréninkem tyto nepříjemné pocity upadaly.

Samotné začátky jsou popisovány jako pokus omyl, ve snaze získat svalové přírůstky. Fascinace prokrvením těla a ztuhlosti svalů, při vidině prvních změn, přiměla pana X pokračovat.

### **Období po roce posilování a první náznaky symptomů bigorexie**

Po prvním roce dochází k strukturalizaci tréninků a stravovacích metod. Posilování začíná být pravidelnou aktivitou, která se zároveň stává i velkým koníčkem.

Pan X nebyl, dle svého názoru, geneticky obdařen v oblasti svalové hmoty. Tudíž, i přes veškerou snahu, zaostával před svými spolužáky a ostatními návštěvníky posilovny. Tento fakt ho přiměl k myšlence chemické pomoci, která ze začátku představovala jen proteinové přípravky a ostatní legální doplňky stravy. Prvním varovným signálem bylo, že na tyto přípravky pan X vynakládal téměř veškeré své finanční prostředky.

### **Období po třech letech posilování a vybudování zkresleného vhledu svého vzhledu**

V této době se plně projevuje hlavní symptom obrácené anorexie, kterým je zkreslený vhled vlastního vzhledu. Pan X měl na svůj věk obstojnou postavu, ale v jeho očích byla příliš mála a nedostatečně svalnatá. Což ho přivedlo do deprese a k častým myšlenkám na to, jak dosáhnout vysněné postavy. Stav jsou popisovány jako vtíravé, nepříjemné. Pan X se jich těžko zbavoval.

Následovaly ostatní symptomy jako držení razantních diet, přetrénování, cvičení v nemoci a časté prohlížení své postavy. Při tom docházelo ke srovnávání s ostatními cvičenci, z něhož vždy vyšel jako poražený.

Prvně se také objevila myšlenka na koupi nelegálních podpůrných prostředků urychlujících růst svalové hmoty. V té době převládal strach z jejich užití nad reálným zneužitím. Strach je odůvodněn varovnými články na internetu a upozorněním ze strany spolucvičenců.

### **Důvody prvního užití nelegálních anabolik**

Vidina vysněné postavy byla důvodem pro zneužití nelegálních anabolik. Tu podpořilo zjištění, že téměř každý profesionální i amatérský kulturista tyto látky

užívá. Dalším důvodem bylo zjištění, že nelegální anabolika se dají lehce objednat přes internetové e-shopy. Při otázce, zdali by se do užívání pan X pustil, kdyby nebyly dostupné na internetových e-shopech, odpověděl razantně ne. Vysvětlil to tím, že by se na tuto otázku styděl zeptat dealerů přímo v posilovně.

### **Průběh užívání a užívané látky**

- **Užívané látky:** Andarine S4 od 25 do 75 mg/den, Ostarine MK-2866 od 10 do 30 mg/den a Cardarine S-23 od 12 do 24 mg/den,
- **Cena látek i s PCT:** zhruba přes šest tisíc,
- **Doba užívání:** dva měsíce, od 31.8.2018 – 31.10.2018 (*věk 18 let*),
- **Odcvičená léta v době užívání:** cca tři a půl roku.

Samotné účinky látek jsou popisovány kladně. Pan X dosahoval vyšších výkonů a jeho postava vypadala skutečně lépe. Samotné výsledky, ale nebyly panu X dostačující. K tomu se dostavil konec cyklu a následovalo PCT.

### **PCT a období po užívání nelegálních anabolik**

Toto období je popisováno jako jedno z nejhorších v životě pana X. Kladné účinky nelegálních anabolik byly pryč. Látky způsobily, i přes použití PCT, značnou hormonální nerovnováhu. Ta vedla k častému střídání nálad, převážně negativních. Pan X dále popisuje absolutní ztrátu zájmu o sexuální život. Dle svých slov se nechoval adekvátně ke svému pohlaví a věku. Sociální interakce byly omezeny na minimum. Studijní prospěch se zhoršil. Celkově se jednalo o razantní zhoršení kvality života.

Po zhruba třech měsících od skončení užívání, se jeho stav začínal zlepšovat po hormonální stránce. Po psychické to zůstalo špatné, jelikož veškeré přírůstky byly pryč. To způsobovalo ještě hlubší depresivní stavy. Pan X sám přiznává, že v tomto období často přemýšlel o sebevraždě.

### **Extrémní projevy symptomů bigorexie**

Chození za školu kvůli posilovně.

Velký počet neomluvených hodin.

Držení pětidenního půstu při ztrátě deseti kilogramů vlastní váhy.

Utracení veškerých peněz z brigády na doplňky stravy a nelegální anabolika.

Cvičení při nemoci.

### **Závěrem**

U pana X došlo ke zmírnění symptomů svalové dysmorfické poruchy. Hlavním důvodem je stávající přítelkyně respondenta, které začal věnovat více času než posilování. Posilování a snaha o budování postavy je stále jednou z primárních aktivit pana X. Hlavním rozdílem je vnímání vlastní postavy, které již není zkreslené, a sám pan X je spokojený. Přítomnost ostatních symptomů bigorexie však nepopírá.

Na otázku, jak by se vyvíjela obrácená anorexie, kdyby nebylo jeho přítelkyně, odpověděl, že o daném pojmu, před samotným rozhovorem, ani nevěděl. Pravděpodobně by docházelo i nadále k dalšímu přecvičování a užívání dalších nelegálních anabolik by bylo jen otázkou času. Myšlenka vyhledání odborné pomoci nepřicházela v úvahu, jelikož pan X nevnímal negativní dopady.

Pan X vnímá svalovou dysmorfickou poruchu jako nebezpečí, které dokáže zásadně ovlivnit život. Léčba se mu zdá zbytečná, jelikož tento problém se dle jeho názoru musí vyřešit časem sám.

## **5.2. Kazuistika pana K**

Muž, 36 let, ženatý, mající dvě malé děti, stavební inženýr s vysokoškolským vzděláním, bydlící ve vlastním bytě 3+1. Nekuřák, alkohol občasně, návykové látky vůbec. Nelátkově závislý na posilování – posiluje 14 let.

Kazuistika byla zpracována na základě několika rozhovorů s panem K. Rozhovory byly vykonávány v období mezi zářím a prosincem roku 2021 v prostorech posilovny.

### **Důvody první návštěvy posilovny a začátek pravidelného posilování**

Pana K zasvětil v jeho 22 letech do cvičení mladší bratr, který se styděl sám chodit do posilovny. Pan K byl fascinován svalovými přírůstky natolik, že se rozhodl skončit s fotbalem, aby mohl cvičit častěji.

## **První symptomy bigorexie a postupný rozvoj bigorexie**

Prvními náznaky symptomů bylo najmutí osobního trenéra a zároveň výživového poradce, který sestavil panu K plán. Stalo se tak po třech letech posilování. Tento plán byl často překračován z důvodu malé tréninkové zátěže. Z toho důvodu pan K o půl roku později spolupráci zrušil a pokračoval podle vlastního rozvrhu, aby mohl více jíst a cvičit.

Následovaly další symptomy, jako nakupování až zbytečných suplementů za tisíce korun měsíčně. Pan K tento jev vysvětluje tím, že svalové přírůstky už nebyly tak velké, jak by si sám představoval. Proto se snažil najít něco, čím by svůj výkon posunul dál. Pan K zde přiznal mírný sklon k depresím, kdy i přestože vše dělal nejlépe, jak mohl, tak výsledky nebyly dostatečné. Jedná se o období po šesti odcvičených letech.

Pan K své sklony k muskulární dysmorfii přiznává v období mezi sedmým a desátým rokem cvičení. V této době byla posilovna jeho domovem. Navíc se u něj začal projevovat zkreslený vhlad vlastního vzhledu, kdy výkony pana K byly jedny z nejlepších v posilovně, ne-li v celém okrese. I přes tyto fakty, byla slyšet od pana K neustálá kritika na svou postavu a silové výkony. Při srovnávání s ostatními, byl často až zbytečně sebekritický.

## **Důvody utlumení symptomů bigorexie**

Začátek objemové fáze a snaha nabrat 130 kg, což se nakonec povedlo, ovšem ne v takové kvalitě, jaké by si pan K představoval. Proto v následující dietě padl pan K na pouhých 116 kg. Pan K v tomto období absolvoval šest tréninků týdně a půl hodinové kardio každý den. Sám přiznává, že v tomto období začal brát kulturistiku jako životní styl, bez kterého by nedokázal žít. Jedná se zde o období po deseti letech cvičení.

Pan K by dost možná do dnešní doby byl mnohem více poután na posilovnu, nebýt jeho zranění ze začátku roku 2018, které ho vyřadilo z tréninku na dobu tří měsíců. Jednalo se o rozsáhlé utržení pravého zadního stehenního svalu, způsobeném pravděpodobně přetrénováním. Pan K tak zůstal dva měsíce téměř nehybný. Zranění ho donutilo přemýšlet, jestli mu svaly za tuhle všechnu dřinu a peníze stojí. Došel k závěru, že s posilováním zajisté neskončí, ale omezí



jej na čtyři tréninky týdně. Hodlal trávit více okamžiků s rodinou. Sám pan K nakonec přiznává, že větší zranění bylo pouze otázkou času.

Ohledně steroidů dodal pouze to, že o nich několikrát přemýšlel. Vždy došel k závěru, že se mu jejich užívání z velké části nevyplatí. To hlavně kvůli silně negativnímu postoji ženy Pana K. Na konci jen dodal, že nabídek od dealerů měl skutečně mnoho.

### **Extrémní projevy symptomů bigorexie**

Jedním z největších extrémů bylo cvičení s vyhozeným ramenem po dobu dvou týdnů. Jednalo se prý o velkou bolest, ale pan K si nedokázal představit tak dlouhý čas bez tréninku.

Cvičení při nemoci nebylo, a do dnes není, u pana K výjimkou.

Panu K se jednou podařilo zapomenout vyzvednout vlastního syna ve školce, protože byl v posilovně.

Částka dvanáct tisíc korun utracena za suplementy v jedné objednávce.

Příjem sedm tisíc kalorií denně v objemové fázi.

### **Závěrem**

Zkreslený vzhled vlastního vzhledu u pana K stále přetrvává. V blízké době nemá v plánu problematiku řešit s odborníkem. Tréninkové schéma se vrací do období před zraněním. Pan K vykazuje symptomy užívání nelegálních anabolik, ale jejich užívání popírá.

Pan K vidí bigorexii jako potenciální riziko, které však není velké, a proto se mu jeví zbytečné se poruchou více zabývat.

## **5.3. Kazuistika pana P**

Muž, 25 let, svobodný, bezdětný, příslušník Vězeňské služby ČR s maturitním vzděláním, bydlí v domě se svými rodiči. Nekuřák, alkohol výjimečně. Nelátková závislost na posilování – posiluje deset let. Látková závislost na nelegálních anabolikách. Občasně marihuana. Začátek látkové závislosti na nelegálních anabolikách nebyl, z osobních důvodů pana P, zmíněn.

Kazuistika byla zpracována na základě několika rozhovorů s panem P. Rozhovory byly vykonávány v období mezi zářím a prosincem roku 2021, vždy po společném tréninku v autě pane P.

### **Důvody první návštěvy posilovny a začátek pravidelného posilování**

Pan P byl od první až do páté třídy základní školy šikanován kvůli barvě vlasů a vyhublejší postavě.

Z důvodu šikany chtěl takovému jednání pro příště zabránit. Nejdříve začal v patnácti letech cvičit doma a v sedmnácti již pravidelně navštěvoval posilovnu. Ta se stala hned jeho druhým domovem, kde našel spoustu nových přátel. Těch, z důvodu introvertní povahy, příliš neměl. Pan P byl velice dobrým hokejistou, ovšem ostatní hráči klubu jej nepřijali. Tak s tímto sportem skončil a začal se věnovat naplno posilování.

### **První symptomy muskulární dysmorfie a postupný rozvoj bigorexie**

Prvním impulzem byly ohlasy okolí na jeho první svalové přírůstky. Pan P si uvědomil, že ho ostatní uznávají a v určité míře k němu vzhlíží. Tento pocit pro něj byl příjemný a z velké části i neznámý. Navíc v tomto období si našel svou první přítelkyni. Mluvíme zde o období okolo sedmnácti let pana P.

Druhý impulz byl rozchod s přítelkyní v devatenácti letech, který pana P velmi zasáhl. Pan P přiznává, že k zahnání úzkosti z rozchodu, navštěvoval posilovnu. K ní si tak začal budovat čím dál pevnější pouto. Kromě vztahu k posilovně docházelo k prvním projevům nelátkové závislosti na posilování. V tomto období se prvně objevují myšlenky na kulturistiku.

### **Závody pana P v kulturistice**

Pan P se účastnil pěti kulturistických závodů. Respondent vysvětluje, jaké aktivity a v jaké intenzitě musel konat, aby na soutěži uspěl.

## Fáze přípravy na kulturistické závody:

### Objemová fáze

Pan P tuto část přípravy popisuje jako snahu nabrat co nejvíce svalové hmoty a celkové hmotnosti. Typická je pro tuto fázi spousta jídla, těžkých vah a menší množství tréninků a kardia.

Takto vypadal objemový jídelníček pana P. Tomu se podařilo po třech měsících nabrat váhu na 136 kg z původních 119 kg.

Čas	Strava
5.00	8 celých vajec + 2-4 bílky, pečivo 4 kusy, ovesná kaše (100-150 g)
8.00	Různé druhy sýrů (150 g), různé druhy šunky (200 g), pečivo čtyři kousky
11.00	Kuřecí maso (200-250 g), rýže (200 g), zelenina
15.00	Před tréninkem: Protein (50 g), ovoce (100 g), před tréninkové stimulanty
18.00	Po tréninku: Syrovátkový protein (50 g), krůtí maso (150 g) rýže (150 g)
20.30	Hovězí maso (250 -300 g), brambory (600 g), zelenina
23.00	Protein s mlékem (50 g), burákové máslo (50 g)

Stravovací plán je kaloricky velice náročný. Pan P přiznává, že často docházelo k přejídání a jídlo pro něj bylo nutností. Denní příjem byl striktně dodržován. Pana P vyšlo jídlo na den zhruba na šest set korun.

Pan P trénoval pětkrát týdně dvě až tři hodiny. Používal spíše těžké váhy a základní více kloubové cviky (více kloubovým cvikem se myslí cvik, při kterém zapojíte více svalových partií, mezi tyto cviky patří hlavně: bench press, mrtvý tah, dřep, zdvih a ostatní tlakové cviky). Počet opakování se pohyboval od čtyř do dvanácti a pauzy mezi sériemi byly kolem dvou minut.

### **Užívané steroidy v objemové fázi:**

Jednalo se o testosteron mix injekčně 750mg týdně, boldeone injekčně 60mg každý druhý den, trenbolone injekčně 100 mg každý druhý den a clenbuterol tabletově 120mg denně

### **Fáze přípravy na kulturistické závody:**

#### **Rýsovací fáze**

Pan P tuto fázi označuje, jako snahu o zkvalitnění nabrané svalové hmoty a zbavení se co největšího množství tělesného tuku. Pan P začal s touto fází dva měsíce před samotnou soutěží.

Jídelníček není možné vypsát z důvodu každotýdenní obměny. Jsou popsány pouze jeho základní rysy.

První dva týdny se jednalo o postupné snižování počtu sacharidů a tuků ve stravě. Pan P snižoval makroživiny podle pocitu. Třetí až pátý týden snížil počet sacharidů a tuků prakticky na minimum a zvýšil příjem bílkovin na 400 g. Šestý a sedmý týden začal praktikovat sacharidové vlny. Pan P ze 136 kg snížil svou váhu po sedmi týdnech na 114 kg.

Trénink pana P byl, proti objemové fázi, mnohem intenzivnější. V praxi to znamenalo tři hodiny v posilovně, někdy i dvakrát denně a k tomu půl hodiny až hodinu kardia. Upřednostňovali se izolované cviky (účelem izolovaného cviku je co největší procítění dané svalové partie při co nejmenším zapojení ostatních partií). Více kloubové cviky se prováděly spíše s menší vahou a větším počtem opakování. Počet opakování se pohyboval kolem dvanácti až dvaceti, pauzy mezi sériemi se pohybovaly okolo třiceti vteřin. Pan P absolvoval deset tréninků týdně. Zařazoval dvou fázové tréninky, jeden trénink ráno a druhý večer.

### **Užívané steroidy v rýsovací fázi**

Jednalo se o testosteron mix injekčně 1000mg týdně, boldeone injekčně 80mg každý druhý den, trenbolone injekčně 100 mg každý druhý den, clenbuterol tabletově 150mg denně, halostetin tabletově 50mg denně a stanozolol tabletově 30mg denně.

Pan P zvýšil užívané množství nelegálních anabolik, protože dosavadní množství již dle jeho úsudku nefungovalo. Používané dávky překračovali razantně ty doporučené.

### **Fáze přípravy na kulturistické závody:**

#### **Týden před závody**

Podle pana P je v posledním týdnu velice důležité zbavit se podkožní vody, aby byly svaly více výrazné a kůže tak obepínala pouze čistý sval bez známky tuku. Tomuto procesu se říká odvodnění.

První den pil pan P sedm litrů vody, druhý den snížil dávku na pět litrů, třetí den dva a půl litru, předposlední čtvrtý den už pouze litr, poslední pátý den jen půl litru a zbylé dva dny do soutěže byl bez vody. Na odvodnění použil Pan P nelegální látky. Jedná se o zakázaná diuretika (*Diuretika jsou léky působící přímo na ledviny. Zvyšují diurézu, mají vliv na transport Na<sup>+</sup>, inhibují zpětné vstřebávání NaCl a vody z tubulu*).<sup>48</sup>

Pět dní před závody představovala strava 350 g bílkovin, 0 sacharidů a 70 g tuků. Kalorický příjem byl nízký pro dosažení minimálně možného množství procenta tuku a díky vysokému příjmu bílkovin k zachování svalové hmoty. Nutno podotknout, že pan P jedl pouze vejce, bílky, kuřecí a krůtí maso. Dva dny před závody už nejedl vůbec. Pan P v tuto dobu snížil svou hmotnost na 103 kg.

Pan P poslední týden před závody neposiloval, aby při velkém deficitu a malém množství vody svaly nespaloval. Kardio vykonával formou dlouhých až pěti hodinových procházek. Při nichž i v létě chodil v lyžařské kombinéze, aby tak podpořil vylučování vody z těla.

Dávky a druhy anabolických steroidů se nezměnily a zůstaly stejné až do dne závodů. Na otázku, zdali se bál antidopingové komise, odpověděl, negativně. Vysvětlil to slovy, že taková komise otestuje necelé procento všech přítomných závodníků.

---

<sup>48</sup> ŠTĚRBA, Martin. *Vybrané kapitoly z farmakologie – přednášky/semináře : Diuretika* [online]. [cit. 3.2.2022]. Dostupné z <[https://www.lfhk.cuni.cz/farmakol/predn/cz/2008/2008-diuretika\\_web.ppt/](https://www.lfhk.cuni.cz/farmakol/predn/cz/2008/2008-diuretika_web.ppt/)>.

Z důvodu ochrany osobnosti pana P nebude uvedeno, o jakou soutěž se jednalo. Jen dodám, že se jde o jednu z nejvíce prestižních mezinárodních kulturistických soutěží konajících se v České republice.

Celková cena přípravy byla, dle pana P, kolem sto padesáti tisíc korun. Pan P pokryl přípravu pouze díky náborovému příspěvku z práce a pomoci rodičů. Pan P se nakonec umístil na čtvrtém místě. Peněz ani vynaložené přípravy nelituje. Mrzí jej pouze umístění.

### **Extrémní projevy symptomů bigorexie**

Cvičení při nemoci.

Užívání pěti anabolických steroidů najednou, ve vysokých dávkách.

Používání stejných injekčních stříkaček pro aplikaci anabolických steroidů z důvodu pozdního nákupu nových.

Nešťastné narušení nervu při aplikaci anabolických steroidů do hýždě.

Kvůli časté aplikaci vznik abscesu (*Absces je označení pro chorobnou dutinu ve tkáni, která je vyplněná hnisem. Vzniká v důsledku hnisavé bakteriální infekce a může se objevit na kůži nebo v jakémkoliv orgánu. Mezi hlavní projevy tohoto zdravotního problému patří otok, palčivá bolest, ale i celkové příznaky chronického zánětu, jako je horečka či nechutenství. Pokud se absces neléčí, může se infekce rozšířit do celého těla a způsobit otravu krve*).<sup>49</sup>

Ukončení studia na vysoké škole. Důvodem byl nedostatek času a financí, jež způsobila nelátková závislost na posilování a látková závislost na nelegálních anabolikách.

Zakrývání jednoho vedlejšího účinku druhým. Anabolické steroidy často způsobují hormonální nevyrovnanost a ta se v mnoha případech projevuje silným akné. Pan P tak musel užívat léky proti akné, které však měly jako vedlejší účinek nespavost, kterou tak eliminoval léky na spaní nebo marihuanou.

Pan P vyhodil z posilovací lavice chlapce, který na ní cvičil. Majitel fitness studia mu udělil doživotní zákaz vstupu.

Veškeré příjmy na úkor posilování, což znamená zhruba dvacet tisíc korun měsíčně za steroidy, suplementy a jídlo.

---

<sup>49</sup> ŠTEFÁNEK, Jiří. *Medicína, nemoci, studium na 1. LF UK* [online]. [cit. 12.2.2022]. Dostupné z: <<https://www.stefajir.cz/index.php?q=absces>>.

## **Závěrem**

Pan P stále pokračuje ve svých snahách o budování velké a mohutné postavy. Místo závodů v kulturistice, nyní soutěží v silových disciplínách. Symptomy bigorexie stále přetrvávají. Podle pana P není nutná léčba, jelikož popírá existenci poruchy. Látková závislost na nelegálních anabolikách pokračuje, i když došlo k razantnímu snížení dávek.

Pan P neshledává ve svalové dysmorfické poruše nebezpečí, též jako v užívání nelegálních anabolik. Dle jeho slov mají lidé horší návyky, jako třeba pití alkoholu a kouření cigaret.

## **6. Problematika bigorexie u příslušníků ozbrojených bezpečnostních sborů**

Na základě podkladů získaných ze standardizovaných a nestandardizovaných rozhovorů a zúčastněného pozorování jsou implementovány zdravotně-sociální rizika a z nich plynoucí důsledky pro výkon povolání příslušníka ozbrojeného bezpečnostního sboru. Za výhodu považují absenci důvodu stylizace chování respondentů, jelikož tazající je členem dané sociální skupiny a k respondentům chová přátelský vztah.

Rozhovory proběhly se třemi policisty, čtyřmi příslušníky vězeňské služby a dvěma příslušníky celní správy. Tito příslušníci vykazují mnoho symptomů bigorexie a splňují kritéria dle pátého vydání Diagnostického a statistického manuálu duševních poruch, ačkoliv u nich nedošlo k oficiální diagnóze obrácené anorexie.

Všichni respondenti projevíli souhlas s rozhovory pod podmínkou zachování anonymity. Rozhovory probíhaly od června roku 2021 do ledna roku 2022. Rozhovory byly vykonány v prostorách posilovny formou společného tréninku s respondentem. Rozhovor s jedním z respondentů proběhl pomocí videohovoru. Rozhovory byly strukturalizované a otázky kladeny podle připraveného scénáře.

### **Důsledky bigorexie promítající se ve službě příslušníka ozbrojeného bezpečnostního sboru**

Všichni respondenti zmiňují časté pocity únavy, které vyplývají z velkého množství tréninkových jednotek. Z důvodu únavy dochází k zanedbávání služby, které se projevuje například spánkem v pracovní době, pasivitou při zákrocích, špatnou náladou, která se může projevit nepřiměřeným zákrokem. Také se může projevit odstupem k oznamujícím občanům. Častá únava může vést ke zranění nebo psychickému kolapsu. Pět z devíti respondentů utrpělo vážné zranění plynoucí z přetrénování. Samotný psychický kolaps nebyl zmíněn, ačkoliv k němu měli respondenti blízko.

Sedm z devíti respondentů se netají užíváním nelegálních anabolik. Zbylí dva jejich užívání popírají, ale vykazují symptomy užívání. Žádný respondent



přímo nezmínil důsledky užívání na vlastní zdraví. Z rozhovorů však plyne mnoho důsledků.

Jedním z nejpatrnějších je hormonální nerovnováha, která byla znát ze samotného pozorování jedince. Tato nerovnováha je způsobena hormonálním účinkem nelegálních anabolik. Ten může způsobit absolutní výkyvy nálad, které se projevují od naprosté apatie až po nepřiměřenou agresi.

Dva ze sedmi uživatelů si při injekční aplikaci poškodili nervy v místě aplikace, což mělo za důsledek téměř absolutní paralyzaci poškozených nervů.

Z důvodu latence nejzávažnějších zdravotních důsledků se žádné takové v aktuální době u respondentů neprojevují, ačkoliv nejsou do budoucna vyloučeny.

Všichni respondenti vykazují zkreslený vhléd vlastního vzhledu. Ten často vede k vyvolávání negativních emocí, které rapidně ovlivňují celkovou kvalitu života, tudíž i výkonu služby. To se projevuje zejména sníženou koncentrací a tím pádem nižším pracovním výkonem.

Za snížením pracovního výkonu stojí též nelátková závislost na posilování. Například příslušníci vězeňské služby na nočních směnách často posilují místo toho, aby se věnovali výkonu svého povolání.

Přílišná starost o svou postavu mnohdy způsobuje negativní emoce. Zejména při narušení stravovacího plánu, který není vždy udržitelný při výkonu služby. Osoba následně vykazuje známky znechucení a podráždění.

Na základě etických kodexů by mělo být užívání nelegálních látek pro příslušníky ozbrojených bezpečnostních sborů zapovězeno.<sup>50</sup> Všichni respondenti se shodli na tom, že užívání nelegálních anabolik je pro výkon jejich služby prospěšné a neshledávají v něm nebezpečí. Častokrát však bylo zmíněno neúměrné použití síly při zásahu, a tím došlo k nepřiměřenému zákroku. Lze to přisoudit hormonální povaze nelegálních anabolik, které dokážou razantním způsobem zvýšit agresi u jedince.

Dva ze sedmi uživatelů nelegálních anabolik přeprodávají tyto látky. Jedná se o častý jev, který doprovází samotné užívání a je konán ve vidině zisku. Samozřejmě jde o naprosto vyloučené jednání příslušníka ozbrojeného bezpečnostního sboru. Na otázku, zdali se nebojí postihu, bylo odpovědí ne. Dle

---

<sup>50</sup> Etický kodex Policie České republiky. [online]. [cit. 11.1.2022]. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/eticky-kodex-policie-ceske-republiky.aspx>.

jejich názoru nečiní nic špatného. Je nutné podotknout, že prodávané množství není velké a prodej probíhá pouze mezi známými.

### **Životní styl osob vykazujících symptomy muskulární dysmorfie a jeho vliv na povolání příslušníka ozbrojeného bezpečnostního sboru**

Z celkového životního stylu bigorektiků nemusí plynout vždy jen negativa. Všichni respondenti přivedli nejednoho kolegu či kamaráda na dráhu posilování. Celková fyzická zdatnost a výkonnost poté působí dobře na daný útvar. Respondenti často zmiňovali katastrofální fyzickou kondici svých kolegů, jenž má dle nich negativní dopad na celkový sbor. Ten poté působí v očích občana neakceschopný. Respondenti zmiňují, že tento problém pramení z podstavu, zejména poté u Policie České republiky. Tudíž zvyšovat fyzické požadavky na příslušníky je aktuálně nemožné.

Svalnatá postava často přináší velké sebevědomí a pocit nezranitelnosti. Ten by se dal označit jako žádoucí u příslušníků ozbrojených bezpečnostních sborů. Respondenti sami potvrzují, že velká mohutná postava jim poskytuje bezpochybně velkou výhodu při výkonu služby.

### **Návrhy respondentů na zlepšení fyzické zdatnosti ostatních příslušníků**

Respondenti se jednohlasně shodli, že je třeba vyřešit personální nedostatky u ozbrojených bezpečnostních sborů. Poté by se mohly zvyšovat fyzické nároky na příslušníky. Respondenti by se nebránili pravidelné a povinné zkoušce fyzické zdatnosti. Za její nesplnění by hrozili kázeňské tresty.

### **Souhrn**

Na základě rozhovorů shledávám, že důsledky bigorexie dokážou omezit řádný a důsledný výkon povolání příslušníka ozbrojeného bezpečnostního sboru. Ačkoliv respondenti takové omezení vylučují a svalovou dysmorfickou poruchu nepovažují za nebezpečnou. Svou činnost, spojenou s posilováním, označují za kladnou a prospěšnou pro výkon povolání. Negativně není vnímáno ani užívání a prodávání nelegálních anabolik, i když jde proti etickým kodexům. Respondenti naopak shledávají v užívání nelegálních anabolik pozitiva. Negativa jsou dle nich

eliminována vhodným užíváním. Z rozhovorů je patrné, že záporné účinky se při užívání vyskytují. Negativa jsou dle mého názoru přehlížena z důvodu, že pozitiva se jeví respondentům větší.

Respondenti, díky své mohutné postavě a velké síle, mají jednoznačnou výhodu při výkonu svého povolání. Mohutná postava zvedá sebevědomí, kterým respondenti disponují. Při rozhovorech musím shledat, že respekt k takto vypracovanému příslušníkovi může pozitivně ovlivnit chování občanů jednajících s policistou a osoby, proti nimž je veden zákrok. Příslušníci mají tendence rozšiřovat zájem o posilování, což shledávám jako klad.

## 7. Míra dostupnosti nelegálních anabolik a ostatních dopingových látek v ČR

Experimentem je ověřena míra dostupnosti a možnost získání nelegálních anabolik. Pokus jsem vykonal já, jakožto patnáctiletý chlapec, co se snaží získat nelegální anabolika. Cílem je poukázat na dostupnost a možnost pořízení nelegálních anabolik a míru zabezpečení proti nákupu nezletilými.

Internetové e-shopy jsou kromě prvního anonymizovány. Účelem práce je poukázat na dostupnost a možnost pořízení nelegálních anabolik, a ne na konkrétní místa, kde je lze pořídit. **První e-shop byl Policií ČR zrušen, pár měsíců po nákupu.**

Dokázal jsem během necelých pěti minut objevit první internetové e-shopy s nelegálními anaboliky. Po výběru konkrétních látek, které byly přidány do virtuálního košíku, přichází klasické vyplňování údajů. Ve formuláři nebyla uvedena limitace věku kupujícího. Po tomto úkonu se objeví způsoby platby. Většina e-shopů má možnost platby na dobírku, který byl mnou preferován.

### Harmonogram nákupů nelegálních látek z internetových e-shopů

- I. První nákup proběhl dne 20.3.2021 z internetového e-shopu *imperussarms.eu*. Objednané zboží činilo dvakrát Cardarine devadesát tablet a dvakrát Ostarine devadesát tablet. Celková cena byla pět tisíc sedm set padesát korun českých, včetně dopravy. Suma byla snížena o slevový kód BURSA10%. Ochranu proti nákupu nezletilými představovalo upozornění u každých jednotlivých látek. Zboží přišlo 24.3.2021 zcela v pořádku. Součástí balíčku byla také podepsaná kartička profesionálního kulturisty Aleše Bursy. **Tento internetový e-shop je momentálně**

## nedostupný, jelikož policie ČR zahájila úkony v trestním řízení proti provozovatelům.<sup>51</sup>

The screenshot shows the homepage of the website 'Imperus Sarms - Prodej SARMs'. The page features a navigation menu on the left with categories like 'Testosteron Booster', 'Ibutamoren - MK 677', 'Ostarine - MK 2866', 'Ligandrol - LGD 4033', 'Cardarine - GW 501516', 'Testolone - RAD 140', and 'YK11'. The main content area is titled 'O Imperus Sarms - Prodej SARMs' and contains text in English and Czech describing the company's mission to provide high-quality SARMs at great prices. A logo with 'IS' inside a laurel wreath is prominently displayed. The website also mentions 'Online payments and delivery to your door' and 'QR Payments'.

Prodejci s nelegálními látkami zakrývají jejich skutečné využití pod záštitou vědeckých nebo sběratelských účinků.

Popisky konkrétních látek však naznačují opravdový účel užívání, jak je vidno na screenshotu.

The screenshot shows the product page for 'YK11 SARM prodej za skvělou cenu'. The page includes a 'Proč YK 11?' section with a list of bullet points explaining the benefits and safety of the product. The text is in Czech. The product is described as a hybrid between a Sarm and a Steroid, with a structure similar to dihydrotestosterone. It is noted that YK 11 has a beneficial effect on muscle growth and strength, and is safe for use. The page also includes a 'Dávkování:' (Dosing) section with instructions on how to use the product.

<sup>51</sup> Za nedovolený prodej anabolik hrozí obviněným až osmileté vězení. [online]. [cit. 15.1.2022]. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/sprava-hl-m-prahy-zpravodajstvi-za-nedovoleny-prodej-anabolik-hrozi-obvinenym-az-osmiletvezeni.aspx>

- II. Druhý nákup proběhl dne 2.12.2021. z internetového e-shopu. Zde byly objednány anabolické steroidy testosteron mix 250/10 ml od značky Balkanpharma, stabozolol 20mg sto tablet od značky Takeda pharma a clenbuteroll 10mg dvě stě tablet od značky LApharma. Celková cena nákupu činila čtyři tisíce osm set korun českých, včetně dopravy. Ochrana proti nákupu nezletilými není na tomto e-shopu žádná. Zboží přišlo 10.2.2021. Místo clenbuteroli od značky LApharma přišel albuterol od značky Swiss pharma.
- III. Třetí nákup proběhl dne 3.1.2022 z e-shopu. Objednané zboží bylo Halo 25mg šedesát tablet od značky Brown Nutrition, 11-andro 100 mg devadesát kapslí od značky Brown Nutrition. Celková cena nákupu byla dva tisíce devět set devadesát devět korun českých, včetně dopravy. Ochrana proti nákupu nezletilými není žádná. Zboží přišlo 7.1.2022 zcela v pořádku.

### **Souhrn**

Dostupnost nelegálních anabolik se jeví, na základě vykonaného experimentu, jako velice snadná. Zejména nulová ochrana proti nákupu nezletilými činí enormní riziko. Jediným ochranným prvkem jsou varování před negativními účinky daných látek. E-shopy byly vyhledány přes internetový prohlížeč Internet-Explorer.

## Závěr

Na základě získaných poznatků a studia odborné literatury lze označit bigorexii jako takzvaný nový druh závislosti, při kterém dochází ke zkreslení vzhledu vlastního vzhledu. Jedinec nabývá pocitu, že jeho tělo je malé a nedostatečně svalnaté, přitom má normálně vypadající postavu nebo dokonce velice svalnatou. Další symptomy vyplývají ze snahy změnit vzhled vlastní postavy. Patří mezi ně nelátková závislost na posilování, držení razantních diet, časté prohlížení svého těla, porovnávání s ostatními, časté negativní emoce vyvolané pohledem na vlastní postavu a v mnoha případech vznik látkové závislosti na nelegálních anabolikách, popřípadě na omamných a psychotropních látkách tlumící úzkostné stavy.

Závažnost zdravotních a sociálně-ekonomických důsledků závisí zejména na tom, zdali bigorektik užije nelegální anabolika nebo ne. V případě, že ke zneužívání těchto anabolik nedochází, důsledky se nejeví tak závažné jako v případě jejich užití.

Obecně osobám vykazující symptomy bigorexie hrozí časté zranění a pocity úplného vyčerpání plynoucí z častého přetrénování. Následky razantních diet a psychické potíže, jenž pocházejí z nespokojenosti se svým tělem, mohou vést až k depresím.

Uživatelům nelegálních anabolik hrozí důsledky, které vyplývají z povahy a toxicity nelegálních anabolik. V oblasti poškození zdraví se jedná o záněty způsobené častou aplikací, zvýšení krevního tlaku, hormonální nerovnováha, nádorová onemocnění a zvětšování orgánů. Sociální důsledky ovlivňují hormonální účinky nelegálních anabolik, které dokážou razantním způsobem zvýšit agresi a jiné enormní výkyvy nálad, stejně jako permanentní touhu po sexu. Existuje i riziko vzniku látkové závislosti na těchto látkách.

Ze získaných poznatků se jeví velmi obtížné do jisté míry bigorexii identifikovat. Tzv. Adonisův komplex, který tuto poruchu charakterizuje nebyl v rámci České republiky oficiálně diagnostikován. Další překážkou ve vymezení této poruchy je zařazení v desátém vydání Mezinárodní klasifikace nemocí jakožto netradičně specifické poruchy příjmu potravy (*F-50.9*). Samotné potíže při diagnóze způsobuje existence tenkého ledu mezi bigorexií a zdravým životním

stylem. Osoba trpící svalovou dysmorfickou poruchou, též jako její okolí, si myslí, že žije zdravým životním stylem. Tudíž není nikdo, kdo by na rizikové jednání upozornil. Často spíše dochází k podpoře v daném jednání. Tento faktor komplikuje i možné jedincovo odborné léčení. Hlavním rozdílem mezi obrácenou anorexií a zdravým životním stylem je důvod jednání. Bigorektikovi nejde ve skutečnosti o zdraví, ale o mohutnou a svalnatou postavu. Svalová dysmorfická porucha se tímto faktem odlišuje od ostatních poruch příjmu potravy. Například u anorexie jsme schopni většinou jednoznačně detekovat, že se nejedná o zdravý životní styl.

Kazuistikami osob pana X, K a P jsou zvýrazněny hlavní rizika a důsledky bigorexie v praktickém podání. Hlavním rizikem je nevědomí o této poruše, a to i v okruhu fitness komunity. Další nebezpečí se skrývá v obtížné diagnóze a z ní plynoucí potíže s léčbou. V mnoha případech dochází k utlumení symptomů svalové dysmorfické poruchy až důležitou životní událostí - narození dítěte, nový vztah, nehoda atd.

Kazuistiky nám dále poukazují, do jakých extrémů jsou osoby vykazující symptomy bigorexie schopni zajít, aby dosáhli mohutnější a svalnatější postavy. Popisem přípravy pana P na kulturistické závody dospíváme ke zjištění, jak moc nebezpečná je samotná příprava a procesy v ní konané. Dalo by se hovořit o dobrovolném sebepoškozování. Tělo vystavujeme nebezpečným stavům, při kterých může dojít až k úmrtí.

Na základě podkladů získaných ze standardizovaných a nestandardizovaných rozhovorů s příslušníky ozbrojených bezpečnostních sborů a implementací zdravotně-sociálních důsledků, lze dospět k závěru, že symptomy bigorexie negativně ovlivňují výkon těchto povolání. Největším negativem se zdá být častá únava způsobena množstvím tréninkových jednotek a z únavy plynoucí důsledky. Dalším záporem je porušení kodexu těchto sborů z důvodu užívání a prodeje nelegálních anabolik. Z povahy zakázaných látek plynou další negativa jako zvýšená agrese vedoucí k nepřiměřenému zákroku nebo výkyvy nálad.

Přesto lze nalézt i pozitiva pro výkon povolání příslušníka ozbrojeného bezpečnostního sboru. Tyto klady vychází z mohutné postavy a velké síly. Respondenti sami přisuzují svalnaté postavě velké výhody pro výkon služby. Respondenti navíc mají tendence k rozšiřování zájmu o posilování mezi své



kolegy, které zároveň svými svalovými přírůstky motivují. Zmíněna byla také špatná fyzická kondice některých kolegů, která dokáže negativně působit na celý sbor, a to zejména v očích občanů.

Získanými odbornými poznatky a studiem kazuistik byly porovnány látkové závislosti na nelegálních anabolikách a omamných a psychotropních látkách. Největšími odlišnostmi je působení dané látky, riziko vzniku závislosti, které je u omamných a psychotropních látek násobně větší, a dopady na uživatele, které jsou u těchto látek mnohem závažnější. Uživatelé nelegálních anabolik nevykazují negativní dopady užívání. V mnoha případech jsou označovány za sportovní idoly. Nejzávažnější zdravotní důsledky jsou latentní a projevují se až mnoho let po skončení užívání. Na základě těchto skutečností volí Policie ČR strategii v oblasti prevence užívání nelegálních látek.

Experimentem byla zjišťována míra dostupnosti a možnost získání nelegálních anabolik na českém internetu. Vypravovatel práce, jakožto fiktivní postava nezletilého chlapce si dokázala během deseti minut objednat několik nelegálních anabolik přes normální internetový prohlížeč, bez využití „*dark webu*“. Objednané látky skutečně přišly, a to ze všech tří e-shopů. Vzhledem ke studiu účinků nelegálních anabolik na dospívající, lze shledat riziko zneužití jako největší nebezpečí bigorexie. Nelegální anabolika mají bezpochyby na dospívající a jejich vývoj enormně negativní vliv. Snadná dostupnost pouze potvrzuje to, že představují ohromné riziko.

Jedná se o nový druh závislosti, který značně frekventuje v komunitě fitness.

# POUŽITÁ LITERATURA A PRAMENY

## Monografie

1. American Psychiatric Association. DMS-5. Washington, DC, London, England: American psychiatric publishing. 2013. ISBN 978-0-89042-554-1.
2. BACHNOVÁ, Veronika. Explorácia rizikových faktorov vedúcich k excesívnemu cvičeniu u mužov vo fitness centrách. Brno, 2012. Bakalársá práce. Masarykova univerzita. Vedoucí práce Mgr. Stanislav Ježek, Ph.D.
3. ČIHÁK, Radomír, GRIM, Miloš. Anatomie. 2. upr. a dopl. vydání. Praha: Grada Publishing, 2002. ISBN 80-247-0143-X.
4. ČÍRTKOVÁ, Ludmila. Policejní psychologie. 2. vydání Plzeň: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk, s.r.o. 2015. ISBN 978-80-7380-581-4.
5. HOSÁK, Ladislav, HRDLIČKA, Michal. Psychiatrie a pedopsychiatrie. 1. vydání. Praha: Karolinum. 2015. ISBN 9788024629988.
6. KITTNAR, Otomar, et al. Lékařská fyziologie. 1. vydání. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-3068-4.
7. MAŘÍKOVÁ, Hana, PETRUSEK, Miloslav, VODÁTKOVÁ, Alena. Velký sociologický slovník. 1.. vyd. Praha: Karolinum, 1996. ISBN 80-7184164-1.
8. NEKOLA, Jaroslav. Sport a doping. 1. vydání. Velké Přílepy: Olympia, 2018. ISBN 9788073765392.
9. NEŠPOR, Karel. Návykové chování a závislost - Současné poznatky a perspektivy léčby. Praha: Portál, 2018. 978-80-262-1357-4.
10. RUDD, M. David. Brief Cognitive Behavioral Therapy (BCBT) for Suicidality in Military Populations. Military Psychology, ISSN 0899-5605.
11. ROUBÍK, Lukáš. Příprava na soutěž v kulturistice od A do Z. Praha: Grafixon, 2012. ISBN 978-80-904780-2-2.

12. SMOLÍK, Petr. Duševní a behaviorální poruchy: průvodce klasifikací: nástin nozologie: diagnostika. 2 vydání. Praha: Maxdorf, 1997. ISBN 80-859-1218- X.
13. Světový antidopingový kodex. 1. vydání. Praha: Český olympijský výbor, 2003. ISBN 80-239-5988-3.

### **Časopisecké články**

1. CHOI, P. Y. L., POPE, H. G., Jr., OLIVARDIA, R.: 2002, Muscle dysmorphia: a new syndrome in weightlifters. British Journal of Sports Medicine.
2. LANTZ, C. D., RHEA, D.J., CORNELIUS, A. E.: 2002. Muscle dysmorphia in elite-level power lifters and bodybuilders: a test of differences within a conceptual model. Journal of strength and Conditioning Research.
3. LEONE, J.E., Sedory, E.J., and Kimberly, A.G. (2005). Recognition and treatment of muscle dysmorphia and related body image disorders. Journal of Athletic Trainer.
4. POPE, H. G., Jr., GRUBER, A.J., MANGWETH, B., BUREAU, B., deCol, C., JOUVENT, R. et al.: 2000, Body image perception among men in three countries, American Journal of Psychiatry.

### **Zákonná úprava**

1. Zákon č. 40/2009 sb., Trestní zákoník. [online]. [cit. 21.11.2021]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2009-40>
2. Nařízení vlády č. 454/2009 Sb., Nařízení vlády, kterým se pro účely trestního zákoníku stanoví, co se považuje za látky s anabolickým a jiným hormonálním účinkem a jaké je jejich větší množství, a co se pro účely trestního zákoníku považuje za metodu spočívající ve zvyšování přenosu kyslíku v lidském organismu a za jiné metody s dopingovým účinkem. [online]. [cit. 22.11.2021]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2009-454>

### **Webové stránky a elektronické zdroje**

1. Antidopingový výbor ČR. Cíle a funkce. [online]. [cit. 2.2.2022]. Dostupné z: <https://www.antidoping.cz/>

2. BELOV, Valera, I had bigorexia, and it's much more damaging than you could ever imagine, [online]. [cit. 10.12.2021] Dostupné z: <https://www.independent.co.uk/voices/i-had-bigorexia-and-its-much-more-damaging-than-you-could-ever-imagine-10512633.html>.
3. BOROVNÍKOVÁ, Marie. Nedosažitelný ideál. [online]. [cit. 18.11.2021]. Dostupné z: <https://patalie.cz/milenialum-se-libi-vypadaji-kosmeticke-znacky/>
4. CAHA, Jan. Sport versus doping. [online]. [cit. 4.12.2021]. Dostupné z <https://aktin.cz/1252-sport-versus-doping>
5. Citační manažer pro vytváření, správu, export a sdílení citací, Citace.cz: Citace [online]. [cit. 4.3.2022]. Dostupné z: <https://www.citace.com/>
6. E-shop s nelegálními anaboliky. [online]. [cit. 21.1.2022]. Dostupné z: <https://www.anabolic-house.net/>
7. Etický kodex Policie České republiky. [online]. [cit. 11.1.2022]. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/eticky-kodex-policie-ceske-republiky.aspx>.
8. HAMPÁL, Robert. Náctiletí a steroidy. [online]. [cit. 21.11.2021]. Dostupné z: <https://www.kulturistika.com/mladez-a-steroidy>
9. KIBLER, Matthew. What are the differences between SARMS and anabolic steroids? [online]. [cit. 21.11.2021]. Dostupné z: <https://www.quora.com/What-are-the-differences-between-SARMS-and-anabolic-steroids>
10. LASKOT, Petr, Steroidy: Neplodnost nebo deprese. Stojí to za pár minut slávy? [online]. [cit. 7.12.2021]. Dostupné z: <https://aktin.cz/steroidy-neplodnost-nebo-deprese-stoji-to-za-par-minut-slavy>
11. LASKOT, Petr, Rakovina a zničená játra. Jaké jsou další vedlejší účinky steroidů? [online]. [cit. 7.12.2021]. Dostupné z: <https://aktin.cz/rakovina-a-znicena-jatra-jake-jsou-dalsi-vedlejsi-ucinky-steroidu>
12. MARKVART, Matěj. Testosteron v těle kulturisty. [online]. [cit. 3.12.2021]. Dostupné z: <http://www.aktin.cz/clanek/1877-testosteron-v-tele-kulturisty>
13. Mezinárodní klasifikace nemocí 10. Netradičně specifické poruchy příjmu potravy. [online]. [cit. 22.11.2021]. Dostupné z: <https://mkn10.uzis.cz/prohlizec/F50.9>

14. Mezinárodní klasifikace nemocí 10. Kritéria diagnózy závislosti. [online]. [cit. 22.11.2021]. Dostupné z: <https://mkn10.uzis.cz/prohlizec/F10-F19>
15. Mezinárodní klasifikace nemocí 11. Tělesné dysmorfické poruchy. [online]. [cit. 3.2.2022]. Dostupné z: <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http://id.who.int/icd/entity/731724655/mms/unspecified>
16. MOJŽÍŠ, Radek, Bigorexie: rizikové skupiny. [online]. [cit. 2.12.2021]. Dostupné z <https://patalie.cz/bigorexie-zavislost-posilovne-ktere-senemluvi/>
17. MOJŽÍŠ, Radek, Bigorexie: závislost na posilovně, o které se nemluví. [online]. [cit. 2.12.2021]. Dostupné z <https://patalie.cz/bigorexie-zavislost-posilovne-ktere-senemluvi/>
18. *MuscleMemory - The Internet Bodybuilding Database*. [online] [cit. 2.2.2022]. Dostupné z: <http://www.musclememory.com>
19. NECHANSKÁ, Blanka. Péče o pacienty s poruchami příjmu potravy v ČR v letech 2011–2017. [online]. [cit. 23.1.2022]. Dostupné z: [https://www.uzis.cz/sites/default/files/knihovna/ai\\_2018\\_08\\_poruchy\\_prijmu\\_potravy\\_2011az2017.pdf](https://www.uzis.cz/sites/default/files/knihovna/ai_2018_08_poruchy_prijmu_potravy_2011az2017.pdf)
20. Operace „tovaryš“. [online]. [cit. 16.1.2022]. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/operace-tovarys.aspx>
21. Operace MEDIC. [online]. [cit. 15.1.2022]. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/operace-medic-celnici-a-policiste.aspx>
22. OSBORNE, Samuel. What causes disorder? [online]. [cit. 18.11.2021]. Dostupné z: <https://www.independent.co.uk/life-style/health-and-families/health-news/bigorexia-what-muscle-dysmorphia-and-how-many-people-does-it-affect-10511964.html>
23. Kulturista napěchoval žíly i byt anaboliky: Dostal podmínku a vyhazov od policie. [online]. [cit. 20.2.2022]. Dostupné z: <https://www.msn.com/cs-cz/zpravy/other/kulturista-nap%C4%9Bchoval-%C5%BE%C3%ADly-i-byt-anaboliky-dostal-podm%C3%ADnku-a-vyhazov-od-policie/ar-AAL6JuX?li=BBOoPmi>
24. Příprava MKN-11. [online]. [cit. 22.11.2021]. Dostupné z: <https://www.uzis.cz/index.php?pg=registry-sber-dat--klasifikace--mezinarodni-klasifikace-nemoci#mkn11>

25. Screenshot-popis látky YK-11. [online]. [cit. 21.1.2021]. Dostupné z:  
<https://www.sarms.eu/yk11/>
26. Světová antidopingová agentura (WADA). Světový antidopingový kodex 2021. [online]. [cit. 3.1.2022]. Dostupné z:  
<https://www.antidoping.cz/cs/svetovy-antidopingovy-kodex>
27. SZOTKOWSKA, Jana. Adonisův komplex, obrácená anorexie – příznaky, projevy, symptomy. [online]. [cit. 2.1.2022]. Dostupné z:  
<https://www.priznaky-projevy.cz/psychiatrie-sexuologie/1156-adonisuv-komplex-obracena-anorexie-priznaky-projevy-symptomy>
28. Šest otázek. [online]. [cit. 17.11.2021]. Dostupné z:  
<https://managementmania.com/cs/sest-otazek>
29. ŠTEFÁNEK, Jiří. Medicína, nemoci, studium na 1. LF UK [online]. [cit. 12.2.2022]. Dostupné z: <<https://www.stefajir.cz/index.php?q=absces>>.
30. ŠTĚRBA, Martin. Vybrané kapitoly z farmakologie – přednášky/semináře : Diuretika [online]. [cit. 3.2.2022]. Dostupné z  
<[https://www.lfhk.cuni.cz/farmakol/predn/cz/2008/2008-diuretika\\_web.ppt/](https://www.lfhk.cuni.cz/farmakol/predn/cz/2008/2008-diuretika_web.ppt/)>.
31. VACEK, Pavel. Život po steroidech. [online]. [cit. 9.12.2021]. Dostupné z:  
<https://www.extrifit.cz/cs/blog/clanok/zivot-po-steroidech>
32. VAŠÁKOVÁ, Martina, Pozor na přetrénování! [online]. [cit. 9.12.2021].  
Dostupné z <https://aktin.cz/pozor-na-pretrenovan>
33. Výroční zpráva NPC za rok 2019. [online]. [cit. 12.1.2022]. Dostupné z:  
<https://www.policie.cz/clanek/vyrocní-zprava-npc-za-rok-2019.aspx>
34. Výroční zpráva NPC za rok 2020. [online]. [cit. 12.1.2022]. Dostupné z:  
<https://www.policie.cz/clanek/vyrocní-zprava-npc-za-rok-2020.aspx>
35. World Health Organization. Health topics. [online]. [cit. 19.1.2022].  
Dostupné z: <https://www.euro.who.int/en/health-topics>
36. Za nedovolený prodej anabolik hrozí obviněným až osmileté vězení. [online]. [cit. 15.1.2022]. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/sprava-hl-m-prahy-zpravodajstvi-za-nedovoleny-prodej-anabolik-hrozi-obvinenym-az-osmilete-vezeni.aspx>
37. Zdravý životní styl. [online]. [cit. 19.1.2022]. Dostupné z:  
<https://www.ikem.cz/cs/zdravy-zivotni-styl/a-3367/>

## Přílohy

1. [Mikulcová: Bez dopingu to nejde, kulturistika není obět'. Jsem spokojená, jak vypadám - Aktuálně.cz \(aktualne.cz\)](https://video.aktualne.cz/dvtv/mikulcova-bez-dopingu-to-nejde-kulturistika-neni-obet-jsem-s/r~8edfd770c52411eaa7deac1f6b220ee8/)  
(<https://video.aktualne.cz/dvtv/mikulcova-bez-dopingu-to-nejde-kulturistika-neni-obet-jsem-s/r~8edfd770c52411eaa7deac1f6b220ee8/>)
2.  [\(39\) Vít Šimbovský - YouTube](https://www.youtube.com/channel/UCI9G42Ru8vcmoMa6l43o1MQ)  
(<https://www.youtube.com/channel/UCI9G42Ru8vcmoMa6l43o1MQ>)
3.  [\(41\) TEST STEROIDŮ Z ČERNÉHO TRHU! - YouTube](https://www.youtube.com/watch?v=eTwDAk1hC0E)  
(<https://www.youtube.com/watch?v=eTwDAk1hC0E>)
4.  [Watch Bigorexia | Prime Video \(amazon.com\)](https://www.amazon.com/Bigorexia-Zac-Aynsley/dp/B08JT7CP11)  
(<https://www.amazon.com/Bigorexia-Zac-Aynsley/dp/B08JT7CP11>)