

Doping fürs Gehirn

Die Konzentration stärken, länger wachbleiben wollen? Dort, wo Kaffee, Tee oder andere Mittel nicht mehr weiterhelfen, greift der eine oder andere zu leistungssteigernden Pillen – mit den entsprechenden Gefahren ...

Die Konzentration lässt nach und der Tag scheint viel zu wenige Stunden zu haben: So geht es Studenten oftmals vor Prüfungen, Arbeitnehmern, Managern und all denjenigen, die den Eindruck haben, ihre zu bewältigenden Aufgaben nicht schaffen zu können. Der eine oder die andere greift dann auf ein altbewährtes Mittel zurück: jede Menge Kaffee, denn der hält wach. Manchen reicht das aber nicht: Sie wollen ihre mentale Leistungskraft mit Medikamenten steigern, sie betreiben „**Hirndoping**“. An der Johannes Gutenberg-Universität in Mainz wurde im Jahr 2013 eine Studie zu diesem Thema veröffentlicht. Professor Klaus Lieb, Direktor der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Mainzer Universität, erklärt, was unter Hirndoping zu verstehen ist und zu welchem Ergebnis man kam:

„**Hirndoping** ist die Einnahme von psychoaktiven Substanzen, also Substanzen, die ‘ne Wirkung aufs Gehirn haben und die mit dem Ziel der Leistungssteigerung eingenommen werden. Wobei die Substanzen, die eingenommen werden, nicht **frei erhältlich** sind. Koffeintabletten, **Amphetamine**, **Ritalin** und so weiter haben etwa 20 Prozent der Studierenden mindestens einmal im Jahr eingenommen, um ihre Leistung zu verbessern.“

Für die Studie haben etwa 2500 Studentinnen und Studenten verschiedener Fakultäten Auskunft darüber gegeben, ob und wie oft sie hirnstimulierende Mittel konsumieren. Das Ergebnis war, dass mehr als 500 Studierende verschiedene **Stimulanzien**, also Mittel zur Leistungssteigerung, eingenommen hatten. Dazu gehörten Tabletten mit dem Wirkstoff Koffein sowie **Amphetamine**. Anders als Koffein sind das Drogen, die zwar auch eine aufputschende oder berauschende Wirkung haben. Aber sie gehören zu den Substanzen, die nicht **frei erhältlich** sind. Es handelt sich um Substanzen, die entweder gar nicht legal gekauft werden können oder vom Arzt verordnet werden müssen, also **rezeptpflichtig** sind. Dazu gehört auch **Ritalin**. Das Arzneimittel, das in Deutschland unter seinem Handelsnamen bekannt ist, sorgt im Körper für ein Glücksgefühl und wird bei bestimmten Krankheiten verordnet. Stephan Schleim, Professor für Neurophilosophie an der Universität München, weist darauf hin, wie wichtig es ist, dass bestimmte Stimulanzien nicht einfach ohne ärztlichen Rat eingenommen werden:

„Bei den **Stimulanzien**, die ja eben rezeptpflichtige Medikamente sind, teilweise auch unter das **Betäubungsmittelgesetz** fallen, ist eben auch sehr wichtig, dass man da ‘ne ärztliche Kontrolle hat, ob man nicht bestimmte **individuelle Risikofaktoren** hat, die

dann wirklich fast sogar bis zu 'ner lebensbedrohlichen Situation führen können, wenn man dann diese Medikamente nimmt.“

Im **Betäubungsmittelgesetz** sind bestimmte Mittel aufgeführt, die eine betäubende Wirkung auf den Organismus haben und verboten beziehungsweise rezeptpflichtig sind. Wer das eine oder andere dieser Mittel konsumiert, schadet nicht nur seiner Gesundheit. Es kann sogar lebensbedrohlich sein. Denn jeder menschliche Organismus reagiert anders auf Medikamente, es gibt **individuelle Risikofaktoren**. Die Nebenwirkungen von Stimulanzien sind aber nicht nur körperlicher Natur, sagt Tim Pfeiffer-Gerschel, Diplompsychologe am Institut für Therapieforschung in München:

„Die unmittelbarste Nebenwirkung ist die Erfahrung, die diese Menschen machen, dass zum einen es durchaus 'ne **Diskrepanz** gibt zwischen der selbst wahrgenommenen Leistungsfähigkeit und der objektiv nachweisbaren Leistungsfähigkeit. Es gibt durchaus Untersuchungen, die darauf hindeuten, dass Personen, die jetzt psychische Stimulanzien in größerem Ausmaß konsumieren, durchaus auch dazu neigen, **sich selber zu überschätzen**.“

Laut Tim Pfeiffer-Gerschel besteht bei Menschen, die Hirndoping betreiben, ein Widerspruch, eine **Diskrepanz**, in der Wahrnehmung ihrer eigenen Leistungsfähigkeit. Sie sind der Meinung, dass sie mit den Stimulanzien mehr leisten können. Objektiv betrachtet ist das aber nicht der Fall. Sie **überschätzen sich selbst**. Zu den Risikogruppen für Hirndoping gehören nicht nur Studenten, sondern auch alle diejenigen, die sich grundsätzlich selbst unter einen Leistungsdruck setzen und die mit Stress schlecht umgehen können. Wer allerdings Stimulanzien einnimmt, muss eins wissen: Sie oder er beschreitet einen gefährlichen Weg. Denn wenn die Wirkung des leistungssteigernden Stoffs nachlässt, folgt dem Stimmungshoch meist das Stimmungstief. Dann greifen viele erneut zu Stimulanzien, um dann wieder leistungsfähig zu sein. Ein Teufelskreis.

*Autorinnen: Gudrun Heise, Beatrice Warken
Redaktion: Ingo Pickel*

Arbeitsauftrag

Recherchiert in eurer Lerngruppe, welche Rolle Doping im Studium spielt. Einen Zeitungsbeitrag zum Thema findet ihr hier: <http://bit.ly/1Ex7CvC>. Erstellt einen Bericht über eure Rechercheergebnisse.