

بدن بادآورده

- بابا ای ول! عجب هیکلی دارد این جوان! فکر کنم «بادی بیلدینگ» کار کرده.
کاشکی می‌شد من هم این شکلی بشوم! همه به من می‌گویند با یک فوت پر
می‌شوی چند متر آن طرفت! به تو هم می‌شه گفت مردا!
زمانی که این توصیف‌های زیبا از من بیشتر شد، تصمیم گرفتم بروم باشگاه
بدن سازی! اغراق نمی‌کنم، آنجا غول‌هایی بودند که رضازاده نژدانشان سبک وزن
به حساب می‌آمد. ماهیچه‌های بازوی شان اندازه کل قد من بود (یک متر و ۵۰
هستم) و حتی با هم مسابقه نمایش عضلات می‌گذاشتند. (به نظرم هر کدام به
راحتی می‌توانستند روزی یک گوسفند بخورند)

شش ماه بعد از مصرف داروهای
ناراحتی‌های گوارشی و سردردهای
پی‌دریی به سراغم آمدند. بسیار پرخاشگر
و عصبی‌تر از گذشته شده بودم.
بعد از چهار سال مصرف دارو، دچار
عارضه غیرقابل تحملی شدم. عضله‌های
سینه‌ام به شدت بزرگ شده بودند و این
سینه‌های بزرگ، ظاهر مردانه‌ام را به هم
ریخته بود. تحقیق کردم و دیدم به این
بیماری می‌گویند.

«ژینکوماستی» که مصرف داروهای
بدن سازی یکی از دلایل ابتلاء به آن
است. الان چهار سال است که دیگر
دارو نمی‌خورم، اما نمی‌دانم چرا وضع
ظاهری‌ام به شکل گذشته برنمی‌گردد.
امیدوار بودم با قطع دارو مشکلم هم
برطرف شود که متأسفانه هنوز نشده
است.

از سرزنش اطرافیان می‌ترسم، همین

عضلانی ترکردن اندامم به سفارش و با
تشویق‌های خانواده به باشگاه بدنسازی
رفتم. اندام من چندان ورزیده نبود. لاغر
و طریف بودم. به همین دلیل والدین
و برادر بزرگ‌ترم گفتند برای اینکه
تناسب اندام داشته باشم، باید وارد رشته
بدن سازی شوم.

یکشیه بدن هزارساله!

مشتاق شدم من هم به باشگاه بروم، اما
دیدن بکی از همین ورزشکاران جلوی
مطب پزشک و شنیدن داستانش، نظرم
را کاملاً تغییر داد. داستان از این قرار
بود:

هنوز ۱۷ سالم نشده بود که برای



خوددرمانی ممنوع!



همان طور که مصرف خودسرانه داروهای بدن سازی به هیچ فردی توصیه نمی شود، قطع خودسرانه و بدون مشورت با پزشک چنین داروهایی هم درست نیست. داروهای مکمل های بدن سازی اگر خودسرانه مصرف شوند، عوارضی مانند ناتوانی، ناراایی، مشکلات کبدی و کلیوی، جوش های پوستی، ریزش مو، نارساایی در دید چشم ها، سرخ شدن چهره، ناراحتی های قلبی و بیماری های روانی در پی خواهد داشت. قبل از مبتلا شدن کمی فکر کنیم. کلید سلامتی دست خودمان است.

گیج شدن مغز

در بدن زنان و مردان هورمون های جنسی جنس مخالف هم از غده فوق کلیه ترشح می شود. یعنی در بدن آقایان هورمون های زنانه استروژن و پروژسترون و در بدن خانمهای هورمون مردانه تستوسترون ترشح می شود و تعادل هورمون های زنانه و مردانه مهم است. وقتی فردی مانند مورد بالا، یک هورمون را از خارج به بدن خود می رساند، چرخه طبیعی ترشح هورمون در بدنش را مختل می کند. چنین کاری، نوعی باز خورد منفی برای بدن محسوب می شود. در نتیجه غدهای تالاموس، هیپوفیز، فوق کلیه و بیضه های بدن را دارند، سرکوب می شوند و ترشح عادی هورمون ها در بدن انجام نمی شود.

قدرت عافیت در مصیبت دیده

سردردهای گاه و بی گاه و ناراحتی های گوارشی زیبادی در این سه سال به سراغم آمدۀ‌اند. از آن بدتر اینکه خلق و خویم کاملاً به هم ریخته است. گاهی به شدت پرخاشگر و عصبی می شوم و به همه چیز واکنش نشان می دهم و گاهی منزوی و افسرده‌ام. خدایا توبه کردم. همینی که هستم خوب است. وقتی می گویند حدود ۸۰ تا ۸۷ درصد افرادی که داروهای بدن سازی مصرف می کنند، دچار این عارضه ها می شوند، مگر مغز... خورده‌ام. خودم و هر چیزی هستم را دوست دارم و برای لحظه‌ای غفلت از نعمت‌هایی که دارم و داشتم عذر می خواهم. خدایا سپاس بی کران که معجزات را هر روز نشان می کنی.

پدر و مادر و برادری که مرا برای زیباتر شدن اندام و رفتن به باشگاه تشویق کرده بودند و باعث شدند به مصرف داروی بدن سازی روی بیاورم، چهار سال است مدام سرزنشم می کنند و سرکوفت می زنند که تو پول خانواده را بیخودی هدر داده‌ای.

آن‌ها گفته‌اند دیگر برای هیچ کاری از من حمایت مالی نخواهند کرد. نمی دانم هزینه عمل ژینکوماستی چقدر است. می ترسم وضع ظاهری ام بعد از عمل بدتر شود و باز هم سرزنش شوم. چهار سال است که از خجالت به باشگاه و استخر نرفتم. جلوی کسی لباس عوض نمی کنم. مدام لباس‌های گشاد و بدقواره می پوشم. از برقراری روابط اجتماعی می ترسم. دوست ندارم با کسی هم کلام شوم. دوست ندارم دیگران ظاهر نامتناسب مرا بینند. روزبه‌روز هم گوش‌هه گیرتر از قبل می شوم.

ماجرا همچنان ادامه دارد!

هدف من از ابتدای ورود به این رشتة، داشتن عضلات و بدین بزرگ‌تر و حجمی‌تر بود. البته من اصلاً لاگر و ظریف نبودم، ولی همیشه دوست داشتم هیکلی پرتر و مردانه‌تر داشته باشم. تعدادی از دوستانم که پیش از من به باشگاه می‌رفتند یا می‌روند، دارو مصرف می‌کنند و من هم از همان اول کار، استفاده از داروها و مکمل‌های بدن سازی را شروع کردم؛ انواع مکمل‌های پروتئینی و ویتامینی، آمپول تستوسترون، نوشابه‌های انرژی‌زا، استروییدهای آنابولیک و آنتی استروژن‌های گوناگون.