

Lions Club Doetinchem



Bulletin 182

JAARGANG 21 / maart 2002

Bestuur 2001 / 2002

President	Han Meibergen
Oud President	Jan Kruit
1 ^e Vice President	Marnix Jansen Venneboer
2 ^e Vice President	Henk Drost
Secretaris	Henk Breuker
Pennigmeester	Martin Liefink

Secretariaat:

Henk Breuker,
Lebuïnusstraat 23, 7009 MV Doetinchem
Telefoon 0314 - 343056, mobiel 06 – 22376774
Fax 0314 – 354697 E-mail: Doetinchem@lions.nl
Website: www.Lions.nl/Doetinchem
Digitaal ledenboek: www.lions.nl/lolas

Bankrekening ABN-AMRO : 66.03.11.232
(Postrekening van de bank: 824200)

Bijeenkomsten

Iedere maand:

1^e woensdag 20.00 uur Vergadering
3^e woensdag 18.00 uur Taphap
5^e woensdag 18.00 uur Taphap met L.L.L.

Plaats:

**Gasterije De Heereboer, Oude Doetinchemseweg 42
Zeddam, telefoon 0314 – 651940, telefax 0314 – 652488.**

Bij verhindering **altijd** bij de secretaris afmelden: 0314–343056
Bij verhindering taphap **altijd** tussen 12.00 en 17.00 uur bij Gasterije
De Heereboer afmelden.

Voor 5^e woensdag opgave bij Gasterije De Heereboer
Tussen 12.00 en 17.00 uur.

Pres(s)praat

Februari was voor jullie president een skimaand: hij kwam net terug of hij ging alweer weg. Tussen het skiën door toch maar even geïnformeerd naar de voordracht op 6 februari van de heer Brok en de taphap op de 20-ste; beide bijeenkomsten waren volgens mijn zegsman geslaagd.

6 Maart zijn wij met onze dames uitgenodigd om het nieuwe bankgebouw van ons lid (en penningmeester!) Martin Liefink te komen bewonderen en 20 maart zal er weer een taphap zijn.

De bijeenkomst van 3 april staat in het teken van het erfrecht: Theo Kamps zal ons hierover e.e.a. vertellen.

Na mijn laatste oproep een pasfoto en een eventueel E-mailadres in te leveren, heeft niemand gereageerd. Mag ik nogmaals een beroep doen op medewerking?

Han Meibergen

Verslag van de bijeenkomst van 6 februari 2002

Een 23-tal leden kan worden verwelkomd, hetgeen neerkomt op een attendance van 59 %. De president zowel als de past president vertoeven op hoge skihoogten zodat de bijeenkomst wordt geleid door de 1^e vice-president Marnix Jansen Venneboer.

Na zijn verwelcoming van de aanwezigen geeft hij het woord aan Arnoud Brok, sportarts, die een inleiding houdt over het onderwerp "**Zin en onzin in de dopingdiscussie**".

Zeer tot genoegen van de secretaris deelt hij mee dat het niet nodig is om verslagaantekeningen te maken omdat hij de presentatie kant en klaar op papier heeft. Derhalve alleen maar even scannen en bewerken en het kan integraal worden afgedrukt in ons bulletin. Waarnaar dan ook verwezen wordt.

(Hoe actueel het onderwerp is blijkt maar weer uit de recente doping gevallen tijdens de Olympische winterspelen als uit de recente, ontluisterende afgang van de Belgische wielrenner Van der Broecke.)

Na zijn verhaal en een boeiende vragenronde wordt Arnoud Brok door de waarnemend president bedankt, niet na hem een fles geestrijk vocht (welke niet op de dopinglijst voorkomt) en een stropdas (ongetwijfeld met ster) aangeboden te hebben.

Na de pauze komen slechts weinig zaken aan de orde. Het belangrijkste was een korte discussie over onze financiële situatie. In ieder geval werd

duidelijk wat er nu werkelijk bedoeld wordt met de begrippen activiteiten- en fundraisingfonds. Het is derhalve goed dat dit voor de toekomst duidelijk vastgelegd wordt. (Het bestuur heeft hier inmiddels over vergaderd en zal binnenkort met uitgewerkte voorstellen hierover komen.)

Ruim voor de klok van 22.00 uur kan Marnix de vergadering besluiten, niet na meegedeeld te hebben dat de volgende bijeenkomst zal zijn in het Fortisbankgebouw in Doetinchem, waarbij ook de dames van harte welkom zijn.

HB.

ZIN EN ONZIN IN DE DOPINGDISCUSSIE.

door

A.G.M.F. Brok, sportarts

Inleiding.

Doping is in 1998 niet uit de media weg te branden geweest. Eerst waren er de berichten over massaal dopinggebruik in de toenmalige Oostbloklanden, daarna werd de Chinese zwemster Yuan door de Australische douane met 13 ampullen groeihormoon in haar koffer betrapt, vervolgens bekende oud-wielrenner Eddy Planckaert, ooit winnaar van de Ronde van Vlaanderen en Parijs-Roubaix, dat hij regelmatig het middel EPO had gebruikt en er was de tragicomedie rond de Canadese snowboarder, die zijn gouden medaille, in Nagano behaald, wegens het gebruik van marihuana zou moeten inleveren. Dat laatste ging niet door, terecht overigens, want van enige prestatieverhogende werking van marihuana is niets bekend. Maar de climax kwam in de Tour de France na de ontdekking van verboden middelen, waaronder EPQ, in de auto van de verzorger van Festina. Deze Tour zal als de "Tour de Dopage" de boeken ingaan, ondanks het feit dat merkwaardig genoeg geen enkele renner positief werd bevonden. Er kwamen veel reacties, vooral emotionele en soms rationele. Tot de laatste behoorden de suggesties van IOC voorzitter Samaranch en UCI voorzitter Verbrugge om eens na te gaan of het aantal middelen op de dopinglijst niet drastisch kon worden beperkt. Vooral Verbrugge benadrukte dat het dopingprobleem in feite onoplosbaar is, omdat de

regelgever altijd achter de feiten aan zal blijven lopen. Hij was er een voorstander van om slechts die middelen te verbieden die de gezondheid van de sportmensen zouden kunnen aantasten. Kortom, de DOKTER zou de plaats moeten gaan innemen van de FARMACOLOOG en de JURIST, een opvatting die aantal sportartsen al jarenlang heeft bepleit, al was het alleen maar omdat van sportmensen een farmacologische kennis werd vereist, welke in gemoede niet was op te brengen.

Heeft doping een prestatiebevorderend effect?

Wanneer het over doping gaat, doen de meest fantastische verhalen de ronde, maar er kunnen bij die verhalen de nodige vraagtekens worden gezet. De eerste en belangrijkste vraag is of een verboden middel inderdaad prestatieverhogend werkt, de tweede is of het een bedreiging voor de gezondheid vormt en de derde is of de situatie in de sportwereld zo langzamerhand niet dermate ziekmakend is geworden dat sportmensen in grote verleiding worden gebracht om prestatieverhogende middelen te gaan gebruiken. Ik zal proberen hierop een antwoord te formuleren.

Het effect van doping is zeer betrekkelijk. Kuipers, hoogleraar bewegingswetenschappen in Maastricht, heeft steeds betoogd dat **aanleg** en **training** essentieel zijn voor het leveren van topprestaties. Doping heeft in zijn ogen slechts een **marginaal** effect. Het is een zinvolle conclusie, die ik volledig kan onderschrijven. Sterker nog, van een aantal op de dopinglijst staande middelen, zoals de sympathicomimetica, is nimmer enige stimulerende werking van betekenis aangetroffen.

Er zijn echter ook middelen die wel effect hebben. Dat geldt in het bijzonder voor de anabole steroïden. Bij vrouwen en explosieve (kracht)sporten is het effect van anabolica meetbaar groot. Het grote succes van de DDR sporters bijvoorbeeld blijkt, zoals reeds werd vermoed, op massaal anabolicagebruik te hebben berust.

In de afgelopen jaren is er strenger op het gebruik van anabole steroïden gecontroleerd en lijkt het er op dat de atleten 'schoner' zijn geworden. Toch is dit voor een deel schijn. Het is een utopie om te denken dat anabole steroïden niet meer worden gebruikt. De verklaring is dat de sporter eerder met de toediening stopt. Bovendien zijn er middelen die het gebruik van anabolica kunnen maskeren, zodat zij niet meer in de urine kunnen worden aangetoond.

Omdat anabole steroïden vooral in de voorbereiding effect hebben, is alleen door 'Out of competition' controles het gebruik aan te tonen. Dit is echter een zodanig omslachtige en dure methode (men moet de sporters op het trainingsveld 'overvallen'), dat deze wijze van onderzoek nog niet massaal wordt toegepast.

Over het effect van EPO wordt genuanceerder gedacht. EPO, een afkorting van erythropoëtine, is een hormoon dat rode bloedcellen aanmaakt. Het heeft hetzelfde effect als hoogtetaining, wat is toegestaan, en bloeddoping, wat niet is toegestaan. Meer erythrocyten betekent dat meer zuurstof kan worden getransporteerd hetgeen, zo is de redenering, de duurprestatie aanmerkelijk kan doen toenemen. Dat geldt zeker voor de omvang van de duurprestatie maar geldt dit ook voor de intensiteit?

Bij het leveren van topprestaties is de intensiteit van de inspanning namelijk zo hoog dat duursporters meer problemen hebben met de verzuring dan met een tekortschieten van de zuurstoftoevoer.

Een (voorzichtige) conclusie in dit geval zou kunnen zijn dat een middel tegen de verzuring, zoals natriumcitraat, bij intensieve sportbeoefening effectiever zou kunnen zijn dan EPO, dat, voor zover de huidige inzichten reiken, vooral invloed heeft op de omvang van de duurprestatie en niet op de intensiteit. Middelen tegen verzuring zijn niet verboden.

Ik kom hier bij een kardinaal punt. Veel goed fundamenteel wetenschappelijk onderzoek over doping is er namelijk niet bekend. Hueting is één van de weinigen geweest die dit wel heeft gedaan. Hij heeft zowel in de zeventiger als in de tachtiger jaren aangetoond dat amfetamines slechts de mininale prestatie en ACTH de prestatie in het geheel niet beïnvloeden.

Het klinkt wellicht wat vreemd dat er zo weinig goed fundamenteel wetenschappelijk onderzoek naar de werking van dopinggeduide middelen is verricht, terwijl er toch zo vaak over wordt gesproken en geschreven. Men stuit hierbij echter op de volgende knelpunten:

- ethische commissie's maken bezwaar tegen het gebruik van verboden en potentieel gevaarlijke stoffen,
- veel onderzoekers laten dubbelblind onderzoek achterwege, waardoor de resultaten dubieus worden,
- universiteiten stellen andere prioriteiten,
- men kiest de verkeerde proefpersonen; anabole steroïden bijvoorbeeld reageren bij krachtsporters anders dan bij onervaren mensen,
- het vertalen van de laboratoriumsituatie naar de praktijk blijkt vaak buitengewoon moeilijk.

Een bijkomend probleem is ook dat de sportwereld tot voor kort weinig in wetenschappelijk onderzoek was geïnteresseerd. Men hechtte meer geloof aan mysterieuze krachten, populaire goeroe' s en op niets gebaseerde geruchten.

Stoornissen van de gezondheid.

Langdurig gebruik van zgn dopinggeduide middelen kan in veel gevallen tot ernstige klachten van de gezondheid leiden. Het ligt niet in mijn bedoeling om hier een opsomming van de werking en bijwerkingen van alle gebruikte middelen te geven, want die zijn op te zoeken. In het Geneesmiddelen-bulletin is in 1996 nog een uitgebreid overzicht verschenen. Nee, ik wil die zaken aanstippen waar naar mijn mening de aandacht op dient te worden gevestigd.

De verhoogde kans op trombose na EPO gebruik treedt op wanneer de haematocrietwaarde meer dan 50 % zou zijn. Edoch, de berichten die er over trombose na EPO gebruik in de literatuur zijn verschenen, hadden betrekking op oude en zieke mensen die het middel op medische indicatie kregen toegediend. Het is dan ook niet zo waarschijnlijk dat de plotse dood bij een aantal jonge (oud)wielrenners, een tiental jaar geleden, door het gebruik van EPO werd veroorzaakt. Een hartziekte of hartritmestoornis ligt meer voor de hand. Recent berichtte de cardioioog Huige, dat de wielrenner Johannes Draayer, wiens dood ook aan EPO was toegeschreven, waarschijnlijk aan een zeldzame hartziekte moet zijn gestorven.

De medische begeleiding bij wielrenners is in de afgelopen jaren sterk verbeterd, zodat hartafwijkingen bij een keuring sneller kunnen worden ontdekt. Het is daarom ook niet goed uit te leggen waarom er, terwijl het EPO gebruik zou zijn toegenomen, er in de afgelopen jaren geen berichten over plotse hartdood bij (jonge) wielrenners meer zijn vernomen. Overigens ben ik wel een voorstander van de controle van de haematocrietwaarde, al is het alleen maar om ondeskundig geknoei van sportmensen tegen te gaan.

De gezondheidsstoornissen na langdurig gebruik van anabole steroïden zijn bekend. Berichten uit het voormalige Oost Duitsland, waar anabole steroïden vele jaren systematisch aan (merendeels) onwetende jeugdige sportmensen zijn toegediend, maken melding van blijvende schade aan de gezondheid bij een aantal oud topsport(st)ers. Maar ook nu nog gebruiken sportmensen op grote schaal anabole steroïden. Het is niet ongebruikelijk dat bodybuilders en krachtsporters, die op dubieuze sportscholen trainen, dagelijks grote hoeveelheden anabole steroïden en/of groeihormoon tot zich nemen. Vaak bedragen deze hoeveelheden het tienvoudige van de gebruikelijke dosering. Wanneer men dan ook nog beseft dat het merendeel van deze stoffen van dubieuze handelaren wordt betrokken en soms ziektekiemen bevatten, wordt duidelijk waarom artsen zich grote zorgen maken over dit zinloze megagebruik en in sommige gevallen deze middelen zelf voorschrijven om althans enig zicht te houden op wat er gebeurt.

Van veel andere middelen op de dopinglijst is er echter geen duidelijke schade van de gezondheidstoestand bekend. Het heeft dan ook weinig zin ze op deze lijst te laten staan.

De invloed van de commercie op de sport.

Het argument dat doping sportmensen geen gelijke kansen zou bieden snijdt maar zeer beperkt hout. In de sport is er door verschil in aanleg en mogelijkheden sowieso geen sprake van gelijke kansen. Eén blik op een sportwedstrijd maakt dit direct duidelijk. Een topschaatser zonder klapschaats en strips op zijn schaatspak bijvoorbeeld zou op dit moment kansloos zijn voor een podiumplaats.

Maar dit is van minder belang. Veel meer dan doping bedreigen de grote invloed van de commercie, de te grote eisen die aan sportmensen worden gesteld, de te grote invloed van de media en de toegenomen agressie de gezondheid en het levensgeluk van sportmensen. Die invloed van de commercie is in een aantal sporten (voetbal, wielrennen, atletiek) al tot onbeheersbare hoogten gestegen. Het is dan ook terecht dat een aantal toprenners tijdens overleg met een vertegenwoordiging van het bestuur van de UCI hiertegen bezwaar heeft aangetekend en heeft gepleit voor een minder zwaar beladen wielerseizoen.

Waarom is sport voor de commercie zo interessant? Wel, de associatie tussen een populaire sport(man) en het product, waar hij reclame voor maakt, blijkt buitengewoon effectief. Het is niet ongewoon dat een investering in een sportman of sportclub de sponsor het tienvoudige oplevert. Door die grote invloed van de commercie is de druk op sportmensen sterk toegenomen. Is het dan vreemd dat sporters, om op niveau te kunnen blijven presteren, hun toevlucht nemen tot oneigenlijke middelen, waaronder doping? En als zij het niet doen, doen hun begeleiders het wel, want een aantal sporters is oprecht wanneer hij of zij meldt dat zij niet geweten heeft dat er verboden middelen werden gebruikt. In de voormalige DDR bijvoorbeeld werden zeer jonge sportmensen gedwongen bepaalde middelen in te nemen, waarvan zij niet wisten dat dit verboden was.

Besluit.

Samengevat kan worden gesteld dat in de dopingdiscussie tot nu toe vooral de nadruk werd gelegd op repressie en de vraag hoe zgn dopinggeduide middelen kunnen worden opgespoord in plaats dat men zich afvroeg of die middelen wel effect hadden. Een genuanceerde opvatting lijkt nu echter bespreekbaar geworden. Veel goed fundamenteel wetenschappelijk onderzoek naar het effect van zgn dopinggeduide middelen blijkt niet aanwezig, waardoor het effect van veel middelen meer berust op 'van horen zeggen' dan op wetenschappelijk bewijs.

Van een aantal zgn dopinggeduide middelen is bekend dat zij de gezondheid ernstig schade kunnen toebrengen. Dat geldt in het

bijzonder voor de anabole steroïden. Een probleem is echter dat juist op het gebruik van die anabole steroïden zo moeilijk grip is te krijgen omdat zij vooral door krachtssporters en bodybuilders in onvoorstelbare hoeveelheden uit het illegale circuit worden betrokken. Van een aantal andere middelen is een ernstige stoornis van de gezondheid echter nooit aangetoond.

Tot slot: veel meer dan doping is de steeds grotere invloed van de commercie in de sport een bedreiging voor de gezondheid en het levensgeluk van sportmensen. Het argument dat doping sportmensen geen gelijke kansen zou bieden is hypocriet, wanneer men ziet dat sponsors vrijwel uitsluitend geld aan talentrijke sportmensen besteden en zich aan de minder talentrijken weinig gelegen laten liggen. Want voor een sponsor telt vooral de mogelijkheid om via de sport naamsbekendheid te verwerven zodat de miljoenen, die hij in een tak van sport heeft geïnvesteerd, in veelvoud zullen terugvloeien. Vanuit zijn gezichtspunt is dat terecht, maar voor veel sportmensen is dit funest.

Verjaardagen

In de voorbije periodes zijn de volgende lions jarig geweest:

Jan Jurriëns, 9 februari
Bert Lamers, 17 februari
Henk Drost, 24 februari
Marnix Jansen Venneboer, 1 maart
Theo Kamps, 5 maart

Bij deze (nogmaals) van harte gefeliciteerd!

De komende periode hopen de volgende lionsleden hun verjaardag te vieren:

Jan Kruit, 12 maart
Tom Jacobs, 20 maart
Theo kamps, 22 maart

Commissies 2001 / 2002

Leden:	Hans Kietselaar – voorzitter Hans de Vries Henk Drost Chris Geurink
Activiteiten:	Toon Gasseling – voorzitter Gerard Hehenkamp Marnix Jansen Venneboer Herman van den Broek Bert Lamers Chris Geurink Jan Jurriëns Jan Thijssen Gerard Roelofsen Theo Soontjens Bart-Jaap Pull ter Gunne
Jumelage:	Jan Kruit – voorzitter Henk Drost Jan van Iersel Martin Liefink
Jeugd:	Dick de Bruin Koos Kuiper
Bulletin:	Tom Jacobs – hoofdredacteur Henk Breuker Koos Kuiper Ruud Wink Evert Bouma
Archief:	Dick de Bruin – voorzitter Jan Thijssen Rien ter Brugge
Kascontrole:	Theo Kamps Hans Bruyn
Lion Tamer	Rien ter Brugge
Tail Twisters	Toon van Oudheusden Chris Geurink Theo Kamps
Public Relations:	Ruud Wink
Interservice:	Wim Frommé Bert Lamers
Sjoelbak:	Jan Thijssen – voorzitter Rien ter Brugge Henk Kets Harry Mathijssen Jan Loggers Aart van Silfhout Gerard Roelofsen Bart Jaap Pull ter Gunne
Programma:	Ruud Wink Theo Soontjens Bert Lamers
I.C. Officer	Henk Drost

Agenda 2001 / 2002

2001

22 08	18.00	<i>Barbecue bij Henk Kets, opening nieuwe seizoen</i>
05 09	20.00	Willy Bosch, vertelt over hulphonden, met demonstratie
19 09	18.00	<i>taphap</i>
29 09		Pieterpad-wandeling
03 10	20.00	Rinus Claus; vertelt over het K.A.N.
17 10	18.00	<i>taphap</i>
31 10	18.00	<i>taphap + dames in Borghuis</i>
07 11	20.00	Theo Soontiëns stelt zich voor
10 11		Meals on Wheels
21 11	18.00	<i>taphap</i>
05 12	20.00	Vervalt
19 12	18.00	<i>taphap</i>

2002

02 01		<u>vervalt</u> i.v.m. nieuwjaar
12 01	15.00	nieuwjaarsbijeenkomst
16 01	18.00	<i>taphap</i>
30 01	18.00	<i>taphap + dames</i>
06 02	20.00	Uiteenzetting over doping: gastheer Brok.
20 02	18.00	<i>taphap</i>
06 03	20.00	Martin Liefrink laat ons zijn nieuwe bankgebouw zien + dames
20 03	18.00	<i>taphap</i>
03 04	20.00	Theo Kamps maakt ons wegwijs
17 04	18.00	<i>taphap</i>
01 05	20.00	Bart-Jaap Pull ter Gunne laat zich kennen
09 05		LCD Isala assisteren
15 05	18.00	<i>taphap</i>
25 05		Uitstapje met onze jumelageclub uit Dorsten
29 05	18.00	<i>taphap + dames</i>
05 06	20.00	Cees Versloot vertelt over zijn bedrijf: H.T.M.
19 06	18.00	<i>taphap</i>
03 07	20.00	bestuursoverdracht + dames