

# Ο αθλητισμός, ο πρωταθλητισμός και το «ιδεώδες» της ντόπας

✘ Πατήρ πάντων πόλεμος. Και συνεπώς το γεγονός δεν προκαλεί έκπληξη: η προέλευση της φαρμακοδιέγερσης όπως την εννοούμε σήμερα (στην πράξη, δηλαδή, η χρήση τεχνητών ή φυσικών σκευασμάτων όχι για τη θεραπεία συγκεκριμένων συμπτωμάτων συγκεκριμένων ασθενειών, αλλά για την ενίσχυση, πέρα από το φυσιολογικό όριο, κάποιων οργανικών και διανοητικών λειτουργιών υγιών ανθρώπων –με ό,τι κόστος μπορεί να έχει κάτι τέτοιο) έχει τις ρίζες της ψηλά στον ταραγμένο αέρα του μεσοπολέμου.

Μόλις κατασκευάστηκαν τα πρώτα αεροπλάνα που μπορούσαν να πετούν για πολλή ώρα, πολύ ψηλά, δημιουργήθηκε και η ανάγκη να προστατευθούν οι πιλότοι από τις διάφορες παρενέργειες που προκαλεί στο σώμα και στο μυαλό η απότομη και σχετικώς μακρά έκθεση χαμηλότερη ατμοσφαιρική πίεση -και η συνεπακόλουθη σταδιακή μείωση της ικανότητας πρόσληψης οξυγόνου.

Στο επίπεδο της θάλασσας η ατμοσφαιρική πίεση είναι περίπου 760mm της υδραργυρικής στήλης. Στην κορυφή του Έβερεστ (8.848 μ.) μόλις 231mmHg. Πολλοί άνθρωποι πιστεύουν ότι ανεβαίνοντας σε υψόμετρο το οξυγόνο μειώνεται. Αυτό είναι λάθος. Η αναλογία του οξυγόνου παραμένει σταθερή (περίπου 21% κατ' όγκο) σε κάθε υψόμετρο.

Όμως για να περάσει το οξυγόνο από τους πνεύμονες στο αίμα, η πίεση στο αίμα του εισπνεόμενου οξυγόνου πρέπει να είναι μεγαλύτερη από την πίεση στο αίμα έξω από τις κυψελίδες στις οποίες πραγματοποιείται η ανταλλαγή των αερίων.

Η σχετική αυτή διαφορά στην πίεση είναι 159mm της στήλης υδραργύρου στο επίπεδο της θάλασσας και η αιμογλοβίνη, η πρωτεΐνη του αίματος που μεταφέρει το ζωτικό αέριο στους ιστούς μας, είναι κατά 98% κορεσμένη με οξυγόνο.

Στο επίπεδο της Πόλης του Μεξικού όμως, μόλις 2.268 μέτρα ψηλότερα, η σχετική διαφορά στην «εσωτερική» και «εξωτερική» πίεση στις κυψελίδες πέφτει στα 125mmHg και η αιμογλοβίνη μεταφέρει περίπου 10% λιγότερο οξυγόνο.

Στην κορυφή του Έβερεστ φτάνει μόλις τα 48mmHg, σχεδόν ίδια με την πίεση στο αίμα έξω από τις κυψελίδες και η αιμογλοβίνη μεταφέρει μόλις 50% οξυγόνο στους ιστούς.

Πάνω από τα 1.600 μέτρα, η αναπνοή γίνεται ολοένα και ταχύτερη, διότι για να ανταπεξέλθουν οι πνεύμονες στις πιο πάνω μειώσεις, προσπαθούν να προσλάβουν 10% περισσότερο όγκο αέρα με κάθε ανάσα για κάθε χίλια επιπλέον μέτρα

διαφοράς στο υψόμετρο.

Η καρδιά χτυπάει ταχύτερα, προσπαθώντας να ανταπεξέλθει κι εκείνη, αλλά την ίδια ώρα το πλάσμα στο αίμα μειώνεται έως και κατά 25%, προκειμένου να έρθουν σε επαφή περισσότερα ερυθρά αιμοσφαίρια-φορείς αιμογλοβίνης με το κάθε σημείο ανταλλαγής αερίων.

Η περίοδος εγκλιματισμού στο υψόμετρο της Πόλης του Μεξικού (2.268μ.) απαιτεί δύο εβδομάδες και κάθε 600 μέτρα διαφοράς επιπλέον, απαιτούν άλλη μία. Έξι εβδομάδες παραμονής σε υψόμετρο 4.500 μέτρων αναγκάζουν το σώμα να παράξει τόση ερυθροποιητίνη (την ορμόνη που ρυθμίζει την παραγωγή ερυθρών αιμοσφαιρίων) ώστε ο αιματοκρίτης να αγγίξει το 59%, όταν στο επίπεδο της θάλασσας είναι 48%. Όμως συγχρόνως, έξι εβδομάδες σ' αυτό το υψόμετρο οδηγούν το σώμα και σε μείωση έως 11% συνολικά της μυϊκής μάζας.

Τα όσα αντιμετώπιζαν, λοιπόν, πιλότοι που περνούσαν 15 ώρες σε πτήση πάνω από τα 7-8.000μ., μπορείτε να τα φανταστείτε.

Ατελείωτες έρευνες έχουν γίνει από τους στρατιωτικούς γιατρούς για την αντιμετώπιση όλων αυτών των συχνά αντικρουόμενων παρενεργειών ακόμη και πριν τον Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο.

Η «λύση» που δόθηκε τότε, για να αντέξουν οι πιλότοι, ήταν η «απλή» χορήγηση αμφεταμινών, με παράλληλη εισπνοή καθαρού οξυγόνου (το οποίο, υπό κανονική ατμοσφαιρική πίεση είναι τοξικό μετά από λίγα λεπτά). Αργότερα (πριν το τέλος του Β΄ Παγκοσμίου Πολέμου), βρέθηκε τρόπος να κατασκευάζονται άτρακτοι που άντεχαν κανονική ατμοσφαιρική πίεση στο εσωτερικό τους (άρα και κανονική οξυγόνωση): τέτοιων προδιαγραφών ήταν ήδη το Μπίονγκ B-29, το «Υπερφρούριο» που έριξε τις βόμβες στη Χιροσίμα και το Ναγκασάκι).

Όμως η «επιτυχία» του «σπινταρίσματος» των πρώιμων πιλότων-πειραματόζων, άνοιξε την όρεξη στους ερευνητές.

Και οι ένστολοι του Β΄ Παγκοσμίου Πολέμου αλλά και όλων όσοι ακολούθησαν (Κορέα, Βιετνάμ, Καμπότζη, Αφγανιστάν, Ιράκ κ.λπ.), λέγεται ότι έγιναν –και ίσως παραμένουν– κανονικά πειραματόζωα, συχνά εν αγνοία τους, για την επίδραση που μπορεί να έχει επάνω τους κάθε είδους ουσία απ' όσες κατεβάζουν τα μυαλά των ερευνητών στα εργαστήρια για τη «βελτίωση» της απόδοσής τους στη μάχη και την «καλύτερη» αντιμετώπιση όλων των ψυχολογικών και σωματικών συνεπειών που έχει η παραμονή σε καταστάσεις, αν μη τι άλλο, υψηλότατου άγχους, έντασης και ανάγκης για μόνιμη εγρήγορση.

Οι ΗΠΑ καταστράφηκαν μόνες τους, από μιμητισμό και ανάγκη να είναι “πρώτοι”

(ή “τίποτε”).

Η καταστροφή του ευρωπαϊκού αθλητισμού, όμως, έγινε στην Ανατολική Γερμανία-υποχέριο της πρώην Σοβιετικής Ένωσης: εκεί, σε μια μικρότερη από την ΕΣΣΔ και πιο «ευέλικτη» σε κάθε είδους πειραματισμούς χώρα, δια της «όσμωσης» στρατού και κράτους συνέβη το μοιραίο: ουσίες που δοκιμάζονταν για να «βελτιώσουν» τον ανθρώπινο οργανισμό σε εξαιρετικά αντίξοες συνθήκες πολεμικής αναμέτρησης άρχισαν να δοκιμάζονται σε αθλητές -συχνά και σε αθλητές που δεν είχαν καμία όρεξη να γίνουν τέτοιοι, απλώς επιλέχθηκαν ως κατάλληλοι προς τούτο από το κράτος σε μικρές ηλικίες.

Πάνω τους (και πάνω σε θύματα από άλλες χώρες του πρώην Ανατολικού Μπλοκ, κυρίως δε της Βουλγαρίας) δοκιμάστηκαν κάθε είδους ουσίες.

Ουσίες που είχαν στόχο την αναισθησία στον πόνο.

Ουσίες που είχαν στόχο την καταστολή των (σε αρχικό στάδιο προειδοποιητικών και ενίοτε αυτό-θεραπευτικών για τον άνθρωπο) φλεγμονών.

Ουσίες που είχαν στόχο την αύξηση στην ικανότητα πρόσληψης οξυγόνου.

Ουσίες που είχαν στόχο την αύξηση στην ικανότητα μεταφοράς αυτού του οξυγόνου στους ιστούς.

Ουσίες που είχαν στόχο την πιο γρήγορη απομάκρυνση των τοξικών μεταβολικών υποπροϊόντων της υπερ-άσκησης.

Ουσίες που είχαν στόχο την αύξηση της μυϊκής μάζας.

Ουσίες που είχαν στόχο τη μείωση του κατ’ αναλογία λίπους.

Ουσίες που είχαν στόχο την αύξηση ή την καταστολή της επιθετικότητας και τον έλεγχο του στρες.

Ουσίες που είχαν στόχο την γρήγορη μείωση του βάρους δια της αποβολής υγρών.

Ουσίες που, έτσι κι αλλιώς δηλαδή, έκαναν τελείως μαντάρα τους οργανισμούς των θυμάτων: συκώτια, νεφροί, γεννητικά όργανα, ψυχισμός, όλα σκατά. Αλλά τα... «μετάλλια», «μετάλλια».

Και όταν πια, έκπληκτος και ανήσυχος ο πλανήτης παρακολουθούσε μια μικρή χώρα να γίνεται μέσα σε ελάχιστο χρονικό διάστημα αθλητική υπερδύναμη, ήρθαν οι χειρότερες ουσίες απ’ όλες:

Οι ουσίες-μάσκες κατά του ντόπινγκ κοντρόλ,

οι ουσίες που προσπαθούσαν να αναστρέψουν τις καταστροφές στον οργανισμό από τις ουσίες οι οποίες, υποτίθεται, τον... «βελτίωναν»,

οι ουσίες εν τέλει, που, υπό το φόβο του ελέγχου, άρχισαν πλέον να παρασκευάζονται στα κρυφά, ως «μαγικές συνταγές» και να δίνονται στα κρυφά, ως «μαγικά δώρα», χωρίς καν την εργαστηριακή υποδομή και τη βάση δεδομένων από πρότερα πειράματα ενός ολόκληρου κρατικού μηχανισμού.

Οι ουσίες των «γκουρού», δηλαδή.

Παράλληλα μ' αυτό, συνέβη και μια κοινωνική μετάλλαξη, που ίσως ήταν η χειρότερη απ' όλες: με τον αθλητισμό να γίνεται 100% «μπίζνα», τα πειραματόζωα όλων αυτών των μεθόδων έπαψαν να είναι απρόθυμα θύματα ενός ανάλγητου κρατικού μηχανισμού και έγιναν ΕΘΕΛΟΝΤΕΣ μελλοθάνατοι που ονειρεύονται τη δόξα και το χρήμα.

Χώρες ΓΕΛΟΙΕΣ και ΤΡΙΤΟΚΟΣΜΙΚΕΣ όπως η Ελλάδα, «γλυκάθηκαν» από την εύκολη και γρήγορη «αναγνώριση» που μπορεί να παρέχει μια τέτοια «επιτυχία».

Και αντί να φροντίσουν να έχουμε ΥΓΙΗ, ΜΑΖΙΚΑ ΑΘΛΟΥΜΕΝΟ ΠΛΗΘΥΣΜΟ, φρόντισαν να γίνουν, με τον δημαγωγικό, λαϊκίστικο και υποκριτικό τρόπο τους οι «Ανατολικές Γερμανίες» του σήμερα.

Έτσι, κατακτήσαμε «μετάλλια».

Κλαπ, κλαπ, εύγε.

Πήρες «μετάλλιο», νέε μου; Πάρε και 50.000.000 δραχμές, γίνε και αξιωματικός του στρατού.

Απλώς αθλείσαι, νέε μου: είσαι ένας μαλάκας που, ως κράτος, δεν μας ενδιαφέρεις. Καλύτερα ρίξτο στο τσιγάρο, τα ναρκωτικά, τις ουσκάρες και το πλείστεισον. Χεστήκαμε για σένα. Δεν μας κάνεις... «περήφανους» ως χώρα; Δεν ασχολούμεθα κι εμείς, ως χώρα, μαζί σου.

Και γι' αυτό ενώ έχουμε «μετάλλια» στους διεθνείς αγώνες τα τελευταία 20 χρόνια (κλαπ, κλαπ -χειροκρότημα), συγχρόνως έχουμε και τα μετάλλια σε ΟΛΕΣ τις θλιβερές στατιστικές που συνδέονται με την ΥΓΙΕΙΝΗ ζωή και την ΕΠΩΦΕΛΗ ΑΣΚΗΣΗ στην Ευρωπαϊκή Ένωση (κλαπ -διπλοφάσκελο):

Παιδιά που είναι παχύσαρκα, καπνιστές και πότες από τα 11-12 (από 'κει και πέρα και χασισοπότες).

Τραγικές στατιστικές καρδιοπαθειών και διαβήτη.

Το 20% του πληθυσμού σε διαγνωσμένη ή αδιάγνωστη κατάθλιψη.

Το ΧΕΙΡΟΤΕΡΟ «αθλητικό πνεύμα» στην ήπειρο.

Τους ΛΙΓΟΤΕΡΟΥΣ αναλογικά με τον πληθυσμό ασκούμενους σε «μικρά σπορ».

Ολυμπιακές εγκαταστάσεις που είτε ΣΑΠΙΖΟΥΝ είτε είναι θέατρα, αίθουσες συναυλιών και συνεδριακά κέντρα -διότι κι αυτό ακόμη το «καταφέραμε»: κάναμε Ολυμπιακούς Αγώνες και, στο τέλος τους, ΟΥΤΕ ΕΝΑ ΜΙΚΡΟ ΠΑΙΔΙ δεν προσελκύστηκε σε κάτι πέρα από το ποδόσφαιρο και το μπάσκετ.

Είμαστε ΥΠΟΚΡΙΤΕΣ και ΤΣΑΡΛΑΤΑΝΟΙ.

Άξιοι της μοίρας μας και της ξεφτίλας μας.

Η εποχή που ένιωθα θλίψη για τέτοια πράγματα έχει περάσει ΠΡΟ ΠΟΛΛΟΥ.  
Τώρα νιώθω, απλώς, πλήρη ΑΔΙΑΦΟΡΙΑ. Για ΟΛΟΥΣ. Εκτός, βέβαια από τα παιδιά μου, αν αποκτήσω. Γι' αυτά, όμως, τα έχω πει ΜΗΝΕΣ τώρα, οπότε, τι άλλο να προσθέσω; Τίποτε. Με τις υγείες μας και σ' ανώτερα!

Πηγή: [markakis.yooblog.gr](http://markakis.yooblog.gr) (Στέλιος Μαρκάκης)