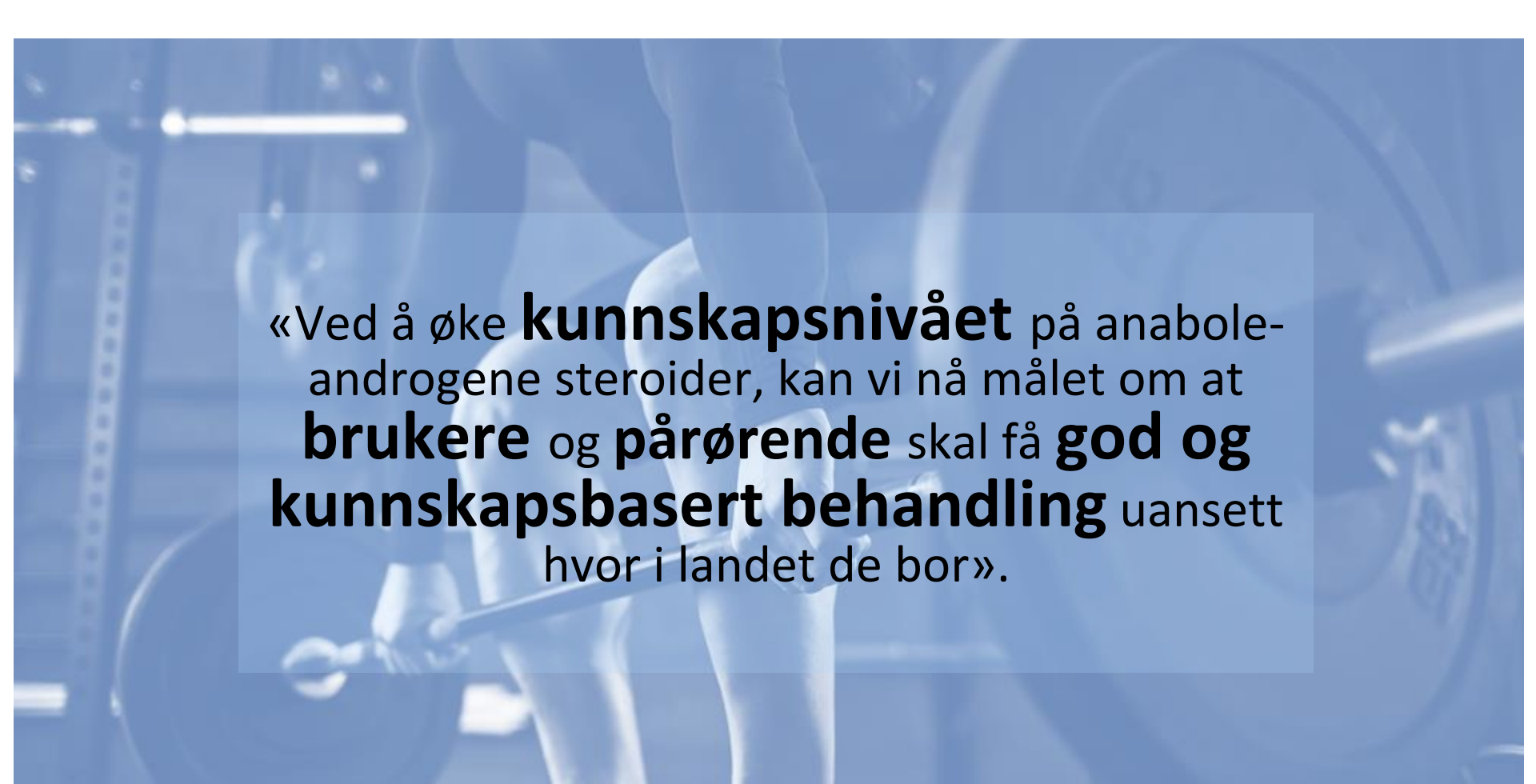




«Ved å øke **kunnskapsnivået** på anabole-androgene steroider, kan vi nå målet om at **brukere** og **pårørende** skal få **god og kunnskapsbasert behandling** uansett hvor i landet de bor».

Velkommen til kurs om

anabole-androgene steroider

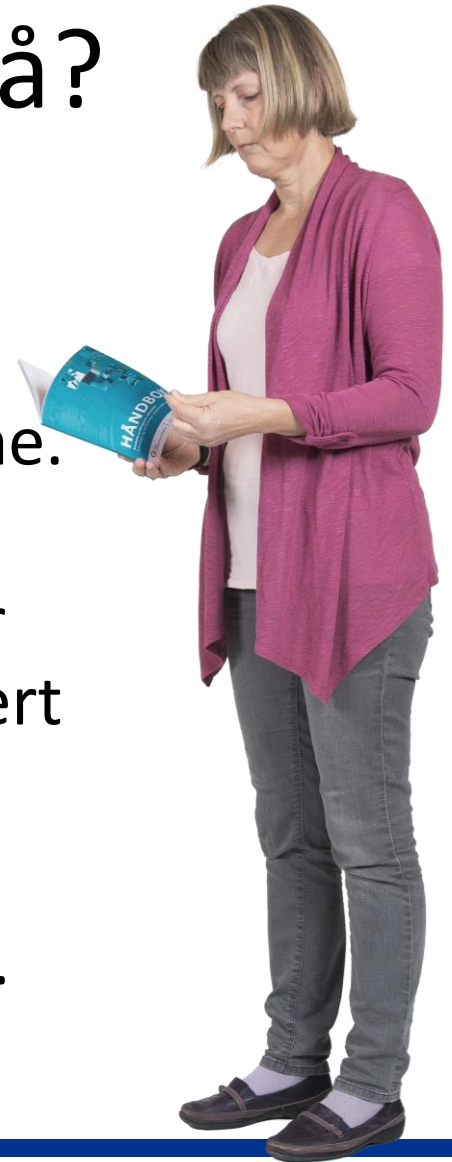
Steroideprosjektet

- Dette kurset er laget i regi av Steroideprosjektet, et nasjonalt behandlings- og kunnskapsutviklingsprosjekt
- Prosjektet er forankret i Nasjonal Kompetansetjeneste TSB ved Oslo Universitetssykehus, og har vært i drift siden 2014.



Hvorfor er dette aktuelt nå?

- Konsekvenser av steroidebruk er fremdeles relativt nytt for helsetjenestene.
- Først i 2013 ble behandlingsansvaret for denne pasientgruppen tildelt enheter for rus- og avhengighet, tverrfaglig spesialisert behandling (TSB).
- For å sikre pasienten god behandling, er det behov for å gi økt kunnskap på feltet.



Om kurset

- Innhold:
 - Kurset gir deg informasjon om hva anabole-androgene steroider er, hvordan de brukes, hvilke virkninger de kan gi, hvordan det er å avslutte bruk, og hvilken rolle helsetjenestene har.
 - Kurset består primært av videoklipp, men også noe tekst.
- Gjennomføring:
 - Det tar ca 30-45 minutter å gjennomføre hele kursinnholdet.
 - Innholdet kan også gjennomføres i mindre bolker over en lengre tidsperiode.
 - Videoene krever tilgang på internett, da de er linket til fra YouTube. Videoklippene har lyd, men er også tekstet (skru på teksting i YouTube). Videoene åpner seg i et eget vindu (nettleser). Gå tilbake til presentasjonen for å gå videre i kurset når en video er ferdig avspilt.

I kurset møter du:

Christine Wisløff

Prosjektleder for Steroideprosjektet og har jobbet som kliniker i rus- og avhengighetsfeltet siden 2005.



Christian Bærøe Mathisen

Tidligere bruker av anabole-androgene steroider. Christian deler sine erfaringer med bruk av anabole steroider gjennom 16 år.



Nett-kurs om anabole-androgene steroider - Microsoft PowerPoint

3

Hvorfor er dette aktuelt nå?

- Konsekvenser av steroidbruk er fremdeles relativt nytt for helsepersonellene.
- Først i 2013 ble behandlingsanvaret for denne pasientgruppen tilstede enheter for rus- og avhengighet, tverrfaglig spesialisert behandling (TSB).
- For å sikre pasienten god behandling, er det behov for å gi sin kunnskap på felter.

4

Om kurset

- Innhold:
 - Kurset gir informasjon om hva anabole-androgene steroider er, hvordan de brukes, hvilke virkninger de har og hvordan de kan skade helsen.
 - Kurset inneholder informasjon om hvordan man kan hjelpe pasienter som bruker anabole-androgene steroider.
- Spørsmål og svar:
 - Det er viktig å vite at kurset er et tilbud til helsepersonell som ønsker å lære mer om anabole-androgene steroider.
 - Kurset er et tilbud til helsepersonell som ønsker å lære mer om anabole-androgene steroider.
 - Kurset er et tilbud til helsepersonell som ønsker å lære mer om anabole-androgene steroider.

5

I kurset møter du:

Christine Wisløff
Prosjektleder for Steroidprosjektet

6

Hvis du ikke allerede har gjort dette, kan du nå trykke på den utringede knappen, slik at du får spilt av kommende videoer ved å trykke på bildene.

7

Introduksjon

Christine Wisløff
Prosjektleder for Steroidprosjektet

Klikk på bildet for å starte videoen

Oslo universitetssykehus | Steroidprosjektet – Nasjonal kompetansetjeneste TSB

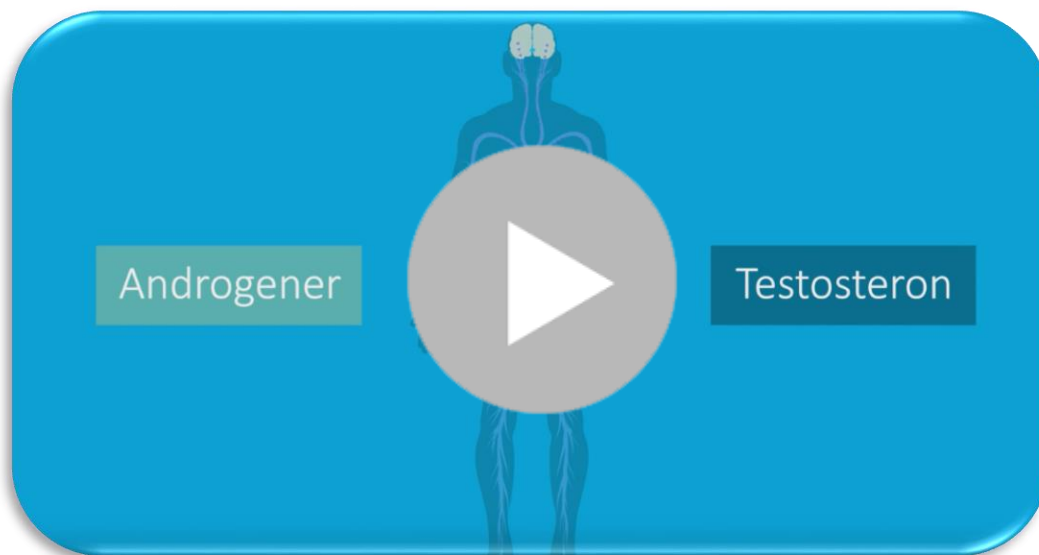
Lysbilde 7 av 28 | 'standard_no[1]' | Norsk (bokmål) | 80 %

Introduksjon



Klikk på bildet for å starte videoen

Hva er anabole-androgene steroider?



Klikk på bildet for å starte videoen

Starte å bruke anabole-androgene steroider

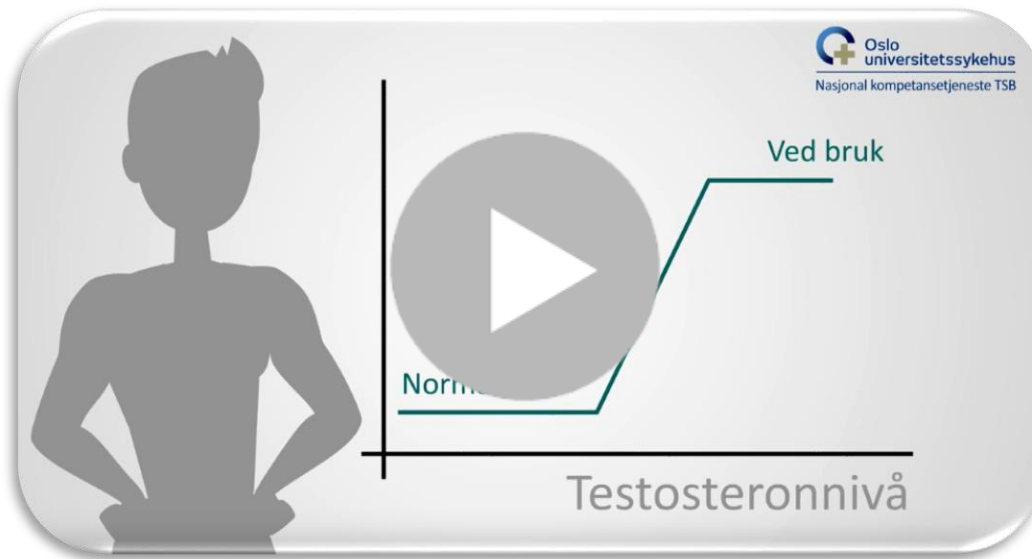
Ved bruk av anabole-androgene steroider, vil mange i startfasen kjenne på følelser av overskudd, økt sexlyst og høyere selvtillit på grunn av høyere testosteronnivåer. I denne videoen forteller Christian om hvordan han opplevde å starte opp bruk av anabole-androgene steroider.



Klikk på bildet for å starte videoen

Hvordan brukes anabole-androgene steroider?

Det finnes mange forskjellige varianter av anabole-androgene steroider, og de brukes på mange ulike måter.



Klikk på bildet for å starte videoen

Christians bruksmønster



Klikk på bildet for å starte videoen

Hvem bruker anabole steroider?

Befolkningsundersøkelser viser en prevalens på rundt 2-3 % som har brukt anabole-androgene steroider, men det antas at den reelle prosentandelen er høyere. Blant annet brukes anabole-androgene steroider i vesentlig høyere grad i visse miljøer, for eksempel blant innsatte i fengsel og pasienter i rusbehandling.



Klikk på bildet for å starte videoen

Hvorfor bruke anabole-androgene steroider?



Klikk på bildet for å starte videoen

Hvorfor er det problematisk å bruke anabole-androgene steroider?

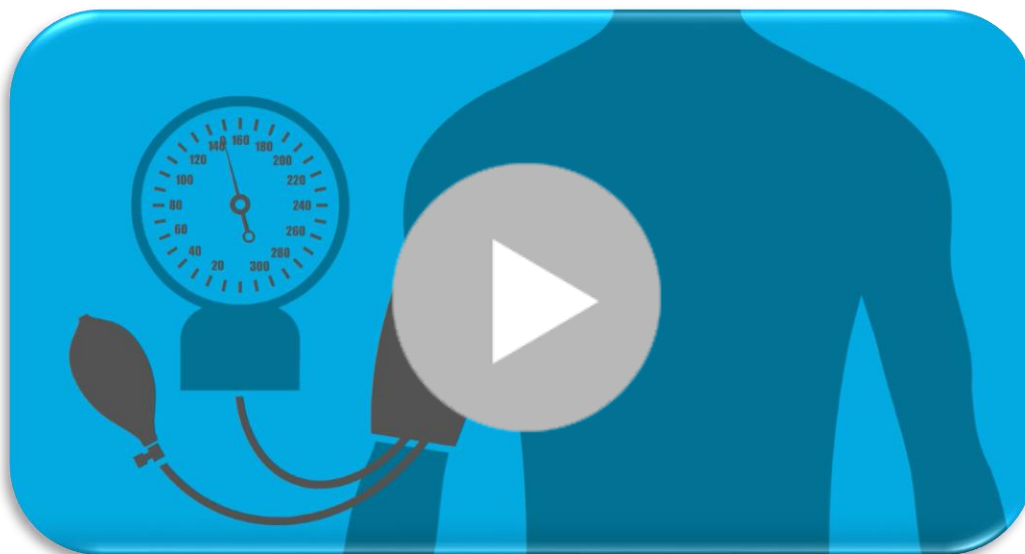
Bruk av anabole-androgene steroider gir den muskelbyggende effekten brukeren ønsker, men kan også gi mange ulike uønskede virkninger – både somatiske, psykiske og kognitive.



Klikk på bildet for å starte videoen

Fysiske virkninger

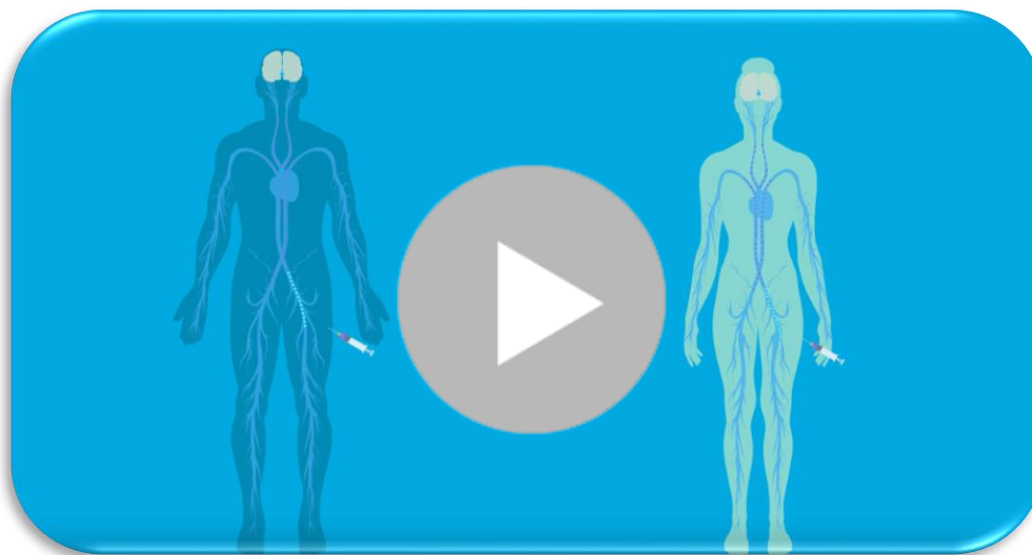
Anabole-androgene steroider virker ulikt fra person til person og vil kunne gi ulike symptombilder.



Klikk på bildet for å starte videoen

Kjønnsespesifikke virkninger

Fordi kvinner har mest østrogen i kroppen og menn har mest testosteron, vil den hormonelle ubalansen etter steroidebruk også gi kjønnsespesifikke virkninger. I denne videoen vil du få mer informasjon om disse virkningene.



Klikk på bildet for å starte videoen

Psykiske virkninger

I tillegg til de fysiske virkningene anabole-androgene steroider kan gi, vil også mange kunne oppleve psykiske virkninger.



Klikk på bildet for å starte videoen

Hvilke psykiske virkninger opplevde Christian?



Klikk på bildet for å starte videoen

Christians kontakt med helsetjenestene

Mange brukere av anabole-androgene steroider kommer på ett eller flere tidspunkt i kontakt med helsetjenesten – enten for å ta en helsesjekk, eller fordi de har fått uønskede virkninger. I slike tilfeller er det viktig at helsepersonell spør om eventuell bruk ved mistanke om at dette kan være en bakenforliggende årsak til helseproblemene. Christian ble først spurt om bruk etter en hjerteoperasjon.



Klikk på bildet for å starte videoen

Hvordan er det å slutte med anabole-androgene steroider?



Klikk på bildet for å starte videoen

Ansvar for behandling

En person som har fått helseskader etter bruk av anabole-androgene steroider kan ha behov for helsehjelp fra flere ulike spesialisthelsetjenester. Det er enheter for rus- og avhengighet, tverrfaglig spesialisert behandling (TSB) som har primæransvaret for pasienten, og for å koordinere behandlingstilbudet slik at pasienten får riktig og god hjelp.



Klikk på bildet for å starte videoen

Alle som har behov for det skal få god hjelp uansett hvor i landet de bor



Klikk på bildet for å starte videoen

Hvem kan henwise og hvordan?



Ønsker du mer informasjon?

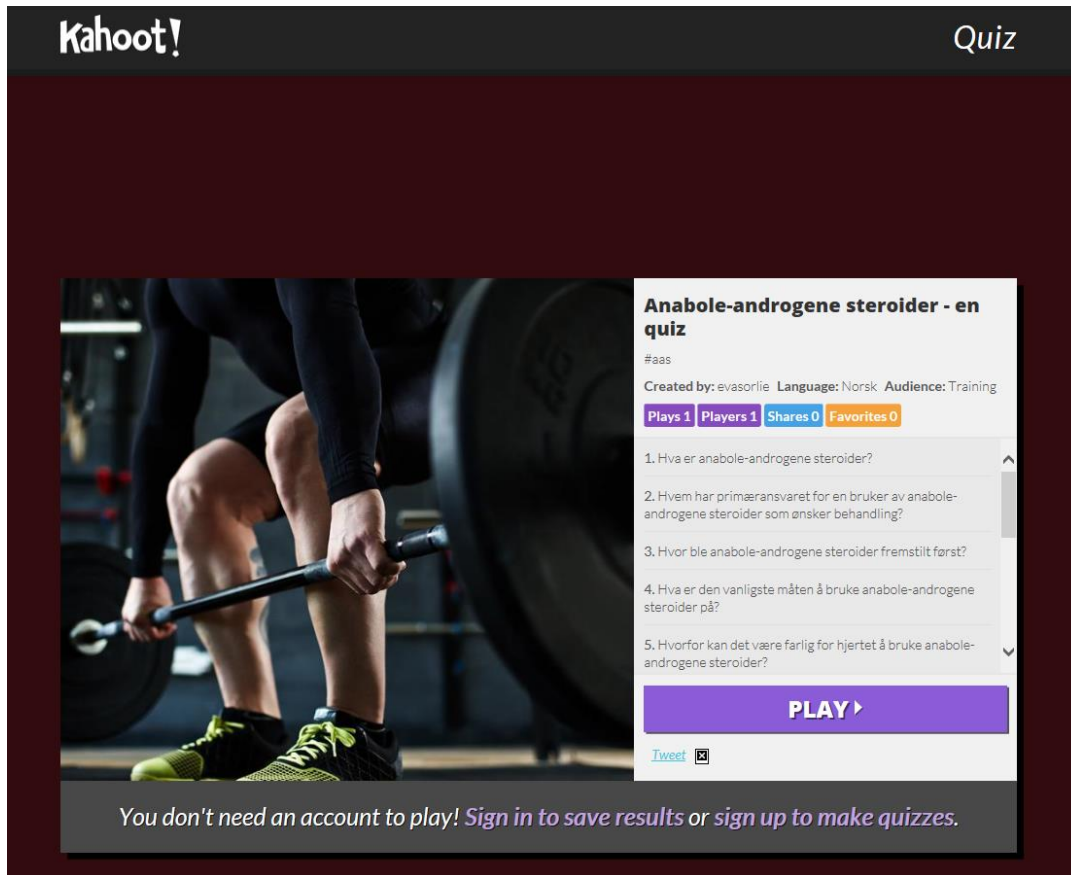


Klikk på bildet for å starte videoen

Quiz

Quiz-leder: Klikk [her](#) for å starte quiz-en.

Quiz-deltakere: gå til siden **kahoot.it** og følg videre instruksjoner.



Du har nå gjennomført kurset om anabole-androgene steroider!

Om dere er flere som har gjennomført kurset, kan dere ta quiz'en sammen, ledet av en quiz-leder. Målet er å svare riktig raskest.

Quiz'en krever at deltakerne har en smarttelefon eller laptop/nettbrett.

Deltakere går til siden **kahoot.it** for å avgi svar.

Ønsker du å se videoene flere ganger?


Nasjonal kompetansetjeneste TSB

Videoer
Spilleliste
Kanaler
Info

Steroidprosjektet

 | Nasjonal kompetansetjeneste TSB • 14 videoer • sett 764 ganger • Oppdatert i går

Tema for de første 11 sekskene er en tidligere brukers erfaring med bruk av anabole-androgene steroider - Christian Børre Mathisen samtaler med Christine Wisløff.

▶ Spill av alle
◀ Del
⚙ Spillelisteinnstillinger

- 
01/ 11 Introduksjon
av Nasjonal kompetansetjeneste TSB
- 
02/ 11 Hvorfor bruker noen anabole-androgene steroider?
av Nasjonal kompetansetjeneste TSB
- 
03/ 11 Ulike prestasjonsfremmende preparater.
av Nasjonal kompetansetjeneste TSB
- 
04/ 11 Hvordan virker anabole-androgene steroider?
av Nasjonal kompetansetjeneste TSB
- 
05/ 11 Fysiske virkninger av anabole-androgene steroider
av Nasjonal kompetansetjeneste TSB
- 
06/ 11 Psykiske virkninger av anabole-androgene steroider
av Nasjonal kompetansetjeneste TSB
- 
07/ 11 Å slutte å bruke anabole-androgene steroider
av Nasjonal kompetansetjeneste TSB
- 
08/ 11 Tegn og symptomer
av Nasjonal kompetansetjeneste TSB
- 
09/ 11 Kontakt med helsetjenester
av Nasjonal kompetansetjeneste TSB
- 
10/ 11 Anbefalinger og råd til helsetjenestene
av Nasjonal kompetansetjeneste TSB

- Alle videoen ligger åpent på YouTube og kan ses når som helst.



- Gå direkte til spillelisten til Steroideprosjektet ved å trykke på bildet til venstre.



Ønsker du mer informasjon?

Vi håper du har fått nytte av dette kurset. Om du har noen spørsmål eller ønsker mer informasjon er det bare å ta kontakt med oss. Du kan også lese mer om Steroideprosjektet på vår hjemmeside, og lese om Steroideforskningen ved Nasjonal kompetansetjeneste TSB ved å klikke på bildene under.

Steroideprosjektet

Bruk av anabole-androgene steroider for å forbedre prestasjon og utseende kan føre til helseproblemer. Steroideprosjektet skal bidra til at brukere og pårørende får kunnskapsbasert og god behandling uansett hvor i landet de bor.

ARBEIDSSOMRÅDER



Forskning
[Les mer](#)



Håndbok
[Les mer](#)



Kunnskapsformidling og veiledning
[Les mer](#)



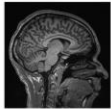
Pasienttilbud og informasjonssamtaler
[Les mer](#)

[Om Steroideprosjektet](#)

Steroideforskning

Forskningsbasert kunnskap på bruk og virkninger av anabole-androgene steroider er under utvikling, men fremdeles mangelfull på flere områder. I NK-TSB jobber både Steroideprosjektet og forsker og Ph.D. Astrid Bjørnebekk med forskningsprosjekter på anabole steroider. Målet er å bidra til økt kunnskap om hvilke virkninger steroidebruk kan føre til for menn og kvinner, barrierer brukere har mot å søke behandling for steroide relaterte helseplager, og å bedre behandlingstilbudet til steroidebrukere.

PÅGÅENDE PROSJEKTER



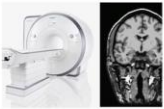
Anabole steroider og effekter på hjerne og atferd
[Les mer](#)



Bruk av anabole steroider blant kvinner
[Les mer](#)



Kartlegging av steroidebruk blant pasienter i rusbehandling
[Les mer](#)



Monitorering av hjerneprosesser knyttet til syklisk steroidebruk
[Les mer](#)

Kontaktinformasjon

Postadresse:

Nasjonal kompetansetjeneste TSB
Oslo universitetssykehus HF
Postboks 4959 Nydalen
0424 Oslo

Besøksadresse:

Nasjonal kompetansetjeneste TSB
Sognsvannsveien 21/ Gaustad sykehus
Bygg 6

Telefon:

469 59 791

Mail:

steroider@ous-hf.no