

---

## Spiseforstyrrelsen som åpnet for bruk av anabole steroider

---

### PERSONLIGE OPPLEVELSER

---

**Dette er en historie om hvordan jakten på selvkontroll endte i spiseforstyrrelser og misbruk av anabole steroider. Jeg opplevde et helsevesen som manglet kunnskap om steroider. Mitt håp er at historien kan føre til at andre blir møtt på en bedre måte.**

I tenårene fikk jeg diagnosen anorexia nervosa, etter en oppvekst i et urolig hjem, der kroppen min stadig var gjenstand for diskusjon. Det ble mye selvhat og selvpining, og jeg vekslet mellom å overspise, kaste opp og sulte meg. Samtidig trente jeg mye og hardt. Det eneste som ga meg ro var å presse kroppen til utmattelse. Til slutt var jeg blitt så tynn at jeg ikke hadde krefter til å trene, og jeg økte matinntaket for å klare dette. Livet var tomt, og jeg søkte etter en ny identitet. Det fant jeg i fitnessmiljøet. Målet var den perfekte, fettfrie, muskuløse kroppen med synlige blodårer – en personlig rustning som jeg kunne bære med stolthet. Men verken ungdomstiden med spiseforstyrrelser eller treningen med et regulert kosthold ga meg den perfekte kroppen. Jeg hadde prøvd i så mange år, og jeg tok til slutt valget om å forsøke anabole steroider.

---

### Den første sprøyten

En bekjent i treningsmiljøet satte den første sprøyten på meg. Jeg turte ikke å gjøre det selv. Jeg hadde svært begrenset kunnskap om steroider, både hva gjaldt preparatvalg, styrke, effekt og bivirkninger. Jeg stolte derfor blindt på den informasjonen jeg fikk av ham som solgte meg varene. Jeg kjøpte nye ampuller med anabole steroider og injiserte det selv, til tross for at jeg ikke hadde fått noen opplæring. De anabole steroidene bidro til at jeg fikk hardere og større muskler, mindre fett og synlige blodårer. Fra å være innadvendt og tilbaketrukket gikk jeg til å bli utadvendt og omgjengelig. Den vonde skamfølelsen bleknet. Jeg var ikke lenger engstelig og usikker, men uredd og

selvesikker. Det lave energinivået og tiltaksløsheten forsvant og ble erstattet med stor handlekraft og et veldig høyt energinivå. Da jeg sultet meg, opplevde jeg liten eller ingen glede under samleiet. Steroidbruken ga meg sterk seksualdrift, jeg var kåt mer eller mindre hele tiden.

Livet handlet om kropp, mat og trening 24 timer i døgnet. Jeg ble svært selvpoptatt, fikk kortere lunte og brydde meg lite om andre. Bruken av doping eskalerte i løpet av et halvt år, og jeg gikk over til andre preparater for å få enda større effekt. Fra da av brukte jeg steroider kontinuerlig, uten pauser. Jeg rådførte meg ikke med noen. Kroppen ble mitt eget laboratorium.

Jeg hadde utviklet et forvrengt kroppsbilde og visste ikke lenger hva en pen kropp var. Jeg burde fått en solid nedtur, men den enorme følelsen av velvære og den kunstige selvtiliten førte til at jeg ikke lenger brydde meg om maskuliniseringen av kroppen, som dypere stemme, fet hud, fett hår og klitorishypertrofi. Dagene besto av kroppsbygging, anabole steroider, relativt mye sex, partydop og søvn. Jeg følte meg udødelig og uovervinnelig. Livet hadde aldri vært bedre å leve.

---

## Depressive tanker

Etter å ha misbrukt steroider i nærmere ett år sluttet jeg brått. Den anabole effekten hadde begynt å flate ut. Jeg hadde opplevd stagnasjon og gikk lei livsstilen rundt kroppsbyggingen. Det gikk bra i starten, men bruken hadde gitt meg vedvarende økt appetitt, og vekten økte. Etter to måneder begynte de depressive tankene å komme, og jeg fikk intense tanker om å avslutte livet. Da jeg fortalte fastlegen om selvmordstankene, ble det journalført at jeg hadde opplevd syns- og hørselshallusinasjoner. Legen forskrev et antidepressivum og sendte en hastehenvielse til psykiatrisk poliklinikk. Jeg tok legemidlet som forskrevet. Hodet mitt eksploderte. Omgivelsene forandret seg. Jeg visste ikke lenger hvem jeg var. En kveld opplevde jeg å høre en forvrengt kvinnestemme i mitt eget hode snakke til meg.

Først etter flere måneder fikk jeg avtale ved poliklinikken. Den psykiatriske sykepleieren forsøkte å forstå meg, men hadde ingen tidligere erfaring med pasienter som hadde misbrukt anabole steroider. I denne perioden ble jeg dårligere. I løpet av én dag kunne jeg oppleve hyppige og intenst skiftende sinnsstemninger, og jeg vekslet mellom eufori og kaotisk mørke. Jeg ble innlagt på psykiatrisk avdeling. Legene konkluderte med kortvarige, psykotiske gjennombrudd og mente at min omfattende bruk av anabole steroider gjorde meg sårbar for psykose.

Jeg ble raskt utskrevet. Ett år etter at jeg sluttet med steroider, begynte de fysiske og psykiske bivirkningene å forsvinne. Jeg fortsatte å motta poliklinisk behandling i noen år. Behandlingen var støttende og rettet mot mestring i hverdagen og fremtidsplaner. Jeg flyttet og fullførte en høyere utdanning. Ved hjelp av terapi, studier og miljøskifte klarte jeg å løsrive meg fra kroppsfokus.

---

## Manglende kunnskap

For meg ble steroidbruken en kortvarig og destruktiv løsning på spiseforstyrrelsen. Min streben etter selvkontroll kom selv ut av kontroll. I møtet med helsevesenet opplevde jeg en manglende kunnskap om steroidbruk. Jeg håper at min historie kan bidra til at personer med steroidbruk møtes på en bedre måte enn det jeg opplevde. Slik jeg ser det, bør kartlegging av grunnene til at man starter med steroider stå helt sentralt i behandlingen.

---

*Forfatteren ønsker å være anonym, men vedkommendes identitet er kjent for redaksjonen.*

---

Publisert: 28. november 2017. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.17.0168  
Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 7. mars 2026.