

[ironcurtainproject.eu](https://www.ironcurtainproject.eu)

Hoe Oost- en West-Duitsland zijn sporters uitwoonde en opgebruikte

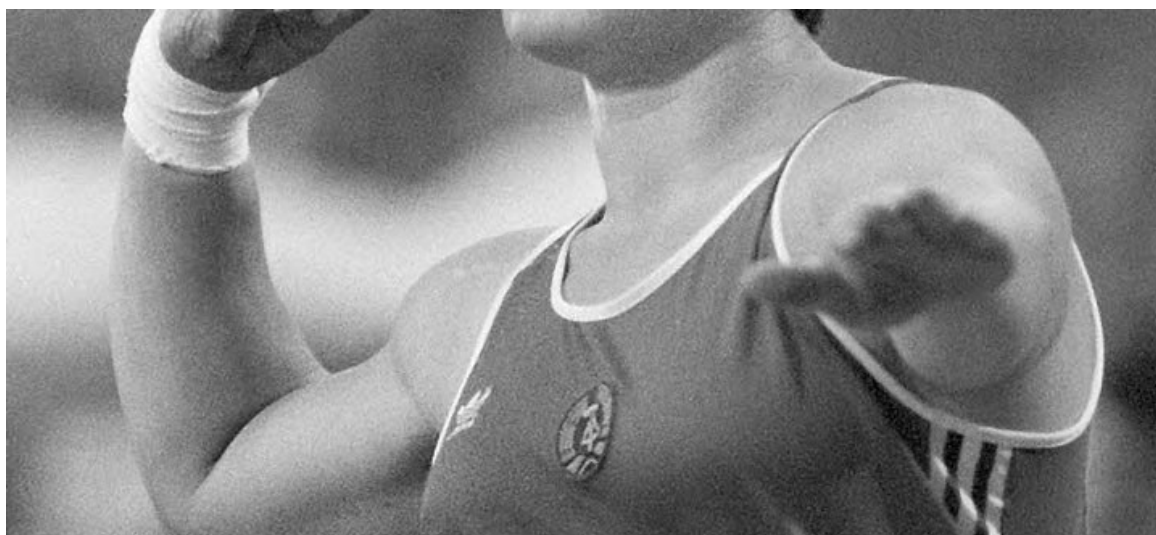
Door Catrien Spijkerman

8-10 minutes

Heidi Krieger is elf jaar wanneer ze een leuke hobby ontdekt: atletieken. In de jaren '70 in Oost-Duitsland blijft zoiets niet lang onopgemerkt. Een tot in de puntjes geperfectioneerd selectie- en opleidingssysteem brengt van alle schooljeugd in kaart wie talent heeft voor welke sport. Kogelstoten en discuswerpen. Daar zou de kleine Heidi wel eens groot in kunnen worden.

Heidi begrijpt best hoe het werkt: succes in de sport, betekent succes in het leven. Dus traint ze hard, en wordt tot haar grote vreugde op haar veertiende toegelaten tot de [Kinder- und Jugendsportschule](#) van de machtige sportclub SC Dynamo Berlin, die wordt gesponsord door de Stasi. Naast normale vakken als rekenen en taal, krijgt ze dagelijks trainingen gewichtheffen, discuswerpen en kogelstoten. Het valt haar zwaar, maar haar trainer geeft haar extra vitaminen om aan te sterken. Blauwe tabletten, gewikkeld in zilverfolie, verpakt in plastic.





Op 21-jarige leeftijd, in 1986, wint Heidi de gouden medaille kogelstoten op de Europese Olympische Spelen in Stuttgart. Ze gooit het ding 21,10 meter ver. Heidi is een succes.

Maar Heidi bestaat nu al lang niet meer, en ook haar record is sinds 2012 van de Olympische lijst geschrapt. De blauwe pillen waren geen vitaminen, maar het inmiddels beruchte middel Oral Turinabol, mannelijke geslachtshormonen. Iedere tablet bevatte zo'n 5 miligram testosteron - Heidi nam ze vanaf haar zestiende dagelijks, soms wel vijf op één dag. Haar testosteronspiegel was in die tijd 37 keer zo hoog als die van een gemiddelde vrouw, bleek achteraf. Na jaren van depressie, onzekerheid en suïcidale neigingen, besloot ze in 1997 een geslachtsveranderingsoperatie te ondergaan. Heidi is nu [Andreas](#).

Andreas is een van de [beroemdste slachtoffers](#) van de dopingpraktijken in de DDR. Hij voert [een lange lijst](#) aan van krakkemikkige lotgenoten die ooit, net als Heidi, gevierd werden als kampioenen. Tegenwoordig kampen ze met leverfalen en nierproblemen, velen hebben versleten of scheefgegroeide botten en gewrichten. Vrouwelijke ex-topsporters hebben last van baardgroei en een lage stem, soms groeide hun clitoris uit tot een kleine penis. Depressie, boulimia en suïcidaliteit komen veel voor, evenals miskramen en onvruchtbaarheid. Sommige ex-topsporters kregen kinderen die gedeeltelijk verlamd zijn,

klompvoeten hebben, of het Syndroom van Down. Anderen waren al dood voor ze überhaupt aan kinderen konden beginnen.

Tot zo ver de DDR. De andere kant van het IJzeren Gordijn heeft soortgelijke verhalen te vertellen. Uit West-Duitsland komt namelijk dat andere, inmiddels iconische slachtoffer: de zevenkamper Birgit Dressel. In 1987 overleed ze op 26-jarige leeftijd in een ziekenhuis in Mainz. Schreeuwend van de pijn, zo [gaat het verhaal](#). Dressel was hard op weg naar de top toen ze tijdens een kogelstoottraining ineens pijn kreeg in haar heupen. Drie dagen later overleed ze. In haar lichaam werden sporen gevonden van 101 verschillende preparaten, variërend van vitamines tot verboden spierversterkers. Haar gewrichten waren ontstoken, haar botten vergroeid. 'Een slachtoffer van de farmaceutische industrie', zei haar vader later. 'Een tragische samenloop van omstandigheden', meende haar sportarts [Armin Klümper](#), alias de 'wonderdokter van Freiburg'.

DDR: EEN STAATSGEHEIM PLAN

In de DDR heette het Staatsplanthema 14.25, een staatsgeheim plan dat in 1974 vaststelde dat de inzet van doping onderdeel was van het trainingsproces van topsporters in de DDR. Zo'n 15.000 Oost-Duitse sporters, volwassenen én minderjarigen, werden door hun trainers en sportartsen op een systematisch 'vitaminen'-dieet gezet. Ook vóór 1974 werden al volop gekleurde pillen uitgedeeld, maar toen de dopingcontroles in het buitenland steeds beter werden, ontstond in de DDR de behoefte de touwtjes meer in handen te hebben, en het dopinggebruik voortaan van bovenaf te regelen.

Het dopingbeleid van de DDR werd in 1991 door [Brigitte Berendonk](#) blootgelegd in haar geruchtmakende boek *Doping Dokumente*. Berendonk, zelf ooit DDR-jeugdkampioen vierkamp

en later West-Duits kampioen discuswerpen (in 1971) en kogelstoten (in 1973), had met haar man, bioloog Werner Franke, beslag weten te leggen op een aantal van de nauwkeurig omschreven dopingplannen.

Voor al de enorme omvang en systematiek die Berendonk onthulde, schokte binnen- en buitenland. Toch worden de feiten - hoe minitieuus gedocumenteerd ook - massaal ontkend door politici, trainers, sportartsen en sporters. Pas in 1998 werd een aantal betrokkenen artsen en politici veroordeeld tot voorwaardelijke gevangenisstraffen en geldboetes, een groep slachtoffers krijgt een - symbolische - schadevergoeding. Ondanks deze erkenning worden mensen als Berendonk die de dopingpraktijken aan de kaak stellen, tot in lengte van dagen beschimpt of zelfs bedreigd.

IN WEST-DUITSLAND WAS HET NET ZO ERG

Ook West-Duitsland had een dopingbeleid - al had het daar geen officiële naam, en waren er geen nauwkeurig omschreven plannen. En ook in West-Duitsland heerste collectieve ontkenning - al duurde 'ie daar nog veel langer: tot augustus 2013. Toen maakte een [onderzoek](#) van de Humboldt Universität Berlin een einde aan de langgekoesterde illusie dat alleen het oosten zich schuldig had gemaakt aan structurele dopingpraktijken. De studie onthulde dat in de voormalige BRD tussen 1970 en 1990 stelselmatig en op grote schaal doping was ingezet, en dat de middelen ook in de BRD aan minderjarigen waren uitgedeeld. Dit alles met medeweten en soms zelfs op aandringen van de West-Duitse politici. Saillant detail: de studie lag al maanden afgerond op de plank, maar het ministerie van binnenlandse zaken maakte haar pas openbaar - en alleen in gecensureerde versie - toen delen ervan [naar de pers waren](#)

[gelekt](#). In het rapport dat het ministerie vrijgaf, waren namen van politici weggelaten, omdat enkelen nog actief zouden zijn.

Uit het onderzoek bleek onder andere dat de West-Duitse overheid naar schatting tien miljoen Duitse Mark had besteed aan 516 wetenschappelijke onderzoeken naar de prestatiebevorderende werking van anabolen, testosteron en EPO. Trainers zetten de sporters hevig onder druk die middelen te nemen: wie weigerde mocht eenvoudigweg niet meedoen aan belangrijke wedstrijden. Over de bijwerkingen, die wel degelijk uit de onderzoeken naar voren kwamen, werd met geen woord gerept. De trainers en sportartsen werden op hun beurt weer onder druk gezet door politici die overdreven ambitieuze doelen stelden. Bij officiële dopingcontroles werd er bovendien maar al te graag een oogje dichtgeknepen.

DOPINGWEDSTRIJD

Zo vond tussen Oost- en West-Duitsland een heuse dopingwedloop plaats. Het stelselmatige dopinggebruik in West-Duitsland was volgens de studie van de Humboldt Universität weliswaar geen directe reactie op het dopingbeleid in de DDR, maar de ontwikkelingen in beide staten verliepen wel parallel aan elkaar. Uit het rapport blijkt dat West-Duitse politici wilden dat de West-Duitse sporters dezelfde kansen hadden als hun Oost-Duitse collega's. De BRD moest minstens zo goed presteren als de DDR - zo niet beter. Om dat doel te bereiken, was volgens de politici ieder middel geheiligd. De [Olympische Spelen in 1972](#) in München waren hiervoor de motor geweest, toen de DDR - nota bene in het hol van de leeuw - meer medailles had behaald dan de BRD.

Wie ooit [had gedacht](#) dat de hereniging van West- en Oost-Duitsland - beide goed voor talloze olympische medailles - zou

resulteren in een oppermachtig sportland, kwam letterlijk en figuurlijk bedrogen uit.

Onlangs overleed de ooit sterkste man ter wereld. Zijn lot [wordt beschouwd](#) als symbolisch voor de sportprestaties van Oost- en West-Duitsland. [Gerd Bonk](#), de voormalig DDR-gewichtheffer, stierf op 63-jarige leeftijd. Jarenlang had hij anabolen geslikt, jarenlang had hij wereldtitels behaald. Toen zijn prestaties in 1984 afnamen, bleek hij versleten. Bonk had suikerziekte, zijn nieren en andere organen haperden, hij belandde in een rolstoel. Ziek en invalide leefde Bonk nog een kleine dertig jaar voort, tot de ooit sterkste man ter wereld in oktober 2014 overleed aan zijn gebreken. Ooit gevierd, maar in herenigd Duitsland liever vergeten.