

КАК ИЗБЕЖАТЬ НАРУШЕНИЙ АНТИДОПИНГОВЫХ ПРАВИЛ

Несколько фактов о нарушениях антидопинговых правил

Дисквалифицированы

8 тренеров **1** врач

Из них — пожизненно:



Мельников Алексей



Чегин Виктор



Казарин Владимир



Португалов Сергей

Более

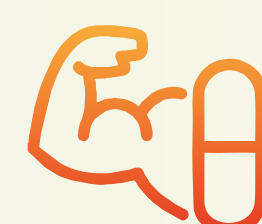
80

легкоатлетов в настоящее время отбывают наказание за нарушения антидопинговых правил.*

Почти

100

тренеров имеют два и более спортсменов, дисквалифицированных за нарушение антидопинговых правил.



Чаще всего причиной проваленных допинг-тестов становятся анаболические стероиды.



Применение анаболических стероидов не по медицинским показаниям оказывает негативное воздействие на печень, сердце и другие органы и системы — побочные эффекты могут проявиться через много лет!

* По состоянию на 06.03.2020 г.

Как обезопасить себя и не стать нарушителем антидопинговых правил



При наличии возможности обращаться за лечением только к врачам, которые знают, что к спортсменам предъявляются дополнительные требования при назначении запрещенных в спорте субстанций и методов.



Сообщать о всех назначениях врачу команды (если он есть). Самостоятельно проверять все применяемые лекарственные средства на сайте list.rusada.ru



Регулярно читать актуальный запрещенный список на сайте rusada.ru
Пройти онлайн-курс РУСАДА на платформе rusada.triagonal.net



Не приобретать спортивное питание и БАДы компаний, имеющих в ассортименте продукты, запрещенные антидопинговым законодательством. Обязательно сохранять чек после покупки препаратов.



Помнить, что часто на этикетке спортивного питания указываются не все содержащиеся в нем субстанции. Некоторые препараты, имеющиеся в ассортименте обычных аптек, являются запрещенными для спортсмена.



Быть особенно осторожными с лекарствами, купленными за рубежом — в единичных случаях состав препаратов с одним и тем же названием различается.



Необходимо оставлять в запечатанном виде один из экземпляров применяемых БАДов и спортивного питания.



Необходимо оставлять небольшое количество применяемого БАДа и спортивного питания внутри упаковки (в банке, блистере и т.д.).



Необходимо заполнять протокол допинг-контроля с подробным указанием всех БАДов, лекарственных средств и спортивного питания, применяемых в течение последних семи дней.



Ряд запрещенных субстанций может присутствовать в составе лекарственных средств, которые реализуются под разными коммерческими наименованиями (например, триметазидин, мельдоний, метилгексаметин и др. содержатся во многих препаратах).



Не курить кальян и не употреблять экзотические чаи: там могут содержаться психостимуляторы. Ни при каких обстоятельствах не применять наркотические средства.



Ни в коем случае не пользоваться средствами для сгонки веса: они могут содержать запрещенные диуретики и психостимуляторы, не указанные на этикетке.

Где можно получить информацию по вопросам, связанным с антидопинговой деятельностью?



Сайт РУСАДА:
rusada.ru



Проверка лекарств:
list.rusada.ru



Мобильное приложение
«АнтидопингПРО»

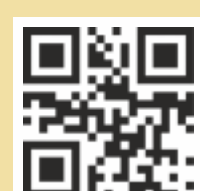


Раздел «Антидопинг» на сайте:
rusathletics.info



Онлайн-курс РУСАДА на сайте:
rusada.triagonal.net

Если вас склоняют или заставляют принимать запрещенные в спорте субстанции или методы, или вам стало известно, что кто-то использует в своей спортивной подготовке запрещенные субстанции или методы, обратитесь на горячую линию РУСАДА «Сообщи о допинге».



ФЕДЕРАЦИЯ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Региональная Спортивная Общественная Организация
Москва, ул. Кулакова, д. 20, корп. 1
тел.: +7 495 280-04-80; электронная почта: info@flamo.ru
сайт: www.flamo.ru



SMART RECOVERY
клиника спортивной медицины
Москва, Крылатская ул., д. 10, тел.: +7 495 642-66-55
электронная почта: info@smartrecovery.ru
сайт: www.smartrecovery.ru



РУСАДА
Российское антидопинговое агентство «РУСАДА»
Адрес: Москва, ул. Беговая, д. 6А; телефон/факс: +7 495 788-40-60
электронная почта: info@rusada.ru; сайт: www.rusada.ru