

ANTI-DOPING. JU JITSU GUIDE.



In partnership with



The background of the image is a light grey color, decorated with a pattern of small, semi-transparent dots in various shades of grey and white. These dots are scattered across the entire page, with some areas having a higher density of dots, creating a textured, modern look.

**“THINK GREEN...
KEEP JU-JITSU CLEAN”**

Азиатский союз джиу-джитсу
Председатель антидопингового образовательного
комитета.
Первый официальный педагогический работник в
джиу-джитсу.
Глава департамента антидопингового
образовательного комитета.
Лейла Кулиева (Leyla Kuliyeva)



Антидопинговое руководство для борьбы
джиу-джитсу.

ОАЭ, Абу-Даби, 2020

Email: anti-doping@jjau.org

Азиатский союз джиу-джитсу (JJAU) входит в



Олимпийский совет Азии
(OCA)



Международная федерация джиу-джитс
у(IJF)

ПЕРЕВОД БУКЛЕТА ВЫПОЛНЕН ПЕРЕВОДЧЕСКОЙ КОМПАНИЕЙ
«ALPHABET TRANSLATION»

СОДЕРЖАНИЕ

I.	Введение	5
1.	Допинг	6
2.	История антидопинга	7
3.	Всемирное антидопинговое агентство (ВАДА)	9
II.	Основная информация об антидопинге	10
1.	Терапевтическое использование (ТИ)	10
2.	Информация о местонахождении	13
3.	Процедуры Допинг-контроля	15
4.	Нарушение антидопинговых правил в спорте (НАП)	19
5.	Роль и ответственность Спортсменов согласно ст. 21 Всемирного антидопингового кодекс са.....	21
6.	Роль и ответственность Персонала спортсменов согласно ст. 21 Всемирного антидопингового кодекса	22
III.	Список запрещённых субстанций и методов	23
1.	Разделы списка запрещённых субстанций и методов	24
2.	Запрещённые субстанции	24
3.	Запрещённые методы	27
4.	IV. Допинг и угроза здоровью	30
	Приложение 1 Определения	37

I. ВВЕДЕНИЕ

В наше время применение антидопинговых правил является важной и очень серьёзной темой. В 2018 году был впервые утверждён и запущен образовательный антидопинговый проект JJAU. Антидопинговый и образовательный комитет Азиатского союза джиу-джитсу (JJAU) с помощью нового антидопингового образовательного плана начал преподавание передовых практик борьбы с допингом спортсменам в дисциплине джиу-джитсу, персоналу спортсменов, спортивным администраторам и другим поклонниками джиу-джитсу. Слоган Азиатского союза джиу-джитсу, призванный донести до спортсменов позитивный посыл — «Будь чистым — допинг вон из джиу-джитсу». Этот антидопинговый буклет, предназначен для спортсменов, тренеров, менеджеров и других людей, желающих узнать больше об общих антидопинговых правилах и процедурах, касающихся джиу-джитсу.



1. ДОПИНГ?

Что такое допинг.

Допинг в спорте включает, но не ограничивается следующим:

Допинг определяется как совершение одного или нескольких нарушений антидопинговых правил.



2. ИСТОРИЯ АНТИДОПИНГА

Считается, что допинг существовал на протяжении всей истории спорта.

В XIX веке велосипедисты и другие спортсмены спортивных дисциплин, требующие длительной физической нагрузки, часто использовали стимуляторы, кокаин и алкоголь для улучшения спортивных результатов.

Международная федерация любительского спорта (ИААФ) стала первой международной спортивной федерацией (МФ), запретившей использование стимулирующих веществ.

Датский велосипедист умер во время Олимпийских игр в Риме в 1960 году. Подробный отчёт о вскрытии так и не был обнародован. Несколько лет спустя один из врачей, проводивших вскрытие, заявил, что они «нашли следы кое-чего», в том числе амфетамина.

В июле 1967 года во время гонки «Тур де Франс» погиб ещё один велосипедист, Том Симпсон. Причиной его гибели стали стимуляторы в сочетании с жаркой погодой.

Международный олимпийский комитет (МОК) создал собственную Медицинскую комиссию и составил первый список запрещённых субстанций. Тестирование на наркотики впервые было проведено на зимних Олимпийских играх в Гренобле и на Олимпийских играх в Мехико в 1968 году.

В 1988 году у Бена Джонсона, выигравшего забег на 100 метров на Олимпиаде в Сеуле, тест на анаболический стероид показал положительный результат, после чего спортсмен был лишён медали, а его мировые рекорды были аннулированы. Позднее его тесты дали положительный результат на экзогенный тестостерон, в результате чего он был дисквалифицирован пожизненно.

Международный олимпийский комитет (МОК) запретил кровяной допинг в 1986 году.

Первый эффективный тест для обнаружения эритропоэтина (ЭПО) был внедрён на Олимпийских играх в Сиднее в 2000 году.



3. (WADA) ВАДА

В 1998 году, скандал, потрясший мир велоспорта, сделал очевидной необходимость создания независимого международного агентства, которое установило бы единые стандарты антидопинговой работы и координировало усилия спортивных организаций и государственных органов, работающих в этой сфере.

Международный олимпийский комитет (МОК) первым выступил с инициативой, организовав в феврале 1999 года в Лозанне Всемирную конференцию по допингу в спорте.

По предложению Конференции 10 ноября 1999 года было создано Всемирное антидопинговое агентство (ВАДА).

На сегодняшний день одним из наиболее важных достижений агентства в борьбе с допингом в спорте является разработка, принятие и практическая реализация согласованного свода антидопинговых правил — Всемирного антидопингового кодекса (далее по тексту — Кодекс).

Кодекс является основным документом, который обеспечивает рамки для согласованной антидопинговой политики, правил и положений, создаваемых в спортивных организациях, а также органами государственной власти. Принятие первоначальной версии Кодекса в 2003 году привело к целому ряду значительных достижений в глобальной борьбе с использованием допинга в спорте, включая официальное закрепление некоторых правил, а также уточнение ответственности заинтересованных сторон. Равноправными участниками Агентства являются представители Олимпийского движения и государственных органов власти.

Задача Всемирного антидопингового агентства состоит в том, чтобы возглавить совместное всемирное движение за спорт без допинга.



II. ОСНОВНАЯ ИНФОРМАЦИЯ ОБ АНТИДОПИНГЕ

1. ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ (ТИ)

РАЗРЕШЕНИЕ НА ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ

Как и любой спортсмен, вы можете страдать от заболевания или состояния, требующих приёма определённых препаратов. Если этот препарат включён в Запрещённый список, вам может быть выдано разрешение на терапевтическое использование (ТИ), которое позволяет вам принимать его. Разрешения на ТИ гарантируют, что вы сможете получить лечение в связи с официально диагностированным медицинским состоянием, даже если для такого лечения требуются запрещённые субстанции или методы. Процесс получения разрешения на ТИ позволяет избежать риска применения санкций в связи с положительным результатом теста. Любой спортсмен, который может быть подвергнут допинг-контролю, должен запросить разрешение на ТИ, прежде чем принимать запрещённые медпрепараты. Какая-либо информация, касающаяся запроса такого разрешения, будет полностью конфиденциальна.

Запрос необходимо подать не менее чем за 30 дней до участия в спортивном мероприятии. В исключительных случаях или чрезвычайных ситуациях разрешение на ТИ может быть утверждено задним числом.

ПРОЦЕСС ЗАПРОСА РАЗРЕШЕНИЯ НА ТИ:

Запросите форму разрешения на терапевтическое использование у соответствующей антидопинговой организации (АДО) или через Систему антидопингового администрирования и управления (ADAMS).

Ваш врач заполнит форму разрешения на ТИ, а вы отправите её обратно в свою антидопинговую организацию (АДО).

После получения запроса на выдачу РТИ группа экспертов, отобранных АДО, рассмотрит ваш запрос и выдаст разрешение на ТИ, если:

- Без приёма этой субстанции, состояние вашего здоровья значительно ухудшится.
- Вещество не улучшает ваши спортивные результаты, а только восстанавливает нормальное состояние здоровья.
- Альтернативных методов лечения не существует.



Антидопинговая организация выносит решение, можете ли вы принимать запрашиваемый препарат или нет. Если в удовлетворении запроса будет отказано, вам будут сообщены причины такого решения. Вы имеете право подать апелляцию на принятое решение.

Разрешение на ТИ во время допинг-контроля.

Укажите разрешённый препарат в протоколе Допинг-контроля. Сообщите, что было получено разрешение на терапевтическое использование. Покажите копию разрешения на ТИ инспектору допинг-контроля. Процедуры подачи запроса и выдачи разрешения на ТИ подробно описаны в Международном стандарте для разрешений на ТИ, опубликованном ВАДА. Вы можете получить более подробную информацию, связавшись с международной федерацией или национальной антидопинговой организацией.



THERAPEUTIC USE EXEMPTIONS

2. ИНФОРМАЦИЯ О МЕСТОНАХОЖДЕНИИ СПОРТСМЕНА

Местонахождение спортсмена.

Следует помнить, что тестирование всех спортсменов может проводиться в любом месте и в любое время. Тем не менее предоставление информации о местонахождении обязательно только для спортсменов, состоящих в Регистрируемом пуле тестирования, а пропущенным тестом считается отсутствие спортсмена по указанному адресу во время часового интервала абсолютной доступности.

Предоставление информации о местонахождении — это защита вашего права на чистый спорт.

Информация о местонахождении даёт антидопинговой организации (АДО) возможность определять местонахождение спортсменов без предварительного уведомления, что имеет критическое значение тестирования спортсменов, решивших прибегнуть к допингу. В Регистрируемый пул тестирования (РПТ) входят очень немногие спортсмены, которые и должны предоставлять точную и актуальную информацию о своём местонахождении.



НЕСКОЛЬКО ФАКТОВ О ПРЕДОСТАВЛЕНИИ ИНФОРМАЦИИ О МЕСТОНАХОЖДЕНИИ

Вы можете обновить информацию о своём местонахождении, просто отправив SMS в вашу АДО или используя мобильное приложение ВАДА. Если вы отсутствуете без уважительной причины, это может повлечь за собой неприятные последствия. Если ваше местонахождение для проведения теста невозможно определить, у вас будет возможность представить объяснения по этому поводу. Спортсмен имеет право уполномочить своего представителя предоставлять информацию о местонахождении, но имейте в виду, что ответственность за эту информацию всё равно несёт спортсмен. В командных видах спорта информация о местонахождении может предоставляться тренером или официальными представителями команды в виде коллективной информации.

Если ваша антидопинговая организация попросит предоставить информацию о местонахождении, от вас могут потребовать предоставить следующую информацию:

- Домашний адрес
- Информацию о тренировках и месте их проведения
- Расписание тренировок
- Информацию о ежедневных местах пребывания, например, работа или школа
- Спортсмены, включённые в РПТ, должны указывать один час в течение суток, когда инспектор допингконтроля сможет протестировать их.
- Ответственность за информацию о своём местонахождении несёте исключительно вы.
- Нельзя винить своего представителя или агента за неточно предоставленную информацию или за то, что он забыл сообщить о вашем местонахождении.
- Если вы включены в РПТ, вы должны сообщать о своём местонахождении каждые три месяца, чтобы вас можно было найти для проведения тестирования.
- Если вы включены в РПТ, вы должны ПОМНИТЬ, что непредставление точной информации о местонахождении может являться нарушением антидопинговых правил. О требованиях в отношении информации о своём местонахождении вы можете подробнее узнать в своей МФ или НАДО.
- Информация о местонахождении — один из важнейших элементов, поддерживающий право на чистый спорт.

3. ПРОЦЕДУРЫ ДОПИНГ-КОНТРОЛЯ

- Образцы вашей мочи и/или крови для проведения допинг-контроля могут собрать в любое время и в любом месте.
- О выборе вас для проведения допинг-контроля вас уведомит инспектор допинг-контроля (ИДК) или сопровождающий. Вам предложат подписать форму, подтверждающую, что вы понимаете свои права и обязанности.
- Вам необходимо будет явиться в пункт допинг-контроля как можно скорее.
- Вы можете самостоятельно выбрать комплект для сдачи из предоставленных ёмкостей.
- Для пробы требуется минимальное количество мочи.
- Вам нужно будет обнажиться от колен до пупка и от рук до локтя, чтобы обеспечить беспрепятственный вид на процесс сдачи образца.
- Выберите ёмкость для сдачи пробы из предложенных вариантов. Разделите пробы по флаконам «А» и «В». Сперва нужно заполнить флакон «В» до максимальной отметки. Затем необходимо заполнить флакон «А» и оставить немного мочи в ёмкости для сбора образца.
- Закрутите флаконы «А» и «В».
- ИДК измеряет удельную плотность образца, чтобы убедиться, что у него достаточная плотность для анализа.



Если плотность недостаточная, то может потребоваться отбор дополнительной пробы. Вы заполняете протокол допинг-контроля указав при этом:

- Личные данные.
- Информацию об используемых вами медикаментах, а именно: препаратах, назначенных врачом, препаратах в свободной продаже и пищевых добавках.
- Комментарии и замечания по процедуре допинг-контроля, если есть.
- Подтверждение правильности информации, указанных номеров и кода образца.

Образцы будут направлены в аккредитованную ВАДА лабораторию в условиях строгой конфиденциальности и будут отслеживаться в целях обеспечения их сохранности. Образец «А» будет проанализирован, а образец «В» будет сохранён в надёжном месте для проведения дальнейших тестов в случае необходимости. Лаборатория направит результаты анализа в ответственную Антидопинговую организацию (АДО) и ВАДА.

Права и обязанности спортсмена. У вас есть право:

- На представителя и переводчика, при наличии такового.
- Запрашивать дополнительную информацию касательно процедуры отбора образцов.
- Просить о предоставлении возможности опоздания на пункт допинг-контроля по уважительным причинам (на усмотрение ИДК).
- Требовать изменения процедуры взятия образца, если вы спортсмен с ограниченными физическими возможностями

Вы несёте ответственность за:

- Постоянное пребывание под непосредственным наблюдением ИДК/сопровождающего лица с момента уведомления до завершения процесса взятия пробы.
- Предъявление надлежащего удостоверения личности.
- Соблюдение процедуры тестирования (невыполнение процедуры может являться нарушением антидопинговых правил).
- Незамедлительную явку для проведения допинг-контроля, если нет весомых причин для опоздания.



4. НАРУШЕНИЕ АНТИДОПИНГОВЫХ ПРАВИЛ (НАП)

Допинг определяется как совершение одного или нескольких нарушений следующих антидопинговых правил:

1. Наличие запрещённой субстанции, или её метаболитов, или маркеров в пробе, взятой у спортсмена.
2. Использование или попытка использования спортсменом запрещённой субстанции или запрещённого метода.
3. Уклонение, отказ или неявка на процедуру сдачи проб спортсменом.
4. Нарушение спортсменом порядка предоставления информации о местонахождении.
5. Фальсификация или попытка фальсификации любой составляющей допинг-контроля со стороны спортсмена или другого лица.
6. Обладание спортсменом или персоналом спортсмена запрещённой субстанцией или запрещённым методом.
7. Распространение или попытки распространения любой запрещённой субстанции или запрещённого метода со стороны спортсмена или персонала спортсмена.
8. Назначение или попытка назначения любому спортсмену запрещённой субстанции или запрещённого метода со стороны спортсмена или другого лица.
9. Соучастие или попытка соучастия со стороны спортсмена или другого лица.
10. Запрещённое сотрудничество со стороны спортсмена или другого лица.
11. Действия спортсмена или другого лица, направленные на препятствование или попытка мести лицам, передающим информацию в компетентные органы. (Пункт 11 вступает в силу с 1 января 2021).

Обработка результатов

Санкции за нарушение антидопинговых правил могут варьироваться от предупреждения до пожизненной дисквалификации. Срок дисквалификации может колебаться в зависимости от типа нарушения антидопинговых правил, обстоятельств каждого конкретного случая, субстанции и вероятности повторного нарушения антидопинговых правил.

Каждый спортсмен вправе требовать анализа образца из флакона «В». Вы имеете право на справедливое судебное разбирательство и право обжаловать любое решение, касающееся положительного результата теста или санкций, применённых к вам в связи с нарушением антидопинговых правил.



5. РОЛЬ И ОТВЕТСТВЕННОСТЬ СПОРТСМЕНА СОГЛАСНО СТ. 21 ВСЕМИРНОГО АНТИДОПИНГОВОГО КОДЕКСА ВАДА

21.1 Роль и ответственность Спортсменов

21.1.1 Спортсмены должны знать и соблюдать все антидопинговые политики и правила, реализуемые в соответствии с Кодексом.

21.1.2 В любое время быть доступными для взятия Проб.

21.1.3 Нести ответственность в контексте борьбы с допингом за то, что они потребляют в пищу и Используют.

21.1.4 Информировать медицинский персонал об их обязанностях не использовать Запрещённые субстанции и Запрещённые методы, нести ответственность за то, что любое получаемое ими медицинское обслуживание не нарушает антидопинговую политику и правила, принятые в соответствии с Кодексом.

21.1.5 Информировать свою Национальную антидопинговую организацию и Международную федерацию о любом решении организации, не подписавшей Кодекс, о том, что Спортсмен нарушил антидопинговые правила в течение предыдущих десяти лет.

21.1.6 Сотрудничать с Антидопинговыми организациями при расследовании нарушений антидопинговых правил.

21.1.7 По запросу любой антидопинговой организации, имеющей полномочия в отношении Спортсмена, Спортсмен обязан раскрыть личности своего вспомогательного персонала.



6. РОЛЬ И ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ПЕРСОНАЛА СПОРТСМЕНОВ СОГЛАСНО СТ. 21 ВСЕМИРНОГО АНТИДОПИНГОВОГО КОДЕКСА ВАДА

21.2 Роль и ответственность Персонала спортсмена

21.2.1 Персонал спортсмена должен знать и соблюдать антидопинговую политику и правила, принятые в соответствии с Кодексом, которые применимы к нему или Спортсменам, содействие которым он оказывает.

21.2.2 Сотрудничать при реализации программ Тестирования Спортсменов.

21.2.3 Использовать свое влияние на Спортсмена, его взгляды и поведение с целью формирования атмосферы нетерпимости к допингу.

21.2.4 Информировать свою Национальную антидопинговую организацию и Международную федерацию о любом решении организации, не подписавшей Кодекс, о том, что он или она нарушили антидопинговые правила в течение предыдущих десяти лет.

21.2.5 Сотрудничать с Антидопинговыми организациями при расследовании нарушений антидопинговых правил.

21.2.6 Персонал спортсмена не должен использовать или обладать какими-либо Запрещёнными субстанциями или Запрещёнными методами без уважительной причины.



III. ЗАПРЕЩЁННЫЙ СПИСОК

С 2004 года Всемирное антидопинговое агентство (ВАДА) ежегодно публикует список запрещённых субстанций и методов (далее Список). В списке, который является одним из шести международных стандартов, указаны субстанции и методы, запрещённые в соревновательный и внесоревновательный периоды, а также в отдельных видах спорта. Субстанции и методы, включённые в список, разбиты на различные категории (например, стероиды, стимуляторы, генный допинг). Роль ВАДА состоит в том, чтобы с помощью своей группы экспертов по списку, а также Комитета по вопросам здравоохранения, медицины и научных исследований, осуществлять консультации перед подготовкой и публикацией Списка до 1 октября для его последующего ввода в действие в начале следующего года. Запрещённый список — краеугольный камень Всемирного антидопингового кодекса и ключевым компонентом гармонизации правил. Список обновляется на ежегодной основе после обширных консультаций, проводимых при содействии ВАДА.



PROHIBITED LIST

1. РАЗДЕЛЫ ЗАПРЕЩЁННОГО СПИСКА

Запрещённый список состоит из следующих разделов:

А. Субстанции и методы, запрещённые всё время (как в соревновательный, так и во внесоревновательный период):

СУБСТАНЦИИ

S0 НЕОДОБРЕННЫЕ СУБСТАНЦИИ.

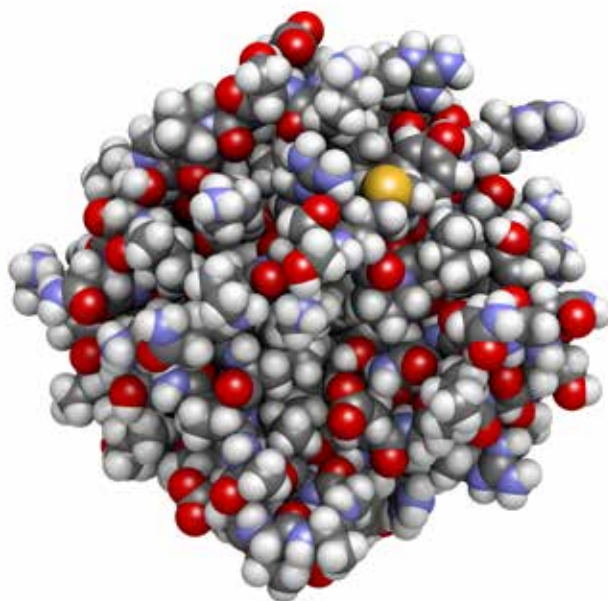
Любые фармакологические субстанции, не вошедшие ни в один из последующих разделов Списка и в настоящее время не одобренные ни одним органом государственного регулирования в области здравоохранения к использованию в качестве терапевтического средства у людей (например, лекарственные препараты, находящиеся в стадии доклинических или клинических испытаний, лекарства, лицензия на которые была отозвана, «дизайнерские» препараты, медицинские препараты, разрешенные только к ветеринарному применению), запрещены к использованию в любое время.

S1 АНАБОЛИЧЕСКИЕ АГЕНТЫ

- Анаболические агенты запрещены. Анаболические Андрогенные Стероиды (ААС) при экзогенном введении, включая, но не ограничиваясь следующими.
- Другие анаболические агенты, включая, но не ограничиваясь следующими: Селективные модуляторы андрогенных рецепторов (SARMs , например, андарин, LGD-4033 (лигандрол), энобосарм (остарин) и RAD140.

S2 ПЕПТИДНЫЕ ГОРМОНЫ, ФАКТОРЫ РОСТА, ПОДОБНЫЕ СУБСТАНЦИИ И МИМЕТИКИ.

- Эритропоэтины (ЕРО) и агенты, влияющие на эритропоэз, включая, но не ограничиваясь следующими:
 - Агонисты рецепторов эритропоэтина.
 - Активаторы гипоксия-индуцируемого фактора (HIF), например:
 - Ингибиторы GATA, например.
 - Ингибиторы сигнального пути TGF-бета/
 - Агонисты врожденного рецептора восстановления, например:
 - Пептидные гормоны и их релизинг-факторы/
 - Гонадотропин хорионический (CG) и лютеинизирующий гормон (LH) и их релизинг-факторы — запрещены только для мужчин.
 - Кортикотропины и их релизинг-факторы, например:
 - Гормон роста (GH), его фрагменты и релизинг-факторы, включая, но не ограничиваясь:
 - Факторы роста и модуляторы факторов роста, включая, но не ограничиваясь следующими:
 - И другие факторы роста или модуляторы фактора роста, влияющие на синтез или распад мышечного, сухожильного либо связочного белка, на васкуляризацию, потребление энергии, способность к регенерации или изменение типа тканей.



S3 БЕТА-2-АГОНИСТЫ.

Запрещены все селективные и неселективные бета-2 агонисты, включая все оптические изомеры.

S4 ГОРМОНЫ И МОДУЛЯТОРЫ МЕТАБОЛИЗМА.

S5 ДИУРЕТИКИ И МАСКИРУЮЩИЕ АГЕНТЫ.



ЗАПРЕЩЁННЫЕ МЕТОДЫ

М1 манипуляции с кровью и её компонентами.

Запрещены следующие методы:

- Первичное или повторное введение в кровеносную систему любого количества аутологической, аллогенной (гомологичной) или гетерологичной крови или препаратов красных клеток крови любого происхождения.
- Искусственное улучшение процессов потребления, переноса или доставки кислорода. Включая, но не ограничиваясь: Перфторированные соединения, эфапроксирал (RSR13) и модифицированные препараты гемоглобина, например, заменители крови на основе гемоглобина, микрокапсулированный гемоглобин, за исключением введения дополнительного кислорода путём ингаляции.
- Любые формы внутрисосудистых манипуляций с кровью или её компонентами физическими или химическими методами.



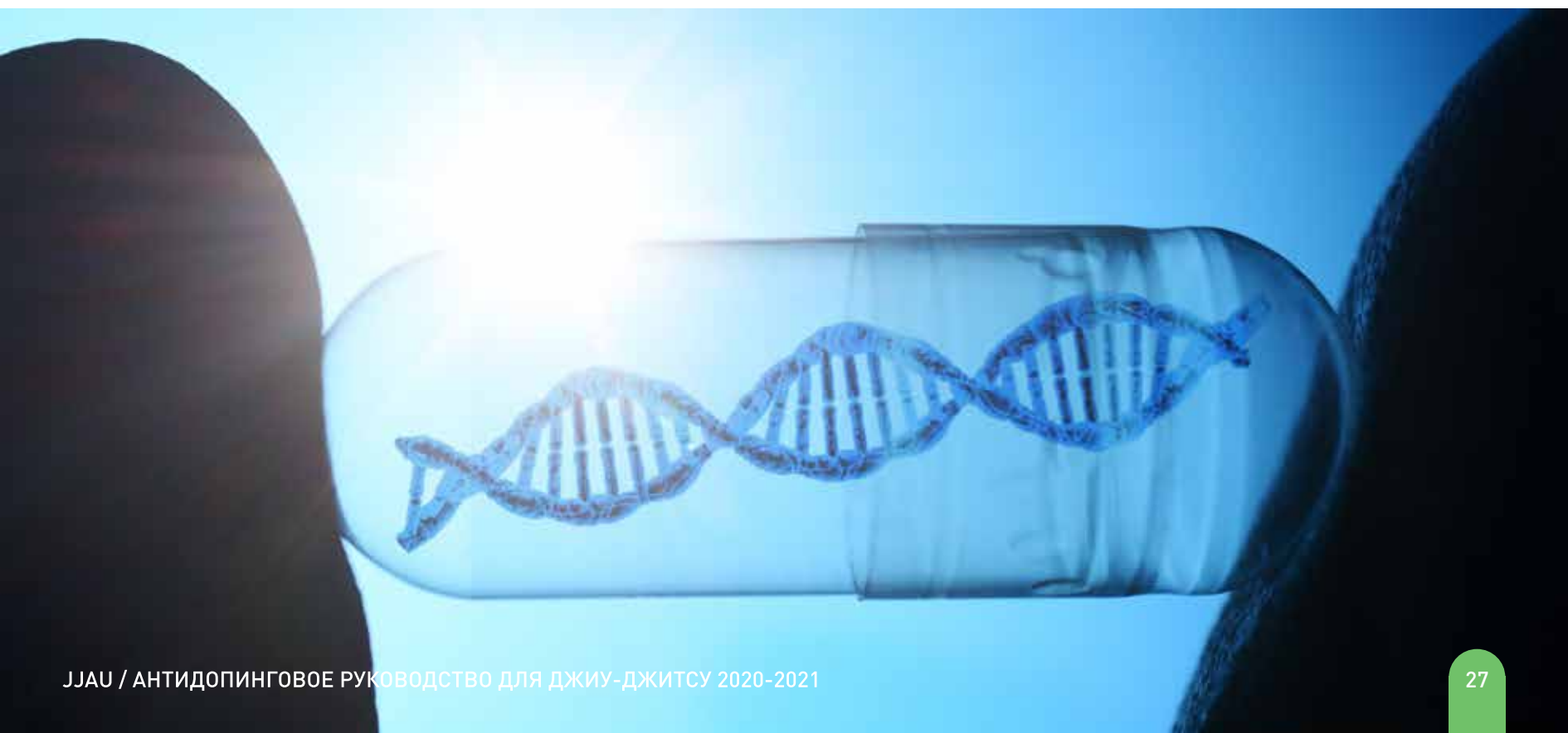
М2 ХИМИЧЕСКИЕ И ФИЗИЧЕСКИЕ МАНИПУЛЯЦИИ

- Фальсификация, а также попытки фальсификации отобранных в рамках процедуры допинг-контроля проб с целью нарушения их целостности и подлинности. Включая, но не ограничиваясь: Действия по подмене образцов и/или изменению их свойств, например, добавление протеазных ферментов к образцу.
- Внутривенные инфузии и/или инъекции в объеме более 100 мл в течение -12часового периода, за исключением обоснованных случаев стационарного лечения, хирургических процедур или при проведении клинической диагностики.

М3 ГЕННЫЙ И КЛЕТОЧНЫЙ ДОПИНГ

Следующие методы запрещены, как способные улучшить спортивные результаты:

- Использование нуклеиновых кислот или аналогов нуклеиновых кислот, которые могут изменять последовательности генома и / или изменять экспрессию генов путём любого механизма. Это включает в себя, но не ограничивается технологиями редактирования генов, подавления экспрессии генов и передачи генов.
- Использование нормальных или генетически модифицированных клеток.



В. ЗАПРЕЩЁННЫЕ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД

СУБСТАНЦИИ

S6. СТИМУЛЯТОРЫ

S7. НАРКОТИКИ

S8. КАННАБИНОИДЫ

S9. ГЛЮКОКОРТИКОИДЫ

С. ЗАПРЕЩЕНЫ В ОТДЕЛЬНЫХ ВИДАХ СПОРТА

СУБСТАНЦИИ

P1 БЕТА-БЛОКАТОРЫ



IV. ДОПИНГ И ЕГО УГРОЗА ЗДОРОВЬЮ

МЕТОДЫ

Запрещённые методы введения веществ или манипуляции с физиологией. Помимо прочего, эти методы могут иметь негативные последствия для вашего организма, например:

Кровяной допинг, в том числе переливание крови для изменения способа доставки кислорода в остальные части тела, может привести:

- К повышенному риску сердечной недостаточности, инсульту, поражению почек и повышению кровяного давления.
- К проблемам с кровью, таким как инфекции, отравления, перегрузка системы кровообращения лейкоцитами и снижение количества тромбоцитов.
- К проблемам с кровеносной системой. ВИЧ/СПИД. Как и в случае с любыми инъекционными наркотиками, использование шприца для введения крови повышает риск заражения такими инфекционными заболеваниями, как ВИЧ/СПИД и гепатит.



1. Стероиды

К побочным эффектам использования стероидных препаратов относятся следующие:

Стероиды могут увеличить силу и размер ваших мышц, но у них бывают и побочные эффекты:

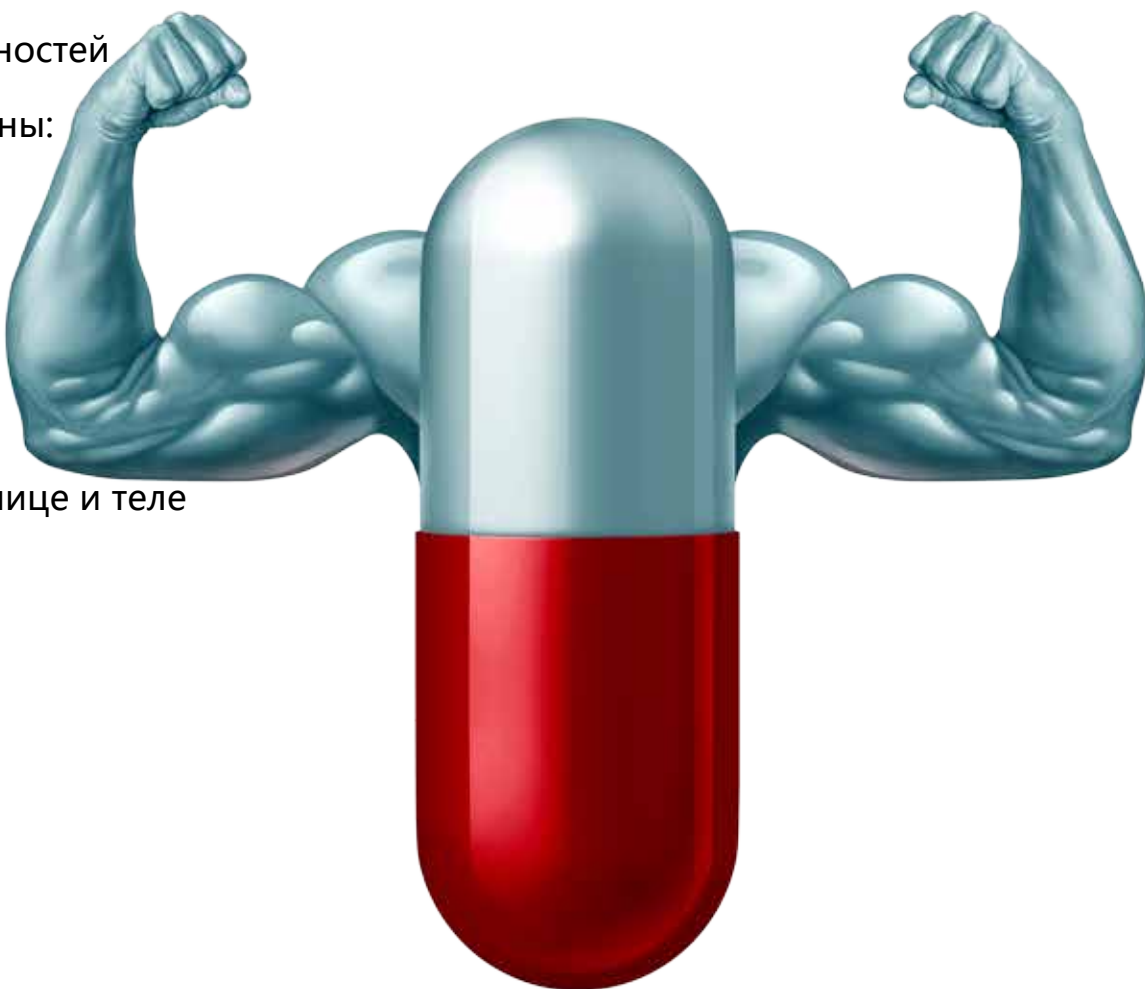
- Появление угрей
- Выпадение волос облысение.
- Повышенный риск болезней печени и сердечно-сосудистых заболеваний
- Резкие перепады настроения
- Повышенная агрессивность
- Проявление суицид. наклонностей

Помимо этого, у мужчин возможны:

- Уменьшение яичек
- Рост груди

А женщины могут страдать от:

- Понижения тона голоса
- Усиленного роста волос на лице и теле



2. ЭПО

ЭПО (Эритропоэтин) может влиять на повышение кислород-снабжающей способности крови, но:

- Использование ЭПО приводит к загущению крови.
- Попытки сердца прокачивать столь густую кровь по венам способны вызвать:
- Приводит к слабости и недомоганию во время интенсивных тренировок.
- Существенное повышение артериального давления.
- Заставит сердце работать столь усердно, что у вас может случиться инфаркт или инсульт (даже в молодом возрасте)



3. Стимуляторы

Стимуляторы используются для повышения выносливости и результативности в соревнованиях.

Побочные эффекты:

- Бессонница (невозможность нормально выспаться).
- Непроизвольный тремор или дрожь.
- Проблемы с координацией и равновесием.
- Патологический страх и агрессия.
- Повышенный и аритмичный пульс.
- Вероятность сердечного приступа или инсульта.



4. ЧГР

ЧГР (гормон роста человека) может вызывать сделать ваши мышцы и кости сильнее, а также ускорить восстановление организма. Использование ЧГР может вызвать:

- Акромегалию — расширение и утолщением костей, особенно костей черепа. Эти изменения являются необратимыми.
- Увеличение сердца в размерах, что ведёт к повышению артериального давления и способно привести к внезапной остановке сердца.
- Негативные последствия для печени, щитовидной железы и зрения.
- Ревматический полиартрит



5. МАСКИРУЮЩИЕ АГЕНТЫ

Некоторые спортсмены пытаются обмануть систему, используя диуретики и другие вещества, чтобы скрыть признаки использования запрещённых веществ.

Безусловно, связанные побочные эффекты могут повлиять на вашу способность тренироваться и участвовать в соревнованиях.

- Вызывают головокружение и потерю сознания.
- Приводят к обезвоживанию организма.
- Вызывают мышечные спазмы.
- Снижают кровяное давление.
- Являются причиной потери координации и равновесия.
- Затуманивают сознание и приводят к плохому настроению.
- Нарушают работу сердца.



6. Марихуана

Каннабис, гашиш и марихуана ЗАПРЕЩЕНЫ.

Независимо от того, отпечетый ли вы торчок или просто покуриваете время от времени, марихуана может негативно влиять на ваши спортивные результаты и здоровье.

Употребление марихуаны может вызвать:

- Ухудшение памяти, снижение внимания и мотивации, а также нарушение обучаемости.
- Ослабление иммунитета.
- Болезни лёгких (хронический бронхит и другие респираторные заболевания) или даже вызвать рак горла.
- Возникновение психологической и физической зависимости.



7. Наркотики

Наркотики, такие как героин и морфин, могут помочь вам избавиться от боли, НО результатом будет:

- Слабый иммунитет.
- Повышенный пульс и угнетение функций дыхательных органов.
- Утрата координаторных способностей, равновесия и концентрации.
- Проблемы с желудочно-кишечным трактом, рвота и запоры.
- Кроме того, наркотики быстро вызывают сильнейшую физическую зависимость организма, а у мозга вырабатывается психологическую зависимость.

ОПРЕДЕЛЕНИЯ

МОК — Международный олимпийский комитет

ВАДА — Всемирное антидопинговое агентство

JJAU — Азиатский союз джиу-джитсу

JJIF — Международная федерация джиу-джитсу

ADAMS — Система антидопингового администрирования и управления

МФ — Международная федерация

НАДО — Национальная антидопинговая организация

АДО — Антидопинговая организация

ИДК — Инспектор допинг-контроля

НПАД — Нарушение правил антидопинга

РТИ — Разрешение на терапевтическое использование

РПТ — Регистрируемый пул тестирования

ААС — Анаболические андрогенные стероиды

ЭПО — Эритропоэтин

ВИЧ/СПИД — Вирус иммунодефицита человека и синдром приобретённого иммунного дефицита

ЧГР - Гормон роста человека



anti-doping@jjau.org