

КАК ИЗБЕЖАТЬ НАРУШЕНИЙ АНТИДОПИНГОВЫХ ПРАВИЛ



ВСЕРОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ

Несколько фактов о нарушениях антидопинговых правил

Дисквалифицированы

7

тренеров

1

врач

Из них — пожизненно:



Мельников Алексей



Чегин Виктор



Казарин Владимир



Португалов Сергей

87

легкоатлетов в настоящее время отбывают наказание за нарушения антидопинговых правил*



Чаще всего причиной проваленных допинг-тестов становятся анаболические стероиды и стимуляторы



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 веществ и методов.



Помнить, что часто на этикетке спортивного питания указываются не все содержащиеся в нем вещества.



Ни при каких обстоятельствах не применять наркотические средства.



Сообщать о всех назначениях врачу команды (если он есть).



Не курить кальян и не употреблять экзотические чаи: там могут содержаться психостимуляторы.



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



Самостоятельно проверять все применяемые лекарственные средства на сайте list.rusada.ru



Помнить, что некоторые препараты имеющиеся в ассортименте обычных аптек являются запрещенными для спортсмена.



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.



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



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 «Антидопинг ППО»



Раздел «Антидопинг» на сайте:
rusathletics.info



Онлайн курс РУСАДА на сайте:
rusada.triagonal.net

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



ВСЕРОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ
Общероссийская общественная организация
Москва, Лужнецкая наб., д. 8, тел.: +7 495 637-94-20
электронная почта: rusaf@rusathletics.info
сайт: www.rusathletics.info



МОСКОВСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ С.Ю. ВИТТЕ
Частное образовательное учреждение высшего образования
Москва, 2-й Кожуховский проезд, д. 12, стр. 1;
тел.: +7 495 783-68-48; электронная почта: info@muiv.ru
сайт: www.muiv.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