



PRIRUČNIK O ANTIDOPINGU

Priručnik o antidopingu

Služba za antidoping

Hrvatski zavod za javno zdravstvo

Zagreb, 2024.

ISBN 978-953-8362-37-8

Impresum

Priručnik o antidopingu

Autori: Roman Latinović, dr. med.
Marija Slivonja, dr. med.
Franka Antičić-Lović, mag. oec.
Dario Bauer, dipl. iur.
Paulina Karač Šajković, mag. iur.

Nakladnik: Hrvatski zavod za javno zdravstvo
Služba za antidoping
Borongajska cesta 83g
10 000 Zagreb

Web: antidoping-hzta.hr
Email: pitanja-antidoping@hzjz.hr

Grafička priprema i tisak: Studio HS internet d.o.o.
Kolodvorska 139
31 000 Osijek

Urednica: Vesna Barišić
Lektura: Vesna Pudrlja, mag. educ. philol. croat.

Fotografije: www.shutterstock.com, www.stock.adobe.com

Naklada: Elektronička knjiga
Zagreb, 2024.
ISBN 978-953-8362-37-8

SADRŽAJ

1	UVOD.....	5
2	ETIČKI ASPEKTI DOPINGA.....	7
3	EDUKACIJA O DOPINGU I NJEGOVA PREVENCIJA.....	11
4	POSTUPAK DOPINŠKE KONTROLE.....	17
5	POPIS ZABRANJENIH SREDSTAVA.....	23
6	LABORATORIJI I ANALIZA UZORAKA.....	27
7	TERAPIJSKA IZUZEĆA	31
8	SUPLEMENTI I RIZICI	39
9	PRAVNI ASPEKTI KRŠENJA ANTIDOPINŠKIH PRAVILA	43



Svrha ovog priručnika je na zanimljiv i jednostavan način približiti antidopinšku problematiku sportašima, njihovom pratećem osoblju i općenito sportskoj zajednici. Kod pripreme tekstova za ovaj priručnik, brinulo se o tome da se obuhvate sva važna antidopinška pitanja s naglaskom na praktične aspekte. Tako vjerujemo da će nastojanje i misija Službe za antidoping u promicanju čistih vrijednosti sporta i pravodobnoj edukaciji sportaša postići svoj puni cilj.

Ovaj priručnik je namijenjen za inicijalnu edukaciju o antidopinškim pitanjima, ali i za usavršavanje već ranije stečenih znanja iz tog područja. S obzirom na složenost antidopinške problematike, u ovom priručniku nije bilo moguće obuhvatiti sve detalje pojedinih područja i postupanja, no pružen je pregled po tematskim područjima, u kojima će svi zainteresirani za antidoping moći pronaći odgovore na sva važna pitanja.

Priručnik je osmislila Služba za antidoping, kao nadopunu postojećih edukacijskih materijala i programa, a temelji se na antidopinškim pravilima sadržanima u kodeksu Svjetske antidopinške organizacije i obaveznim međunarodnim standardima. U Republici Hrvatskoj su nacionalna antidopinška pravila sadržana u Pravilima o antidopingu.

Sa željom da ovaj priručnik bude zanimljivo i korisno štivo, želimo vam puno sportskih uspjeha, u duhu čistog sporta!

Služba za antidoping
Hrvatski zavod za javno zdravstvo



Razmatranja etičkih načela vezanih za uzimanje dopinga iznimno su važna za svakog sportaša, jer se tako mogu izgraditi odgovarajući stavovi u odnosu na doping. Bitno je savjetovati se sa stručnjacima, a ne bazirati svoje razmišljanje na informacijama koje dolaze iz raznih izvora, često od prijatelja ili drugih sportaša. Na osnovi kvalitetno izgrađenih stavova, sportaši će moći donijeti kvalitetne odluke usmjerene na očuvanje zdravlja i vlastite sportske karijere. Svaki sportaš tako može i mora biti promotor čistog sporta.

Očuvanje čistog sporta

Svaki vjerodostojni sportaš ima težnju za poštenim i čistim postizanjem rezultata. Sama bit sporta temelji se na natjecanju, zbog čega je jedan od krajnjih ciljeva postizanje rezultata i uspjeha. To otvara mogućnosti raznih načina ostvarenja istih, pa i onih nelegalnih. Ispravan i etičan način postizanja uspjeha u smislu rezultata, temelji se na treningu i ulaganju napora u održanje zdravog organizma, a što uključuje planiranje napora i odmora, zdravu i uravnoteženu prehranu i njegovanje zdravih životnih navika, čime bi svaki sportaš mogao ostvariti svoj puni potencijal na treningu i na natjecanju. Nažalost, upravo zbog neadekvatnog ostvarivanja zadanih ciljeva u sportu ili želje za dodatnom „pomoći“, u realizaciji tih ciljeva neki sportaši pribjegavaju doping, vjerujući da će tako postići rezultate i osobne ciljeve. Takav pristup je neetičan i dovodi u pitanje regularnost i čistoću sporta.

Doping je varanje

Uvijek je potrebno naglašavati da je bavljenje sportom i njegovanje kulture sporta važno za zdravlje pojedinca i društva. S druge strane, kad se tome doda korištenje ili primjena dopinga, ostvaruje se nepovoljan i štetan utjecaj na zdravlje - kako

pojedince, tako i društva. Ujedno se kviri bit sporta, koji treba biti čist od dopinga. Doping se i definiira kao ilegalna ili zabranjena primjena, ili korištenje nedopuštenih tvari i/ili metoda u sportu, u svrhu poboljšanja sportske izvedbe. Sasvim je jasno da se upravo zbog dopinga mijenjaju odnosi snaga na sportskom terenu. Sportašu koji se njime koristi privremeno daje dodatnu prednost, zbog koje se na nelegalan način postižu bolji rezultati. Stoga je doping varanje, i to varanje drugih, čistih sportaša, onih koji istome ne pribjegavaju, ali i varanje samog sporta, jer utječe na izvedbu i postizanje rezultata. Na kraju, doping je varanje samog sebe - u smislu etičnosti i morala, a njegova primjena ostavlja teško izbrisiv trag prijevare, koji korisnika dopinga prati kroz život, čak i u situaciji kad osoba nije uhvaćena u doping.

Elementi čistog sporta

Četiri su elementarne vrijednosti neizostavan dio čistoga sporta:

- ▶ poštenje
- ▶ integritet
- ▶ odgovornost
- ▶ poštovanje

Korištenje dopinga kosi se sa svim tim vrijednostima.

Utjecaj dopinga na zdravlje

Doping izravno šteti sportaševu zdravlju. Njegovom se primjenom ponekad postižu bolji rezultati (zbog poboljšane izvedbe), no cijena se u konačnici plaća uništavanjem fizičkog i psihičkog blagostanja. Primjena dopinga može uzrokovati štetne učinke i izazvati promjene na organima, zbog čega se mogu razviti teška i po život opasna stanja koja, u konačnici, mogu dovesti do smrti i invaliditeta. Ne treba zanemariti ni učinke na mozak, živce i psihu, razvoj neadekvatnog ponašanja i reagiranja, razvoj ovisnosti i druge oblike poremećenog ponašanja i funkcioniranja u obitelji, radnoj zajednici i društvu općenito. Svemu tome treba dodati i smanjenu kakvoću života prouzročenu štetnim učincima dopinga na tijelo i psihu, te elemente stigmatizacije.

Svrha antidopinga

Cilj je odstraniti doping iz sporta i u tu svrhu na snazi su antidopinška pravila. Unatoč svim naporima, doping je i dalje prisutan u sportu, što se vidi u brojnim pozitivnim nalazima dopinških testiranja. Ipak, antidoping je sustavom kontrola i primjenom mjera i sankcija reducirao i spriječio nesmetanu i nekontroliranu primjenu dopinga. Teško je reći kako će i kada završiti borba protiv dopinga u sportu. Antidoping se predano bori za dobrobit sportaša i čist sport, zbog čega je dio sportskih pravila.

Širok utjecaj na društvo

Doping ima svoje učinke u natjecateljskom sportu, ali i u cijelom društvu. To se jasno vidi u rekreativnom sportu iz kojeg se regrutiraju budući sportaši. Zabrinjavajuće je da se dopingom tako koristi mlađa dobna populacija i da je u toj sferi u širokoj upotrebi. Zbog toga može doći do pojave štetnih učinaka na zdravlje mlađe populacije, koja bi trebala biti najzdraviji dio društva. Zbog primjene dopinga u tom segmentu populacije, oblikuje se i odgovarajući način razmišljanja i obrazac ponašanja koji je u suprotnosti s etičkim načelima. Promiče se, na kraju, ideja primjene zabranjenih tvari kao načina postizanja uspjeha u društvu, po uzoru na ciljeve koji se dopingom nastoje postići u sportu. Sve ovo vodi prema neodgovarajućem razvoju društva i dodatno se otvaraju vrata za primjenu sredstava ovisnosti. Zbog navedenog je doping sustavan i ozbiljan etički problem društva, a zbog njegove široke primjene u društvu - i javnozdravstveni problem.

Odgovornost pojedinca

Svaki je pojedinac u društvu odgovoran - kako za svoje zdravlje, tako i za posredne učinke na bližu i širu društvenu zajednicu. Uzimanje dopinga dokaz je neodgovornosti i destruktivnog načina razmišljanja. Iako u svijetu i društvu postoje različiti problemi koji se ne mogu rješavati jednostavno, a koji mogu nepovoljno djelovati na svakog pojedinca u društvu, pojedinci često posežu za uzimanjem sredstava s ciljem da ublaže posljedice takvih utjecaja. U tom smislu, doping se uzima i u mlađoj i općoj populaciji, kao sredstvo izlaza iz nepovoljne situacije, odnosno radi mogućeg ostvarivanja željenih ciljeva. Takav odabir je zavaravajući i u konačnici donosi različite aspekte štetnih učinaka na pojedince i zajednicu. Stoga je bitno osvijestiti i ovo područje i pronaći pozitivne i blagotvorne načine rješavanja problema i postizanja ciljeva. Tako bi svaki pojedinac mogao dati svoj doprinos vlastitom zdravlju i zdravlju populacije. Odabirom dopinga, svaki pojedinac zapravo okreće leđa zdravlju i uništava društvo.



Cilj edukacije je promicati i usađivati vrijednosti čistog sporta, razviti ponašanja koja potiču i štite duh sporta i pomoći u prevenciji namjernog i nenamjernog dopinga kod sportaša.

Uloge i odgovornosti

Služba za antidoping nadležna je i obvezna planirati, provoditi i promicati edukaciju u skladu s odredbom 18.2. Kodeksa i u skladu s Međunarodnim standardom za edukaciju, koji je, kao obavezan međunarodni standard, stupio na snagu 1. siječnja 2021. godine. **Njegovo glavno načelo jest da sportaševo prvo iskustvo s antidopingom mora biti putem edukacije, a ne putem dopinške kontrole.**

Program antidopinške edukacije zacrtan je u Planu i programu edukacije Službe za antidoping, koji se izrađuje posebno za svaku godinu, a propisuje plan, praćenje i vrednovanje provedbe edukacijskih programa i aktivnosti. Edukacijski programi ključni su za osiguravanje učinkovitih i usklađenih antidopinških programa, a njihov je cilj podići svijest, pružiti točne informacije i razviti sposobnost donošenja informativnih odluka te promicati osobne vrijednosti i načela koja štite duh sporta.

U sklopu Plana i programa edukacije, Služba za antidoping provodi program edukacije primjenom sljedećih načela:

- ▶ edukacije temeljene na vrijednostima (provedba aktivnosti s naglaskom na razvoj osobnih vrijednosti i načela pojedinaca, s ciljem da polaznik donosi etički ispravne odluke)
- ▶ podizanja svijesti (naglasak na temama i pitanjima vezanima za čisti sport)
- ▶ pružanja informacija (dostupnost točnog i aktualnog antidopinškog sadržaja);
- ▶ edukacije o antidopingu (edukacija o antidopinškim temama za razvoj kompetencija ponašanja u čistom sportu)

Edukacijski programi Službe za antidoping uključuju sljedeće teme i sadržaje, a koji su navedeni i u odredbi 18.2. Kodeksa:

- ▶ načela i vrijednosti povezane s čistim sportom
- ▶ prava i obveze sportaša, pratećeg osoblja sportaša i ostalih skupina navedenih u Kodeksu
- ▶ načelo stroge odgovornosti
- ▶ posljedice dopinga, npr. tjelesno i mentalno zdravlje, društvene i gospodarske učinke i sankcije
- ▶ kršenje antidopinškog pravila
- ▶ tvari i metode s Popisa zabranjenih sredstava
- ▶ rizike korištenja dodataka prehrani
- ▶ uzimanje lijekova i terapijska izuzeća
- ▶ postupke testiranja, uključujući urin, krv i biološku putovnicu sportaša
- ▶ uvjete za skupinu određenu za testiranje, uključujući podatke o lokaciji i korištenje sustava ADAMS
- ▶ iskazivanje sumnji vezanih za doping

Suradnja s drugim organizacijama i priznavanje njihovih edukacijskih programa

Služba za antidoping provodi programe edukacije samostalno i/ili u suradnji s drugim organizacijama uključenima u sport. U provođenju programa edukacije, Služba za antidoping surađuje s drugim antidopinškim organizacijama, međunarodnim i nacionalnim sportskim savezima, regionalnim antidopinškim agencijama, nacionalnim olimpijskim i paraolimpijskim odborom, organizatorima velikih sportskih događaja, WADA-om i sa svim drugim organizacijama uključenima u provođenje edukacije sportaša i borbe za čisti sport.

Ako nacionalni sportski savezi provode antidopinšku edukaciju sportaša u Hrvatskoj, potrebni edukacijski materijali (prezentacije, brošure, letci i sl.) mogu se osigurati i u suradnji sa Službom za antidoping.

Svjetska antidopinška agencija (WADA) pruža veliku pomoć u razvoju i provedbi učinkovitih programa edukacije, a također nudi niz edukacijskih alata za lakše pristupanje različitim ciljnim skupinama. Svi potpisnici Kodeksa bi trebali uskladiti svoje edukacijske aktivnosti da bi smanjili ponavljanje i maksimalno povećali učinkovitost svojih edukacijskih programa. Također, potpisnici bi trebali priznati programe edukacije drugih potpisnika ako su isti provedeni u skladu s Međunarodnim standardom za edukaciju. Cilj ovoga postupka je rasteretiti sportaše i njihovo prateće osoblje, smanjiti ponavljanje edukacija, a istovremeno omogućiti usmjeravanje edukacijskih aktivnosti na druge, nedovoljno educirane ciljne skupine.

Skupine za edukaciju

Prioritetne ciljne skupine za provedbu edukacije Službe za antidoping su sljedeće:

- ▶ sportaši iz skupine određene za testiranje (RTP - *Registered Testing pool*), sportaši iz skupine za testiranje (TP - *Testing pool*), sportaši nacionalne razine, sportaši međunarodne razine, sportaši iz „rizičnih sportova“, olimpijski kandidati, sportaši koji se nakon isteka sankcije vraćaju sportu
- ▶ prateće osoblje sportaša, koje sudjeluje u vrhunskom sportu, surađuje sa sportašima i ima najveći utjecaj na njihovo ponašanje (treneri, liječnici, fizioterapeuti i dr.)

Također, Služba za antidoping će u skladu s mogućnostima i potrebama provoditi i edukaciju drugih kategorija sportaša, onih koji nisu prioritetno pozicionirani u smislu provedbe edukacije:

- ▶ sportaša koji su na nižoj razini od nacionalne, rekreativnih sportaša, mlađih dobnih skupina i drugih osoba koje mogu biti uključene u antidopinška postupanja (npr. liječnici, farmaceuti, pravnici i sl.)
- ▶ djece i mladih (putem edukacijskih programa škola i/ili sportskih klubova, u suradnji s javnim ustanovama)

Edukacijske aktivnosti:

- ▶ predavanja sportašima i sportskom osoblju (klubovi, sportski savezi) najčešći su dio provođenja edukacijskih aktivnosti – u izravnom kontaktu (uživo ili *online*) cilj je prenijeti antidopinšku poruku i podići svijest o štetnosti dopinga. U realizaciji ovakvih predavanja neophodna je suradnja s klubovima i nacionalnim sportskim savezima
- ▶ *Athlete Outreach Program*
 - na velikim sportskim natjecanjima putem info-pulta, brošura i antidopinškog kviza, educira sportaše i njihovo prateće osoblje
- ▶ Mrežna stranica
 - putem službene mrežne stranice (<https://antidoping-hzta.hr/>) informira se sportska javnost o aktualnim novostima, važećim propisima, provodi se mjesečno održavanje popisa lijekova registriranih u Hrvatskoj, pruža se podrška za sve segmente antidopinških aktivnosti (testiranje, terapijska izuzeća, legislativa, brošure, godišnja izvješća, kontakti i sl.) i drugo

Newsletter

– s ciljem bržeg i jednostavnijeg informiranja sportske zajednice putem elektronskog obavještanja, registriranim korisnicima dajemo pregled aktualnosti iz područja antidopinga. Svi zainteresirani za primanje *newslettera*, to mogu napraviti prijavom putem službene mrežne stranice

Tiskani i promotivni materijal, magazin NE!DOPINGU

– uz tisak odgovarajućih brošura i letaka, tiska se i distribuira Svjetski antidopinški kodeks, Pravila o antidopingu, Vodič za sportaše, te se svake godine tiska novi Popis zabranjenih sredstava, koji vrijedi za tu godinu. Za potrebe provođenja antidopinških aktivnosti nabavlja se odgovarajući promotivni materijal, koji na sebi ima prigodnu tiskanu poruku NE!DOPINGU. Magazin NE!DOPINGU, koji se distribuira nacionalnim sportskim savezima, sportskim klubovima, sportašima, sportskim djelatnicima i drugima, donosi mnoštvo zanimljivih tema iz područja antidopinga. Magazin se objavljuje i elektronski, putem službene mrežne stranice, što omogućava dostupnost informacija širem broju korisnika

Edukacijski programi WADA-e na platformi ADEL

– ovaj je način *online* edukacije namijenjen prije svega sportašima, trenerima, medicinskom osoblju, kao i svima koje zanima antidopinška tematika. Nakon uspješnog završetka edukacijskih programa i tečajeva, omogućeno je preuzimanje certifikata koji potvrđuje osposobljenost iz antidopinga te ga priznaju svi potpisnici Kodeksa. ADEL (*Anti-Doping Education and Learning*) platformi i njezinim edukacijskim antidopinškim sadržajima može se pristupiti putem sljedeće poveznice: <https://adel.wada-ama.org/learn>

Osnovni cilj Službe za antidoping u provođenju edukacijskih aktivnosti jest pružiti kvalitetnu i na vrijednostima baziranu edukaciju, prilagoditi teme, odabrati pristup i metodologiju programa za svaku pojedinu skupinu, obuhvatiti što veći broj sportaša iz ciljanih skupina i osigurati kontinuitet provođenja edukacije.

Prednosti pravovremene edukacije

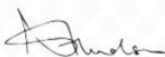
- ▶ Sportaši se na vrijeme upoznaju s antidopinškim pravilima i na svjestan način upravljaju svojom karijerom, maksimalno smanjujući rizik od počinjenja kršenja antidopinškog pravila
- ▶ Osviješteni sportaši za pitanje antidopinga, podrška su promicanju čistih vrijednosti sporta i očuvanju zdravog sportskog duha

CERTIFICATE

Sportaš/ica

has successfully completed
ADEL za sportaše nacionalne razine (HRVATSKI/Croatian)

2021/08/27



Amanda Hudson, Director of Education



World Bank, President of WADA

A close-up photograph of a person in a white lab coat holding a blue stethoscope. The chest piece of the stethoscope is held up to the camera, and the word "Doping" is printed in a black, serif font on its white surface. The person's hand is visible, gripping the handle of the stethoscope. The background is plain white.

Doping

Testiranje i sportski duh

Testiranje je postupak dopinške kontrole koji se provodi da bi se zaštitio čist sport a realizira se u skladu sa Svjetskim antidopinškim kodeksom i Međunarodnim standardom za testiranje i istrage. Testiranju, koje je obveza za sportaše, cilj je zaštititi zdravlje sportaša, osigurati pošteno natjecanje i zaštititi sportski duh. Ono pomaže spriječiti sve one koji razmišljaju o upotrebi zabranjenih tvari i metoda, kao i otkriti one koji to čine, pomažući tome da sport ostane siguran i pošten. Testiranje uključuje uzimanje uzorka urina i/ili krvi. Postupak dopinške kontrole u kontekstu Međunarodnog standarda za testiranje i istrage, ima šire značenje i uključuje sve korake antidopinške organizacije, od planiranja i provođenja testiranja, analize uzorka u laboratoriju, upravljanja rezultatima do postupanja kod kršenja antidopinškog pravila (ADRV).

Tko može provoditi testiranje?

Ovlaštenja za provođenje testiranja imaju nacionalne antidopinške organizacije (NADO), međunarodni savezi (IF) i organizatori velikih sportskih natjecanja (MEO). Nacionalna antidopinška organizacija (NADO) odlučuje koga će testirati na temelju prikupljenih informacija i/ili provedenih analiza poput: završnog plasmana na natjecanju, statusa sportaša, razdoblja treninga i kalendara natjecanja, povijesti dopinga u određenom sportu, istraživanja dopinških trendova, učinjenih prekršaja, sportaševe biološke putovnice (ABP) itd. Testiranja mogu biti ciljana, po plasmanu i slučajnim odabirom.

Tko sve može biti testiran?

Bilo koji sportaš koji podliježe antidopinškim pravilima i nalazi se pod nadležnošću antidopinške organizacije, može biti testiran. Testiranje se može provoditi u bilo koje

vrijeme i na bilo kojem mjestu. Ono se obično provodi između 5:00 i 23:00, ali može se izvoditi i izvan tih sati, posebno tamo gdje antidopinška organizacija za to ima razlog. Antidopinške organizacije uspostavljaju Skupinu za testiranje (TP) i Skupinu određenu za testiranje (RTP), koju čine sportaši koje se planira sustavno testirati. RTP skupinu čine sportaši najvećeg prioriteta za testiranje, a oni su dužni pružiti podatke o lokaciji i vremenski interval od 60 minuta da bi svakoga dana mogli biti dostupni za testiranje izvan natjecanja.

Sportaš može biti testiran na natjecanju ili u razdoblju izvan natjecanja. Razdoblje na natjecanju počinje u 23:59, dan prije početka natjecanja i završava nakon završetka natjecanja i završetka svih testiranja vezanih za to natjecanje. Razdoblje izvan natjecanja označava bilo koje vrijeme prije ili nakon razdoblja na natjecanju. Neki sportski događaji, kao i neki sportovi, mogu imati drugačiju definiciju za razdoblje na natjecanju, zato je važno da sportaš uvijek provjeri pravila sportskog natjecanja svojeg sporta.

Postupak testiranja održava se u fazama, a u nastavku donosimo korake postupka testiranja na urin, kao najčešćeg načina uzimanja uzorka.

1. Izbor sportaša:

Sportaš može biti izabran za testiranje bilo kad i bilo gdje. Na natjecanju, sportaš može biti izabran za testiranje ciljano, slučajnim odabirom ili na temelju plasmana. Ponekad se sportaši biraju na temelju testiranja baziranog na prikupljenim i obrađenim podacima (tzv. inteligentno testiranje), što znači da antidopinška organizacija (ADO) raspolaže informacijama o sportašu, npr. uočenim rizičnim čimbenicima mogućeg uzimanja dopinga radi postizanja sportskog uspjeha

2. Obavijest sportašu:

Dopinški kontrolor (DCO) ili pratitelj će obavijestiti sportaša da je izabran za testiranje, pokazat će mu svoju identifikaciju i objasniti mu prava i odgovornosti. Tijekom postupka testiranja, svaki sportaš ima pravo na svog predstavnika. Na kraju će se od sportaša zatražiti da potpiše obrazac kojim potvrđuje da je odabran za testiranje

3. Javljanje u stanicu za dopinšku kontrolu:

Obveza je sportaša javiti se u stanicu za dopinšku kontrolu neposredno nakon obavještanja. Od trenutka obavijesti, pa do završetka postupka prikupljanja uzorka, sportaš će biti cijelo vrijeme pod izravnim nadzorom dopinškog kontrolora ili pratitelja. Sportaš može zatražiti odgodu javljanja u stanicu za

dopinšku kontrolu iz opravdanih razloga kao što su: sudjelovanje u ceremoniji dodjela medalja, ispunjavanje obveza prema medijima, primanje liječničke pomoći, daljnje natjecanje, završetak treninga ili zagrijavanja i sl. Za testiranje na natjecanju i izvan natjecanja sportaš može zatražiti odgodu zbog bilo koje razumne okolnosti koja može biti opravdana, a dopinški kontrolor će tada odlučiti može li se odgoditi ili ne

4. Odabir opreme za prikupljanje uzorka:

Od sportaša će se zatražiti da odabere posudu za prikupljanje uzorka urina, pri čemu treba provjeriti je li ona pravilno zatvorena i neoštećena. Sportaš u svakom trenutku mora imati kontrolu nad posudom za prikupljanje uzorka

5. Davanje uzorka urina:

Za vrijeme davanja uzorka, u prostoriji se mogu nalaziti samo sportaš i dopinški kontrolor ili pratitelj istog spola. Sportaš prije davanja uzorka urina mora oprati ruke vodom i dopinškom kontroloru omogućiti neometan pogled na davanje uzorka. Izravno promatranje davanja urina znači da će se od sportaša zatražiti da podigne i/ili spusti odjeću iznad prsa, odnosno ispod koljena, da bi dopinški kontrolor imao neometan pogled. Sportaš je dužan dati najmanje 90 ml urina, što je minimalna količina potrebna za slanje uzorka na analizu u laboratorij. Ako to ne može učiniti odjednom, sportaš će pričekati u stanici za dopinšku kontrolu, sve dok ne bude mogao dati kompletan uzorak

6. Odabir opreme i podjela uzorka:

Nakon što sportaš da uzorak, od njega će se zatražiti da odabere zapečaćen komplet s A i B bočicama za prikupljanje uzorka urina. Sportaš treba provjeriti je li komplet ispravan i neoštećen, te podudaraju li se kodovi na bočicama s kodom na kutiji. Sportaš će, prema uputama dopinškog kontrolora, podijeliti uzorak urina ulijevanjem 30 ml u bočicu B, 60 ml u bočicu A i ako je ostalo još urina, ponovno u bočicu B. Od sportaša će se zatražiti da malu količinu ostavi u posudi za prikupljanje urina kako bi dopinški kontrolor mogao provjeriti koncentraciju, odnosno izmjeriti specifičnu težinu. Ako je koncentracija premala i ne zadovoljava određene uvjete, od sportaša će se zatražiti da osigura drugi uzorak urina. Koncentracija utječe na to može li laboratorij analizirati sportašev uzorak na zabranjene tvari

7. Pečaćenje uzorka:

Od sportaša će se zatražiti da zatvori A i B bočicu. One imaju posebne poklopce, koji se ne mogu otvoriti bez posebne opreme. Sportaš mora

temeljito provjeriti jesu li bočice dobro zatvorene i osigurati da se ne mogu ponovno otvoriti. Tijekom postupka prikupljanja urina, samo sportaš smije dirati posudu za prikupljanje urina i bočice A i B, osim ako mu nije potrebna pomoć te će, u tom slučaju, umjesto njega to napraviti dopinški kontrolor

8. Ispunjavanje i provjera podataka na obrascu dopinške kontrole:
Pri ispunjavanju obrasca za dopinšku kontrolu, dopinški kontrolor će od sportaša prikupiti osobne podatke i podatke za kontaktiranje te unijeti podatke o lijekovima i dodacima kojima se sportaš nedavno koristio. Također, dopinški će kontrolor od sportaša zatražiti suglasnost da se njegov uzorak može upotrebljavati u antidopinškim istraživanjima. Istraživanja pomažu pronaći nove načine za sprečavanje i otkrivanje dopinga. Sportaš može pristati ili odbiti dati suglasnost. Što god odlučio, to neće utjecati na testiranje. Sportaš na obrascu može napisati komentare ili nedoumice o bilo kojem dijelu testiranja. Nakon završetka, dopinški kontrolor i sportaš će zajedno provjeriti jesu li upisani podaci točni, nakon čega će sportaš potpisati obrazac dopinške kontrole i dobiti svoju presliku istog



Laboratorij

Jedna preslika obrasca dopinške kontrole, uz uzorak, šalje se u laboratorij. Svaki laboratorij koji analizira uzorke sportaša mora biti laboratorij koji je ovlastila Svjetska antidopinška agencija (WADA). Kad uzorak stigne, A i B bočice se pregledavaju da bi se eliminirali znakovi curenja ili neovlaštenog postupanja. U laboratoriju se rutinski, radi analize, otvara bočica A. Bočica B bit će pohranjena, a otvorit će se i analizirati

samo ako se u uzorku A pronađe zabranjena tvar i ako sportaš (ili antidopinška organizacija) zatraži otvaranje bočice B.

Izvjешavanje o rezultatima

Nakon analize uzorka A, laboratorij će o rezultatima izvijestiti nadležnu antidopinšku organizaciju i Svjetsku antidopinšku agenciju (WADA). Laboratoriji koje je ovlastila WADA slijede stroga pravila kako bi osigurali da je postupak analize uzorka u skladu s Međunarodnim standardom za laboratorije.

Testiranje – uzimanje uzorka krvi

Uvjeti koji se primjenjuju na prikupljanje uzorka urina, primjenjuju se i na prikupljanje uzorka krvi. Postupak je vrlo sličan, ali postoje neke razlike kojih bi sportaš trebao biti svjestan.

Uzorak krvi uzima dužnosnik za uzimanje krvi (BCO), osoba koja je obučena za vađenje krvi i u tome iskusna. Ta osoba može ujedno biti dopinški kontrolor, što znači da će ona provoditi cijeli postupak dopinške kontrole. Prije vađenja krvi, od sportaša će se zatražiti da neko vrijeme sjedi mirno. Zatim će odabrati komplet za prikupljanje uzorka, koji može sadržavati do 5 epruveta. Dužnosnik za uzimanje krvi će odrediti gdje će se vaditi krv, a taj postupak može pokušati do 3 puta. Ponekad uzorke krvi na određeno vrijeme treba ostaviti na sobnoj temperaturi (ovisno o preporukama proizvođača epruveta). To će nadgledati dužnosnik za uzimanje krvi /dopinški kontrolor, kao i sam sportaš. Nakon toga će sportaš, kao i kod uzorka urina, zapečatiti uzorke krvi u opremu za transport koja je zaštićena od neovlaštenog pristupa.

Za maloljetne osobe i sportaše s invaliditetom postoje neke posebnosti, odnosno odgovarajuće izmjene u postupku uzimanja uzorka.

Za maloljetnike:

Maloljetni sportaši u stanicama za dopinšku kontrolu moraju imati pratnju, odnosno predstavnika. Obavješavanje ovih sportaša trebalo bi se dogoditi u prisustvu predstavnika (koji nije maloljetan). Ako maloljetnik ne želi predstavnika, dopinški kontrolor će razmotriti treba li biti prisutna treća strana i to će jasno dokumentirati na obrascu. Tijekom davanja uzorka, predstavnik maloljetnika nadgleda rad dopinškog kontrolora/pratitelja i njegovo ponašanje. Predstavnik maloljetnika ne smije biti svjedok davanju uzorka urina.

Za sportaše s invaliditetom:

Tijekom postupka prikupljanja uzorka sportaša s invaliditetom, predstavnik sportaša može pratiti u svakom trenutku, uključujući i prostorije toaleta, međutim, ne smije svjedočiti samom davanju uzorka. Sportaši s ograničenom pokretljivošću i vidnim oštećenjem od predstavnika mogu zatražiti da im pomogne u rukovanju opremom, podjeli uzorka ili popunjavanju obrasca, kao i za bilo koju drugu pomoć. Ako to nije moguće, u tom postupku može pomoći dopinški kontrolor. Ako se sportaš koristi dodatnim pomagalima poput sustava za prikupljanje urina (kateter), kad god je to moguće trebao bi se rabiti novi kateter, te je obveza sportaša da isti osigura (kateter nije obvezni dio opreme za prikupljanje uzorka, koja se mora osigurati sportašima). Poželjno je da predstavnik bude prisutan da bi pružio podršku i pomoć sportašu s invaliditetom i da bi promatrao ponašanje dopinškog kontrolora.

I na kraju ovog poglavlja, želimo još jednom podsjetiti na to da svaki sportaš treba imati na umu sljedeće važne informacije vezane za testiranje:

- ▶ sportaš može biti testiran bilo kad i bilo gdje, bez prethodne najave
- ▶ sportaš se uvijek mora odazvati testiranju, ono je obvezno, odbijanje davanja uzorka kršenje je antidopinškog pravila i može dovesti do sankcija
- ▶ sportaš ima prava i odgovornosti tijekom postupka testiranja. Za sva dodatna pitanja ili nedoumice, sportaš se može obratiti dopinškom kontroloru
- ▶ sportaša se za testiranje može odabrati slučajnim odabirom, ciljano ili na temelju plasmana
- ▶ testiranje uključuje uzimanje uzorka urina i/ili krvi

Testiranje podržava pravednost, kao i druge vrijednosti povezane s čistim sportom. Poštujući postupke testiranja, sportaš pokazuje poštovanje prema drugim natjecateljima, sportu i što je također iznimno važno, poštovanje prema sebi, svojem zdravlju i uloženom trudu.

5

POPIS ZABRANJENIH SREDSTAVA

Popis zabranjenih sredstava jedan je od temeljnih dokumenata za djelovanje Službe za antidoping HZJZ-a i jedan od 8 *međunarodnih standarda* (tu su još međunarodni standard za terapijska izuzeća – ISTUE, međunarodni standard za edukaciju – ISE, međunarodni standard za postupanje s rezultatima – ISRM, međunarodni standard za testiranje i istrage – ISTI, međunarodni standard za zaštitu privatnosti i osobnih podataka – ISPPPI, međunarodni standard za laboratorije – ISL i međunarodni standard za sukladnost potpisnika s Kodeksom –ISCCS).

Popis zabranjenih sredstava (dalje u tekstu: Popis, PZS) uređuje se svake godine i stupa na snagu od siječnja iduće godine. Tri mjeseca prije njegovog stupanja na snagu, WADA isti objavljuje na svojoj mrežnoj stranici da bi se sportaši i cjelokupna sportska zajednica na vrijeme informirali o svim njegovim izmjenama. U potpunosti PZS za svaku godinu se pravovremeno može pronaći na internetskoj stranici Službe za antidoping: <https://antidoping-hzta.hr>.

Tvar, ili metoda, uvrštava se na Popis ako WADA utvrdi da tvar/metoda ispunjava barem 2 od 3 kriterija:

- ▶ potencijal poboljšanja sportske izvedbe
- ▶ rizik za zdravlje sportaša
- ▶ krši duh sporta

WADA neku tvar može dodatno staviti na Popis ako postoje dokazi da ta tvar može prikriti korištenje drugih tvari/metoda.



Tvari i metode dijele se na:

UVIJEK ZABRANJENE (NA NATJECANJU I IZVAN NJEGA)

- ▶ S0. NEODOBRENE TVARI
- ▶ S1. ANABOLIČKA SREDSTVA
- ▶ S2. PEPTIDNI HORMONI, ČIMBENICI RASTA I SLIČNE TVARI
- ▶ S3. BETA-2 AGONISTI
- ▶ S4. HORMONI I MODULATORI METABOLIZMA
- ▶ S5. DIURETICI I MASKIRNA SREDSTVA
- ▶ M1. MANIPULACIJA KRVLJU I KRVNIM PRIPRAVCIMA
- ▶ M2. KEMIJSKA I FIZIČKA MANIPULACIJA
- ▶ M3. GENSKI DOPING

ZABRANJENE SAMO NA NATJECANJU

- ▶ S6. STIMULANSI
- ▶ S7. NARKOTICI
- ▶ S8. KANABINOIDI
- ▶ S9. GLUKOKORTIKOIDI

ZABRANJENE U POJEDINIM SPORTOVIMA

- ▶ P1. BETA-BLOKATORI

Razdoblje *na natjecanju* u pravilu započinje u 23:59 h na dan prije natjecanja na kojemu bi sportaš trebao sudjelovati, pa sve do završetka natjecanja i postupka skupljanja uzorka. Bez obzira na to kada se zabranjena tvar/metoda primijeni, ako je zabranjena na natjecanju i pronađe se u organizmu sportaša u razdoblju natjecanja, primjenjuje se načelo striktnosti odgovornosti, zbog čega se sportaš smatra odgovornim za takav nalaz. Stoga on može biti suočen sa sankcijom.

Na PZS-u nisu sve tvari izričito navedene; Popis jasno navodi da su sve druge tvari slične kemijske strukture ili sličnih bioloških učinaka također zabranjene, iako kao takve nisu navedene. Također, neke su tvari na Popisu označene *specificiranima*, a neke *nespecificiranima*. Ako se u uzorku sportaša nađu specificirane tvari, vjerojatnije je da postoji razumno objašnjenje za njihovo prisustvo u uzorku (npr. liječenje zdravstvenog stanja primjenom zabranjene tvari s Popisa), dok za nespecificirane tvari postoji veći potencijalni rizik zlorabe u smislu dopinga.

Načelo striktnosti odgovornosti

Prema „načelu striktnosti odgovornosti“, svaki je sportaš odgovoran za sve što se pronađe u njegovu organizmu, bez obzira na to kako je određena tvar dospjela u organizam, odnosno bez obzira na to je li sportaš imao namjeru varati. Da bi se govorilo o kršenju antidopinškog pravila zbog korištenja ili prisutnosti zabranjene tvari, nije potrebno dokazati namjeru, nesar ili svjesno sportaševo korištenje. U slučaju da sportaš treba primiti lijek radi liječenja medicinskog stanja, trebao bi se dobro informirati o samom lijeku, odnosno je li takav lijek zabranjen u sportu. Ako je lijek zabranjen Popisom, ne znači da se sportaš ne smije njime liječiti. Više o tome može se provjeriti u odjeljku o terapijskim izuzećima. No, ponekad se tvari s Popisa nalaze u određenim dodatcima ili proizvodima. U slučaju nesigurnosti u vezi korištenja pojedinog proizvoda, tvari ili sastojka, potrebno je osigurati se i provjeriti! (Pročitati također odjeljak o suplementaciji.)

Potrebno je informirati zdravstveno osoblje oko sebe (npr. liječnika u klubu, liječnika koji propisuje liječenje i dr.) o tome kako se treba pridržavati antidopinških pravila i da se ne smiju uzimati zabranjene tvari, osim ako ne postoji dopuštena alternativa, kada će se zatražiti terapijsko izuzeće.

Uputno je provjeriti lijekove i dodatke prehrani uz pomoć Popisa zabranjenih sredstava te Popisa lijekova, koji se mogu pronaći na službenim stranicama Službe za antidoping HZJZ-a i kontaktiranjem Službe telefonski ili putem e-pošte (pitanja-antidoping@hzjz.hr).

Pravovremenim informiranjem može se vrlo jednostavno spriječiti kršenje antidopinškog pravila.

Dok je o samom postupku dopinške kontrole bilo govora u poglavlju „Postupak dopinške kontrole“, u ovome će biti riječi o tome što se događa s uzorcima nakon navedenog postupka. Uzorci s dopinške kontrole analiziraju se u laboratorijima koje je posebno akreditirala WADA. Uzorci se u te laboratorije šalju na siguran način, zaštićeni od neovlaštenog pristupa. Laboratoriji analize uzoraka iskazuju u obliku kodova, s obzirom na to da nemaju uvid u imena sportaša. Tako identitet svakog pojedinog sportaša čiji se uzorak dostavlja u laboratorij ostaje u potpunosti zaštićen. U postupku provođenja analize uzorka, najprije se otvara i analizira bočica A, a bočica B se pohranjuje. Laboratorij koji je analizirao sportašev uzorak A, svoje izvješće šalje WADA-i i odgovarajućoj antidopinškoj organizaciji. Bočica B otvorit će se i analizirati samo ako postoji potreba za provjerom rezultata analize uzorka iz bočice A (npr. kad se u uzorku A pronađe zabranjena tvar ili ako sportaš ili mjerodavna antidopinška organizacija – ADO zatraže otvaranje bočice B). Rezultate analize uzorka dobit će mjerodavna antidopinška organizacija i WADA. Oni će biti uneseni u ADAMS, centralni *online* sustav za upravljanje antidopinškim informacijama. Navedeni sustav ima višestruke zaštitne mehanizme, kojima je cilj spriječiti neovlašten pristup osobnim i osjetljivim informacijama.

Međunarodni standard za laboratorije

Uvjeti akreditacije laboratorija posebno su navedeni u *Međunarodnom standardu za laboratorije*, jednom od osam obvezujućih međunarodnih standarda Svjetske antidopinške agencije. Njegov glavni cilj je propisati sve ključne odrednice koje laboratoriji moraju usvojiti i provoditi radi pružanja propisanih postupanja. Osim navedenog međunarodnog standarda, postoje i tehnički dokumenti koji propisuju detalje vezane za pojedine segmente rada laboratorija (npr. za određene postupke analiza tvari zabranjenih u sportu). S obzirom na vrlo širok raspon propisanih



postupaka, za pojedine analize laboratoriji moraju imati standardizirane postupke. Tako npr. laboratoriji za *biološku putovnicu sportaša* prijavljuju valjane rezultate testova na temelju pouzdanih dokaznih podataka, čime se omogućava usklađivanje analitičkog testiranja uzoraka iz laboratorija s analizom uzoraka krvi biološke putovnice sportaša. Analiza uzoraka je dio analitičkog testiranja i uključuje otkrivanje, prepoznavanje i, u nekim slučajevima, prikaz prisustva zabranjenih tvari i/ili njihovih metabolita iznad praga, te markera korištenja zabranjenih tvari/metoda u biološkim tekućinama ili tkivima ljudi.

Biološka putovnica sportaša

Biološka putovnica sportaša (ABP – *Athlete Biological Passport*) je antidopinški alat koji podrazumijeva biološku sliku sportaša, izgrađenu tijekom vremena višekratnim uzimanjem uzoraka i uspoređivanjem u odgovarajućem vremenskom slijedu. To je:

- ▶ sustav praćenja određenih bioloških varijabli tijekom vremena, koji se bazira na detekciji dopinških učinaka, umjesto na samu dopinšku tvar ili metodu
- ▶ kombinacija statističke analize laboratorijskih rezultata i stručnog vrednovanja putovnice, a kako bi se prepoznali sportaši ili određeni uzorci koji zahtijevaju daljnje postupanje ili praćenje, dok stručnjak osobno prati podatke u sustavu ADAMS

Sastoji se od *steroidnog* i *hematološkog* profila. U steroidnom profilu radi se o kontinuiranom određivanju steroidnih markera u uzorcima urina, točnije koncentracija i omjera androsterona, testosterona, epitestosterona, androstandiola i etiokolanolona. U hematološkom profilu određuju se biološki parametri kao što je masa hemoglobina, postotak retikulocita (nezrelih crvenih krvnih stanica) i slično.

Kada antidopinška organizacija u sustavu biološke putovnice sportaša dobije dovoljno informacija karakterističnih za pojedinog sportaša, ona također može utvrditi odstupanja od „individualnih referentnih vrijednosti“, u slučaju da neki mjereni parametri odstupaju od analitički procijenjenih normalnih referentnih intervala za pojedinog sportaša.

Tako se mogu uočiti *manje promjene koje se događaju tijekom vremena*, što se razlikuje od tradicionalnog pristupa testiranju, koji traži neprirodne omjere ili kemijske dokaze o poznatim lijekovima u jednom uzorku. Dok se klasičnim testiranjem traži stvarna zabranjena tvar, ABP-om se ocjenjuje učinak na tijelo koji bi neka tvar mogla pokrenuti.

Antidopinške organizacije putem ABP-a imaju na raspolaganju funkcionalni alat za provođenje inteligentnog ciljanog testiranja sportaša, što im omogućuje bolje

korištenje resursa za testiranje i veću vjerojatnost pronalaska onih koji se dopingiraju.

Ukoliko nalaz sportaša odstupa od normale, utoliko se on u sustavu ADAMS označava kao atipičan ili nepovoljan:

▶ atipičan nalaz – izvješće laboratorija koji je WADA akreditirala ili odobrila, koje **zahtijeva daljnju istragu**, kako je predviđeno Međunarodnim standardom za laboratorije ili odgovarajućim tehničkim dokumentom prije određivanja nepovoljnoga laboratorijskog nalaza (npr. atipičan je nalaz onaj koji blago odstupa od normale ili je sumnjiv iz bilo kojeg drugog razloga). Tada jedinica za upravljanje rezultatima antidopinške organizacije može od laboratorija zatražiti odgovarajuću dodatnu analizu. Tako se npr., dodatnom analizom GC/C/IRMS (eng. *Gas Chromatography/Combustion/Isotope Ratio Mass Spectrometry*) može utvrditi endogeno ili egzogeno porijeklo androgene anaboličke tvari koja je mogla uzrokovati atipičan nalaz

▶ nepovoljan laboratorijski nalaz – izvješće laboratorija kojeg je WADA akreditirala ili odobrila i kojim se u skladu s Međunarodnim standardom za laboratorije i odgovarajućim tehničkim dokumentima, u uzorku **utvrđuje prisutnost zabranjene tvari** ili njezinih metabolita ili markera (uključujući povišene količine endogenih tvari), odnosno dokazuje se korištenje zabranjene metode. U skladu s navedenim, nepovoljan je nalaz onaj u kojem se u uzorku pronađe konkretna zabranjena tvar i takav se nalaz označava kao „pozitivan dopinški nalaz“)

Ako je analizirani uzorak (uzorak A) pozitivan na prisutnost određene tvari, metabolita ili markera – organizacija odgovorna za postupanje s rezultatima dužna je provesti početnu reviziju. Pritom je potrebno ustanoviti:

- a. postoji li važeće terapijsko izuzeće za tvar pronađenu u uzorku
- b. jesu li prikupljanje uzorka i analiza provedeni u skladu s propisanim standardima

U slučaju sumnje na kršenje antidopinškog pravila zbog pozitivnog testa na dopinškom testiranju, sportaš će pisanim putem biti obaviješten o takvom nalazu i pravima vezanima za analizu uzorka B. Ako sportaš odluči zatražiti analizu navedenog uzorka ili ako to zatraži antidopinška organizacija, sportaš ima pravo nazočiti tom postupku osobno ili putem svojeg predstavnika.

Važno za zapamtiti: Laboratoriji koje je ovlastila WADA slijede stroga pravila kako bi osigurali da je postupak analize uzorka dobro uređen i samo će WADA i mjerodavna antidopinška organizacija imati izravan uvid u rezultate analize uzoraka sportaša.

Terapijska izuzeća su neizostavan dio antidopinškog programa. Ona omogućavaju opravdanje korištenja zabranjenih tvari u slučaju potrebe za liječenjem, te se nepovoljan nalaz u uzorku, na zabranjenu tvar za koju postoji važeće terapijsko izuzeće, ne smatra kršenjem antidopinškog pravila. U daljnjem tekstu opisat ćemo praktične naputke vezane za odobranje terapijskih izuzeća.

Uvjeti za odobranje terapijskih izuzeća

Uz Kodeks Svjetske antidopinške agencije dolaze i obvezni međunarodni standardi koji propisuju uvjete antidopinških postupanja u tematskom području kojim se bave. Tako je za područje terapijskih izuzeća važeći Međunarodni standard za terapijska izuzeća. U njemu su iscrpno prikazana pravila postupka njihovog odobranja. Ne navodeći u kontekstu ovog poglavlja pojedine odredbe koje su dio navedenog međunarodnog standarda, cilj nam je dati opći prikaz uvjeta pod kojima se odobravaju terapijska izuzeća.

Predmet odobranja terapijskih izuzeća

Terapijska izuzeća odobravaju se na osnovi medicinskog stanja kod kojeg je nužna primjena određenog lijeka s Popisa zabranjenih sredstava. To u praksi znači da se terapijska izuzeća odobravaju isključivo za neku od tvari zabranjenu Popisom, koja je ujedno namijenjena liječenju određenog medicinskog stanja. Terapijska izuzeća ne odobravaju se za lijekove čija aktivna tvar nije na Popisu, jer to nije njihova svrha.



Tablica: kriterij odobravanja TUE-a prema tipu tvari

Tvar	Mogućnost odobrenja
Tvar koja se nalazi na Popisu zabranjenih sredstava aktivna je tvar određenog lijeka namijenjenog liječenju odgovarajućeg medicinskog stanja	• TUE je moguće odobriti (ako su ispunjeni i ostali potrebni uvjeti)
Tvar koja se nalazi na Popisu zabranjenih sredstava nije aktivna tvar određenog lijeka namijenjenog liječenju odgovarajućeg medicinskog stanja (tvar se može naći u suplementima ili drugim proizvodima)	• TUE nije moguće odobriti
Tvar koja se ne nalazi na Popisu zabranjenih sredstava aktivna je tvar određenog lijeka namijenjenog liječenju odgovarajućeg medicinskog stanja	• TUE nije moguće odobriti
Tvar koja se ne nalazi na Popisu zabranjenih sredstava, a nalazi se u sastavu određenog suplementa	• TUE nije moguće odobriti
Tvar koja se nalazi na Popisu zabranjenih sredstava ako je njezina primjena posljedica prethodne zlouporabe (npr. zlouporaba narkotika)	• TUE nije moguće odobriti

Vrste terapijskih izuzeća

Terapijska izuzeća razlikuju se s obzirom na odnos početka uzimanja lijeka i izdavanja terapijskog izuzeća. Prema tom kriteriju razlikujemo retroaktivna i proaktivna (prospektivna).

- ▶ retroaktivno terapijsko izuzeće: odobrava se u razdoblju nakon što je lijek koji je predmetom odobravanja već primijenjen (neovisno o tome je li liječenje u trenutku odobravanja TUE-a završeno)
- ▶ proaktivno terapijsko izuzeće: odobrava se u razdoblju prije nego što je lijek koji je predmetom odobravanja primijenjen (u ovom slučaju sportaš ne počinje uzimati određeni lijek dok ne dobije terapijsko izuzeće za predmetni lijek)

Rokovi i uvjeti važenja terapijskih izuzeća

Pri odobravanju terapijskih izuzeća, jedan od ključnih elemenata je rok važenja. Ponekad se terapijsko izuzeće daje na vrlo kratak rok (npr. nekoliko dana), jer takva je potreba s obzirom na vrstu tvari koja je (ili koja treba biti) primijenjena u svrhu liječenja kratkog trajanja. S druge strane, za razliku od akutnih stanja s relativno kratkim

liječenjem, nalaze se stanja koja zahtijevaju duže, a ponekad i doživotno liječenje. U takvim se slučajevima terapijska izuzeća, ako su odobrena, izdaju na duže razdoblje (npr. godinu dana ili nekoliko godina, pa čak i deset). Rok važenja terapijskog izuzeća važan je iz nekoliko razloga:

- ▶ nakon isteka roka terapijskog izuzeća, sportaš ne smije imati nepovoljan laboratorijski nalaz na tvar koja je bila predmetom odobrenog terapijskog izuzeća (do toga može doći ako sportaš nastavi uzimati zabranjenu tvar, iako je terapijskim izuzećem opravdano točno određeno razdoblje primjene lijeka, ali i ako se sportaš ne pridržava propisanog doziranja lijeka, pa u tijelo unese veću količinu zabranjene tvari od propisanih ili ako zabranjenu tvar ne uzima na propisan način s obzirom na put primjene lijeka)
- ▶ u slučaju dobivenog nepovoljnog laboratorijskog nalaza na zabranjenu tvar, isti se može opravdati ako postoji korelacija vremena uzimanja uzorka s važećim terapijskim izuzećem (izuzeće čiji rok važenja nije istekao), uz uvjet da je laboratorijski nalaz dobiven iz uzorka u skladu s uvjetima odobrenja terapijskog izuzeća
- ▶ u slučaju potrebe za novim terapijskim izuzećem, sportaš bi ga dovoljno rano trebao zatražiti (kod terapijskih izuzeća koja se izdaju na duže razdoblje, preporučljivo je da sportaš preda zahtjev najmanje mjesec dana prije isteka roka važenja terapijskog izuzeća da bi se novo moglo izdati na vrijeme i da ne bi postojalo razdoblje liječenja nepokriveno terapijskim izuzećem; dok bi za terapijsko izuzeće koje se izdaje na kraći rok, u pravilu kod akutnih stanja, sportaš čim prije trebao predati novi zahtjev)

Što se tiče uvjeta važenja terapijskog izuzeća, oni se odnose na posebne napomene navedene u rješenju o terapijskom izuzeću. Uvjeti mogu biti obaveza dostave aktualne medicinske dokumentacije u točno određenim intervalima (npr. jednom godišnje kod terapijskih izuzeća s rokom važenja od nekoliko godina, ako je s obzirom na vrstu lijeka potrebna takva vrsta praćenja) ili pak, obaveza dostave specifičnog nalaza ili pretrage u zadanom intervalu. Nadalje, uvjeti također obuhvaćaju naziv aktivne tvari za koju se izdaje terapijsko izuzeće, kao i jačinu doze, dnevnu dozu, put primjene i duljinu trajanja takvog liječenja. Jedan od uvjeta je i obavezna napomena o pridržavanju propisanog doziranja lijeka. U slučaju nepridržavanja propisanih uvjeta navedenih u terapijskom izuzeću, sportaš se dovodi u rizik kršenja antidopinškog pravila. U slučaju kad antidopinška organizacija ne dobije traženu dokumentaciju propisanu u terapijskom izuzeću, važenje terapijskog izuzeća prijevremeno se okončava.

Predaja zahtjeva za odobravanje terapijskog izuzeća

Osim već opisanih rokova za predaju zahtjeva za terapijska izuzeća, bitno je naglasiti da su važni elementi pravilne predaje zahtjeva sljedeći:

- ▶ ispravno popunjen zahtjev (opći dio popunjava sportaš, a medicinski dio liječnik), uz obavezno predavanje potpisanog obrasca (i sportaša i liječnika) potrebno je predati prema iscrpnim uputama na mrežnoj stranici Službe za antidoping
- ▶ uz ispravno popunjen obrazac, nužno je dostaviti medicinsku dokumentaciju koja se odnosi na zahtjev za terapijskim izuzećem
- ▶ pravodobno slanje zahtjeva za terapijsko izuzeće izuzetno je važan element predaje zahtjeva, jer zakašnjela predaja ne dovodi do opravdanja eventualnog pozitivnog nalaza, što može dovesti do kršenja antidopinškog pravila
- ▶ medicinska dokumentacija ne smije biti starija od 12 mjeseci, što se odnosi na odobravanja terapijskih izuzeća kod kroničnih medicinskih stanja. Kod akutnih medicinskih stanja, bitno je držati se načela predaje zahtjeva što je prije moguće. U takvim stanjima čak i dokumentacija stara mjesec dana može biti pokazatelj zakašnjele, odnosno nepravovremene prijave za terapijsko izuzeće, čiji je ishod neodobranje terapijskog izuzeća (osim u nekim specifičnim i rijetkim situacijama, kada se uz prethodnu suglasnost Svjetske antidopinške agencije terapijsko izuzeće ipak odobri, no takva mogućnost je ipak prije svega iznimka, a ne pravilo)

Važnost pravodobne prijave za terapijsko izuzeće

Sportaši koji se ne pridržavaju načela pravodobne prijave za odobravanje terapijskog izuzeća, kao što je već navedeno u prethodnom dijelu teksta, izlažu se riziku neodobranja istog za razdoblje koje je proteklo, kao i nepovoljnom laboratorijskom nalazu, koji se onda ne može opravdati naknadnim terapijskim izuzećem. Zbog nepravodobne prijave za terapijsko izuzeće, sportaš može prekršiti antidopinško pravilo i tako biti sankcioniran nepodobnosti za bavljenje sportom na određeno razdoblje.



Medicinska dokumentacija kao osnova za odobravanje terapijskih izuzeća

Ključan dio za odobravanje terapijskih izuzeća je medicinska dokumentacija. U slučajevima kad medicinska dokumentacija nije adekvatna ili potpuna, antidopinška organizacija koja je zaprimila predmet, zatražit će nadopunu iste, no u slučaju kad medicinska dokumentacija nije adekvatna, ne može se nastaviti postupak odobravanja terapijskog izuzeća. Već je spomenuto da je u ocjeni prihvatljivosti zahtjeva za terapijsko izuzeće bitna i starost medicinske dokumentacije. Medicinska dokumentacija koja je starija od 12 mjeseci ne može biti temelj za odobravanje terapijskog izuzeća. Ako se radi o akutnim stanjima, vrlo je važno zahtjev predati na vrijeme, jer će kasna predaja dovesti do neadekvatnosti samog zahtjeva, a time i propuštene mogućnosti dobivanja terapijskog izuzeća.

Pitanja vezana za rang ili razinu sportaša

Prema kriterijima određenog međunarodnog saveza za pojedini sport, sportaši mogu biti rangirani kao sportaši međunarodne razine. U takvom slučaju, nadležnost za izdavanje terapijskih izuzeća je na međunarodnom savezu. U svim ostalim slučajevima, odnosno kad se radi o sportašu nacionalne razine ili o sportašima razine niže od nacionalne, nadležnost je na nacionalnoj antidopinškoj organizaciji. Stoga, ako su sportaši međunarodne razine, oni svoje prijave za terapijsko izuzeće moraju slati međunarodnom savezu, dok ih sportaši nacionalne razine moraju slati nacionalnoj antidopinškoj organizaciji.

Odobranje terapijskih izuzeća nakon dobivenog nepovoljnog nalaza

Odobranje terapijskog izuzeća nakon dobivenog nepovoljnog laboratorijskog nalaza u pravilu nije moguće. No, u rijetkim slučajevima (iznimke), moguće je da zbog posebnih okolnosti terapijsko izuzeće ipak bude odobreno i time se opravda nepovoljan laboratorijski nalaz. U takvom slučaju postupak odobravanja uvjetovan je prethodno dobivenom suglasnošću Svjetske antidopinške agencije.

Operativna neovisnost tijela za odobravanje terapijskih izuzeća

Kodeksom Svjetske antidopinške agencije i Međunarodnim standardom za postupanje s rezultatima, propisano je da antidopinške organizacije moraju imati operativno neovisno Povjerenstvo za terapijska izuzeća. Služba za antidoping ima Povjerenstvo za terapijska izuzeća, koje se sastoji isključivo od članova medicinske struke različitih specijalnosti. Odluke u pojedinom predmetu donosi povjerenstvo od tri člana, bez utjecaja Službe za antidoping ili bilo kojih drugih osoba ili tijela, a u svakom pojedinom slučaju svi članovi uključeni u određeni predmet moraju prethodno potpisati izjavu

o nepostojanju sukoba interesa. Na taj se način osigurava operativna neovisnost i postiže transparentnost i objektivnost u postupku odlučivanja.

Povjerljivost i sigurnost poslanih/zaprimljenih medicinskih dokumentacije

Uz Kodeks Svjetske antidopinške agencije primjenjuje se i Međunarodni standard za zaštitu privatnosti i osobnih podataka. Sva dokumentacija zaprimljena radi dobivanja terapijskih izuzeća obrađuje se sukladno načelima zaštite osobnih i osjetljivih podataka. Elektronski i fizički dokumenti zaštićeni su različitim metodama ograničavanja pristupa osobama koje nisu uključene u obradu podataka radi dobivanja terapijskih izuzeća. Tako se štite svi podaci koje Služba za antidoping dobije radi odobravanja terapijskih izuzeća.





Suplementi o kojima govorimo u ovom priručniku odnose se na dodatke prehrani, kao i na specifične proizvode, ili pripravke koje sportaši uzimaju ili mogu uzimati iz različitih potreba. U ovom dijelu priručnika želimo razmotriti potencijalne koristi, ali i rizike uzimanja takvih proizvoda.

Dostupnost

Suplementi su u gotovo cijelom svijetu široko dostupni proizvodi, koji se mogu nabaviti na raznim prodajnim mjestima, od ljekarni, pa do specijaliziranih trgovina, zatim izravno u lancima prodaje i putem internetskih stranica. Velik i rastući broj različitih proizvoda koji se intenzivno promoviraju, kao i njihova široka dostupnost (osobito kad se radi o internetskoj prodaji), povećavaju mogućnost nekontroliranog i nekritičkog uzimanja, što nosi potencijalno visoke zdravstvene rizike, a za sportaše i rizike od kršenja antidopinških pravila.

Vrednovanje rizika uzimanja suplemenata

U kontekstu Kodeksa Svjetske antidopinške agencije, antidopinške organizacije moraju ponuditi konzultativnu podršku za sportaše s ciljem stručnog savjetovanja o pitanjima povezanim s rizicima uzimanja suplemenata u sportu. U smislu potencijalnog rizika od kršenja antidopinških pravila kao posljedice uzimanja suplemenata, često će zbog sadržaja nedopuštenih tvari koje nisu deklarirane na vanjskom označavanju proizvoda, Služba za antidoping objektivno procijeniti rizike uzimanja pojedinog suplementa i o tome informirati sportaša. S druge strane, garanciju da proizvod ne sadrži zabranjene tvari u sportu može dati jedino proizvođač takvog proizvoda. Potrebno je reći da uzimanje bilo kojeg suplementa nosi određeni potencijalni rizik za pad na dopinškoj kontroli, no za neke je proizvode taj rizik zanemariv ili minimalan, dok je za neke

suplemente rizik visok. U svrhu savjetovanja sportaša, Služba za antidoping razradila je stupnjeve rizika za pojedine kategorije suplemenata, što može pomoći u procjeni razmatranja takvog rizika za pojedini proizvod. Ipak, u slučaju bilo kakve nedoumice oko takvih rizika, najbolji način procjene je kontaktiranje stručnjaka iz Savjetovališta za antidoping, koje je u sklopu Službe za antidoping.

Kategorizacija rizika suplemenata

Radi jednostavnosti procjene rizika uzimanja suplemenata, isti su svrstani u četiri kategorije:

- ▶ suplementi niske razine rizika
- ▶ suplementi srednje razine rizika
- ▶ suplementi visoke razine rizika
- ▶ suplementi koji sadrže zabranjenu tvar

Tablica: Kategorije rizika prema tipu suplementa

Kategorije rizika	Tip suplementa
Suplementi niske razine rizika	<ul style="list-style-type: none"> • Suplementi koji sadrže samo vitamine i/ili minerale • Suplementi koji sadrže deklarirane tvari biljnog porijekla samo jedne biljke
Suplementi srednje razine rizika	<ul style="list-style-type: none"> • Suplementi koji sadrže jednu ili nekoliko općepoznatih tvari (npr. aminokiseline) • Suplementi koji sadrže deklarirane tvari biljnog porijekla iz više raznih biljaka (osobito ako nisu u kombinaciji s drugim različitim tvarima)
Suplementi visoke razine rizika	<ul style="list-style-type: none"> • Suplementi koji sadrže različite spojeve koje nije jednostavno prepoznati bez odgovarajućeg istraživanja (pretrage) • Suplementi koji se promoviraju kao proizvodi za povećanje izdržljivosti, snage, energije i sl. (npr. različiti pre-workout proizvodi)
Suplementi koji sadrže zabranjenu tvar	<ul style="list-style-type: none"> • Suplementi koji sadrže jednu ili više zabranjenih tvari

U svakoj od navedenih kategorija rizika, kao što je prikazano u tablici, svrstani su najčešći primjeri suplemenata. Rizici su općenito veći kod proizvoda koji sadrže više različitih tvari, iako to nije apsolutni pokazatelj rizika. Važna je, naravno, i vrsta tvari koja se nalazi u proizvodu (npr., velik broj vitamina i minerala u proizvodu isti ne svrstava automatski u zonu višeg rizika, dok proizvod koji sadrži samo jednu sumnjivu tvar odmah ide u kategoriju visoke razine rizika). Neovisno o tome, rizici mogu biti povećani i zbog neadekvatne ili nekontrolirane proizvodnje, kao što je korištenje nekvalitetnih sirovina za daljnju proizvodnju, čime je moguće onečišćenje proizvoda štetnim i zabranjenim tvarima. Proizvodi proizvođača koji imaju potrebne certifikate i standardizirane postupke proizvodnje, općenito smanjuju rizik potencijalnog onečišćenja štetnim i zabranjenim tvarima. Ujedno, ako je proizvođač etablirana tvrtka s višegodišnjom tradicijom, kontrolom kakvoće proizvoda i ako ujedno može izdati garanciju za sigurnost proizvoda, rizik od unosa zabranjenih tvari u organizam je relativno nizak. Najniži je rizik onaj za proizvode koji su po proizvodnoj seriji testirani na odsutnost zabranjenih tvari u sportu (tzv. *doping-free*). Stoga sve navedene rizike treba prihvatiti s odgovarajućom rezervom i pažljivo procijeniti rizik uzimanja suplementa.

Potencijalne koristi uzimanja suplemenata

Kad se govori o potencijalnim koristima uzimanja suplemenata, sa znanstvenog stajališta govorimo o korisnim učincima pojedinih tvari ili njihovim kombinacijama u metabolizmu, a koji dovode do boljeg funkcioniranja organizma, no pod pretpostavkom da se ne razvijaju štetni učinci. Upravo taj aspekt omjera koristi i rizika uobičajen je za procjenu opravdanosti primjene pojedinog lijeka tijekom njegove registracije, a za svrhu provedbe takve procjene rabe se podaci dobiveni iz kliničkih ispitivanja. U slučaju suplemenata, nije sustavno razvijen postupak procjene koristi i rizika temeljen na kliničkim ispitivanjima, što otežava mogućnost objektivne procjene. Iz medicinskog aspekta, nadomještanje određene tvari koja nedostaje u organizmu ili u prehrani (npr. nadomještanje željeza u medicinskim stanjima s manjkom željeza) smatra se korisnim. Suplementi općenito nisu namijenjeni liječenju, no pojedini proizvodi koji sadrže određeni mineral ili pak, biljne tvari, mogu imati status lijeka dobiven registracijom, no takav proizvod nema status suplementa, već lijeka.

U promoviranju različitih suplemenata nije etično davati medicinske tvrdnje, jer se u tom smislu govori o liječenju. Radi utjecaja na svijest potrošača, ipak se često, pogotovo u internetskoj prodaji, koja nije dovoljno kontrolirana, upotrebljavaju razne tvrdnje koje će potaknuti potencijalnog korisnika na kupnju takvog proizvoda. Iza toga najčešće stoje prazna obećanja, koja nisu utemeljena na kliničkim istraživanjima, ili pak zabranjene tvari u sportu. S obzirom na definiciju zabranjenih tvari u sportu koja uključuje biološki aktivne tvari s učinkom na određene ili pojedine organske sustave,

očekivan je i određeni učinak na organizam. Toga su svjesni i proizvođači koji bi s ciljem postizanja učinka njihovog proizvoda, a time i „zadovoljstva“ kupaca, mogli biti skloni u sastav proizvoda namjerno staviti i određenu količinu tvari zabranjenih u sportu.



Tržište suplemenata je općenito visokorizično ako se radi o nabavi ili kupnji proizvoda od nepoznatih izvora ili proizvođača. U takvom je slučaju povećan i rizik štetnog djelovanja na zdravlje, jer u sastavu proizvoda mogu biti razna onečišćenja, ili štetne tvari.

Vrlo je važno o ovim rizicima razmišljati kritički i ne upuštati se u avanturu s nepoznatim proizvodima, jer se danak može plaćati vlastitim zdravljem, koje zbog uzimanja štetnih tvari može biti čak i trajno narušeno.

Za kraj ovog dijela, treba reći da su temelji zdravog sportskog razvoja – osim dobrog trenažnog procesa i uravnotežene i/ili prilagođene prehrane – ustrajnost, promišljenost i zdrave životne navike, a ne suplementi. Prema svemu navedenom, ne može se reći da je uzimanje suplemenata nužno za postizanje sportskih uspjeha, stoga uvriježeno mišljenje da sportaši moraju uzimati suplemente – ne stoji.

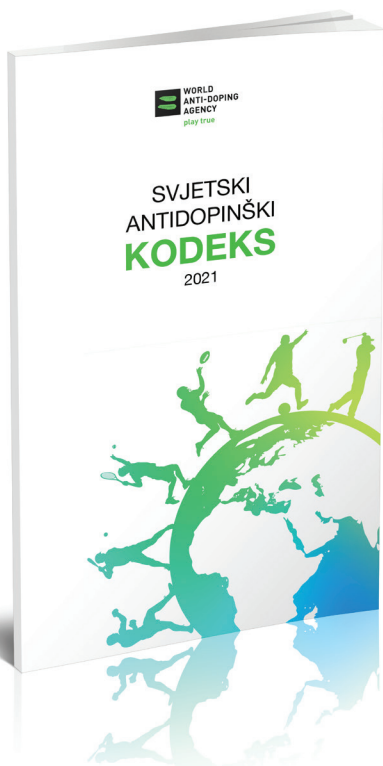
Doping se definira kao kršenje jednog ili više antidopinških pravila. Ponašanja i okolnosti koje podrazumijevaju njihovo kršenje predstavljena su u drugom poglavlju Pravila o antidopingu HZJZ-a.

Pravila o antidopingu HZJZ-a čine sportska pravila kojima se uređuju antidopinška pitanja vezana za bavljenje sportom i obvezujuća su za sportaše, uključujući prateće osoblje sportaša i druge osobe u sportu.

Prema Svjetskom antidopinškom kodeksu (2021), ukupno je jedanaest (11) definiranih kategorija načina kršenja antidopinških pravila:

- ▶ prisutnost zabranjene tvari ili njezinih metabolita ili markera u sportaševu uzorku
- ▶ sportaševo korištenje ili pokušaj korištenja zabranjene tvari ili zabranjene metode
- ▶ sportaševo izbjegavanje ili odbijanje davanja uzorka ili nepodvrgavanje prikupljanju uzorka
- ▶ sportašev propust u dostavljanju podataka o lokaciji
- ▶ krivotvorenje ili pokušaj krivotvorenja bilo kojeg dijela dopinške kontrole od strane sportaša ili druge osobe
- ▶ posjedovanje zabranjene tvari ili zabranjene metode od strane sportaša ili pratećeg osoblja sportaša
- ▶ nedopušteno trgovanje ili pokušaj nedopuštenog trgovanja bilo kojom zabranjenom tvari ili zabranjenom metodom od strane sportaša ili druge osobe

- ▶ primjena ili pokušaj primjene zabranjene tvari ili zabranjene metode sportašu na natjecanju odnosno primjena ili pokušaj primjene tvari ili metode zabranjene izvan natjecanja sportašu izvan natjecanja od strane sportaša ili druge osobe
- ▶ sudioništvo ili pokušaj sudioništva sportaša ili druge osobe
- ▶ zabranjeno udruživanje sportaša ili druge osobe
- ▶ postupanje sportaša ili druge osobe u cilju odvracanja od prijave nadležnim tijelima ili osvećivanje radi takve prijave



Posljedice kršenja antidopinških pravila

Kršenje antidopinških pravila može imati jednu ili više navedenih posljedica:

Diskvalifikacija

- ▶ u pojedinačnim sportovima, sportaši se automatski diskvalificiraju i njihovi se rezultati proglašavaju nevažećima, što podrazumijeva i gubitak prava na medalje, bodove i nagrade na natjecanju na kojem je sportaš imao pozitivan nalaz na testiranju

- ▶ postoji mogućnost poništavanja svih rezultata istog sportaša na svim natjecanjima tijekom sportskog događaja, što ovisi o težini sportaševa kršenja pravila
- ▶ kod timskih sportova, nagrade koje su ostvarili pojedinci bit će poništene, uz mogućnost diskvalifikacije tima

Nepodobnost

- ▶ kazna za kršenje antidopinških pravila je **razdoblje nepodobnosti** – sportašu se na određeno vrijeme zabranjuje sudjelovanje na svim natjecanjima te mu se djelomično ili potpuno uskraćuje financiranje
- ▶ razdoblje nepodobnosti je različito propisano za navedena kršenja i najčešće se kreće od jedne do četiri godine, a visina izrečene sankcije ovisi o počinjenom prekršaju i elementu prisutnosti ili neprisutnosti namjere u sportaševu ponašanju, pri čemu sportaševa namjera pridonosi dužoj sankciji
- ▶ namjera sportaša vodi u maksimalnu propisanu kaznu, dok će za izostanak namjere kazna biti blaža
- ▶ za pojedina kršenja propisano je i doživotno razdoblje nepodobnosti
- ▶ otegotne okolnosti mogu produljiti propisanu kaznu za do dvije godine
- ▶ Višestruka kršenja antidopinških pravila produžavaju kaznu, a treće kršenje načelno rezultira **doživotnom kaznom**
- ▶ za određena kršenja moguće je, kao najblažu mjeru, izreći ukor bez određivanja razdoblja nepodobnosti, ali samo ako sportaš dokaže da ne snosi značajniju krivnju ili da se nije ponašao nesavjesno
- ▶ ako sportaš dokaže da je zabranjena tvar potekla od kontaminiranog proizvoda, a bez njegovog nesavjesnog ponašanja ili značajnije krivnje, kao najblaža mjera, može se izreći ukor bez razdoblja nepodobnosti
- ▶ u slučaju znatne pomoći koju sportaš pruži pri utvrđivanju kršenja antidopinških pravila, razdoblje nepodobnosti može se skratiti za najviše tri četvrtine
- ▶ postoji mogućnost skraćivanja kazne za jednu godinu, za sportaše koji priznaju kršenje i prihvate sankciju u kratkom roku po obavijesti o kršenju

Privremena suspenzija

- ▶ sportašu se na određeno vrijeme zabranjuje sudjelovanje na svim natjecanjima, a prije konačne odluke o povredi antidopinškog pravila
- ▶ obavezno izricanje slijedi nakon utvrđivanja nepovoljnog laboratorijskog nalaza ili nepovoljnog nalaza putovnice za nespecificirane tvari
- ▶ važno je pridržavati se određene privremene suspenzije, jer sportašu koji se pridržava privremene suspenzije, to se vrijeme uračunava u razdoblje nepodobnosti / sankciju
- ▶ posljedice kršenja privremene suspenzije su novo razdoblje nepodobnosti i diskvalifikacija

Javna objava (termin izvorno preuzet iz Pravila o antidopingu)

Javna objava podrazumijeva:

- ▶ objavu identiteta sportaša koji je obaviješten o mogućem kršenju pravila, uključujući zabranjenu tvar ili metodu, objavu razrješenja predmeta i njihovo javno komentiranje
- ▶ objavljivanje informacija javnosti/osobama kojima te informacije nisu bile dostupne

Prava sportaša

Prava sportaša **na natjecanju** obuhvaćaju prava sportaša na obavijest o davanju uzorka, tipu uzorka i uvjetima prikupljanja uzorka te o tijelu koje provodi prikupljanje uzorka; kao i pravo na predstavnika ili prevoditelja i pravo na odgodu javljanja u dopinšku stanicu.

Odgoda javljanja u dopinšku stanicu / privremeno napuštanje stanice na natjecanju moguće je zbog: sudjelovanja na svečanosti otvaranja, ispunjenja medijskih obveza, sudjelovanja na daljnjim natjecanjima, zagrijavanja, dobivanja nužne medicinske pomoći, lociranja predstavnika/prevoditelja, pribavljanja identifikacije s fotografijom, kao i bilo koje druge razumne okolnosti sukladno procjeni dopinškog kontrolora, uzimajući u obzir sve upute tijela ovlaštenog za testiranje.

Slična pravila vrijede i za testiranja **izvan natjecanja**, pa je tako odgoda javljanja u dopinšku stanicu / privremeno napuštanje stanice u slučaju testiranja izvan natjecanja moguće zbog: lociranja predstavnika, dovršetka treninga, dobivanja nužne medicinske pomoći, pribavljanja identifikacije s fotografijom, kao i bilo koje druge razumne okolnosti sukladno procjeni dopinškog kontrolora, uzimajući u obzir sve upute tijela ovlaštenog za testiranje.

Ovakva odgoda, odnosno napuštanje, moguća je samo **uz prethodnu suglasnost** dopinškog kontrolora i uz ispunjenje određenih preduvjeta.

Sportaš može u Obrazac dopinške kontrole unijeti svoje primjedbe na tijek kontrole, a pripada mu i kopija navedenog obrasca.

Sportaš ima pravo na vlastiti trošak zatražiti analizu uzorka B uzetog pri uzimanju uzorka A, kao i pravo da on ili njegov predstavnik prisustvuje otvaranju i analizi uzorka B. Također, sportašu pripada pravo zatražiti presliku cjelokupne laboratorijske dokumentacije o uzorcima A i B.

Obveze sportaša

Sportaš je **osobno odgovoran** osigurati da u njegov organizam ne dospije nikakva zabranjena tvar i da ne primjenjuje nikakve zabranjene metode – načelo stroge osobne odgovornosti.

Za utvrđenje kršenja antidopinškog pravila korištenjem zabranjene tvari ili metode **nije nužno** dokazati sportaševu namjeru, krivnju, nesavjesno ponašanje ili svjesno korištenje. U tom smislu, i nenamjerno kršenje antidopinških pravila povlači odgovornost sportaša i/ili njegova pratećeg osoblja.

Sportaš uvijek mora biti dostupan za prikupljanje uzorka i surađivati s organizacijama za borbu protiv dopinga, koje istražuju kršenje antidopinškog pravila.

Sportaš je dužan znati što podrazumijeva kršenje antidopinških pravila i biti upoznat s tvarima i metodama navedenim na Popisu zabranjenih sredstava, a koji je javno objavljen.

Također je dužan obavijestiti svog liječnika i ostalo medicinsko osoblje da je kao sportaš podložan dopinškoj kontroli i da se ne smije koristiti zabranjenim tvarima i metodama.

Sportaš je tijekom razdoblja bavljenja sportom obavezan educirati se o antidopinškim temama i proći edukacijski program HZJZ-a, nacionalnog sportskog saveza, međunarodnog sportskog saveza ili druge antidopinške organizacije.

Pravodobna edukacija s usvajanjem odgovarajućih obrazaca ponašanja vezanih za antidoping zasigurno može spriječiti veći dio nenamjernih kršenja. Ona zapravo nastaju kao posljedica nedovoljnog poznavanja antidopinških pravila i nepridržavanja načela kojima se sprječavaju mogućnosti ulaska zabranjenih tvari u tijelo sportaša (npr. nekritička primjena suplemenata u kojima mogu biti tvari s Popisa zabranjenih sredstava, koje i u tragovima mogu dovesti do pada na dopinškom testiranju, čak i ako se one nalaze u koncentracijama nedostatnim da bi izazvale fiziološke učinke).

Sportaši su, prema Svjetskom antidopinškom kodeksu, dužni:

- ▶ poznavati i poštivati važeću antidopinšku politiku i pravila usvojena u skladu s Kodeksom
- ▶ biti uvijek dostupni za prikupljanje uzoraka
- ▶ preuzeti odgovornost za ono što konzumiraju i unose u organizam
- ▶ obavijestiti medicinsko osoblje o obvezi zabrane korištenja zabranjenih tvari i metoda i naglasiti da liječenje ne smije kršiti antidopinška pravila
- ▶ nacionalnoj antidopinškoj organizaciji i međunarodnom savezu otkriti da su prekršili antidopinško pravilo unutar posljednjih deset godina
- ▶ surađivati s organizacijama za borbu protiv dopinga
- ▶ otkriti identitet svojeg pratećeg osoblja na zahtjev organizacije za borbu protiv dopinga

Svi se sportaši moraju upoznati sa svojim obvezama da ne bi ugrozili svoju sportsku karijeru. Ako imate pitanja – PITAJTE! Ako niste 100 % sigurni u sastav tvari ili ga ne znate – NE UZIMAJTE JE!