

## Doppingvétség nélkül

A Nemzeti Sporthivatal és a Sportkórház doppingmentes felkészülést segítő kiadványa

3., javított kiadás

Szerkesztette: Dr. Martos Éva

Lektorálta: Dr. Bakanek György

Hiteles tartalom a Nemzeti Sporthivatal és a Sportkórház garanciájával.

### Kedves Sportolók!

A harmadik Doppingvétség nélkül című kiadványt tartjátok kezetekben, az immár bátran mondhatjuk megszokott formátumban és szerkezetben, de megújult tartalommal, ugyanis 2005. január elsejétől új doppinglista lépett érvénybe. Továbbra is segíteni kívánunk abban, hogy esetleges betegség esetén tudd, milyen gyógyszert vehetsz be doppingvétség nélkül.

Ugye Te sem akarsz, hogy egy meggondolatlan lépésed felkészülésedet kerékbe törje?

Ezért *az első részben a betegség esetén használható gyógyszereket soroljuk fel.* Természetesen a felsorolás nem tartalmazhat Magyarországon minden forgalomban lévő gyógyszert, mert akkor vaskos könyvet kellene a kezédbe adnunk, csak a tájékozódásodat könnyíti meg. Ha a házi orvosod vagy a gyógyszerész olyan gyógyszert ajánl, amelyik itt nem szerepel – a saját érdekedben, mielőtt használod –, konzultálj keretorvosoddal.

További tájékozódásod megkönnyítése érdekében *közzöljük a jelenleg érvényes doppinglistán szereplő készítményeket is,* valamint megtalálhatod a Sportkórház Doppingellenőrző Laboratóriumában *bevizsgált táplálék-kiegészítők listáját* is mely az előző kiadványhoz képest jelentősen bővült.

Végül, kiadványunk utolsó részében a doppingvizsgálathoz találsz gyakorlati útmutatót.

Eredményes, doppingmentes felkészülést kívánunk!

Budapest, 2005. február 15

Dr. Martos Éva  
főorvos  
Sportkórház

Dr. Bakanek György  
Nemzeti Sporthivatal

## Betegség esetén használható gyógyszerek

### Fájdalom- és lázcsillapítók

Algopyrin  
Antineuralgica  
Aspirin  
Aspro pezsgőtabletta  
Black Current Coldrex Hot  
Rem por  
Coldrex  
Colfarit  
Huma Asa  
Kalmopyrin  
Lemon Coldrex Hot Rem por  
Neo Citrán  
Panadol  
Paracetamol  
Quarelin  
Rubophen  
Saridon

### Gyomorsavkötőszerek /fekély kezelése

Almagel szuszpenzió  
Antagel szuszpenzió  
Controloc  
Histodil  
Losec  
Nilacid tablettá  
Quamatel  
Rennie antacidum  
rágótablettá

### Hasi görcsoldók

Dicetel  
Meristin  
No-Spa  
Ridol

### Hashajtók

Bolus Laxans  
Guttalax cseppek  
Phenolphthalenium  
Tisasen A+B  
Tisasen Forte

### Bélfertőtlenítők

### /Hasmenés elleni szerek

Bolus Adstringens  
Carbo Activatus  
Enterobene  
Imodium

### Emésztést segítő

Bilagit  
Dipankrin  
Kreon

### Vitaminok, ásványi anyagok, nyomelemek

Actoferrin  
Aktivit  
Béres Actival Max  
Calcium-Sandoz + Vitamin C  
1000  
mg pezsgőtablettá  
Centrum A + Z  
Cetebe  
Ferro-Folgamma  
Humet-R  
Magne B6  
Magnerot  
Makrofer  
Milgamma drázsé  
Multivitamin  
Panangin  
Pharmaton Vital  
Supradyn  
Tardyferon Fol

### Vérnyomáscsökkentők

Cordaflex  
Coverex  
Ednyt  
Norvasc  
Plendil  
Renitec  
Tensiomin

### Bőrbetegségek, sebek, gombák, kiütés

Alkcema kenőcs  
Aurobin kenőcs  
Azulenol  
Canesten  
Chlorocid H kenőcs  
Chlorocid kenőcs  
Depersolon kenőcs  
Dermovate kenőcs  
Diprosalic kenőcs  
Ebrimycin gél  
Elocom kenőcs  
Fenistil gél  
Flucinar kenőcs  
Ftorocort kenőcs  
Hevizos  
Hydrocortison kenőcs  
Ialugen Plus  
Lamisil  
Locoid kenőcs  
Lorinden C kenőcs  
Naksol spray  
Neogranormon kenőcs  
Nizoral  
Oxicort spray  
Panthenol spray  
Phlogosam kenőcs, hab  
Pimafucin krém  
Pimafucort kenőcs  
Prednisolon kenőcs  
Synalar kenőcs  
Tetran kenőcs  
Zovirax krém

### Fogamzásgátlók

Cilest  
Marvelon tablettá  
Mercilon  
Tri-Regol

### Antibakterialis szerek

Augmentin  
Ceclor  
Ciprobay  
Doxycyclin  
Maripen

## Betegség esetén használható gyógyszerek

Semicilin  
Sumetrolim  
Tarivid  
Zinnat

### Izom-, lágyrész-, ízületi fájdalom

Cataflam  
Celebrex  
Condrosulf  
Diclac  
Dona  
Feldene  
Flector EP Rapid granulátum  
Flugalin  
Hotemin  
Ibuprofen  
Mesulid  
Milgamma N inj.  
Movalis  
Phlogenzym  
Tilcotil  
Vioxx  
Voltaren

### Ízületi és izomfájdalmak helyi készítményei

Algesal krém  
Bayolin krém  
Ben Gay  
Diclac gél  
Dolobene gél  
Fastum gél  
Flector E  
Hotemin  
Hyalgan  
Mobilat  
Mobilisin kenőcs

Rheumon gél  
Voltaren gél

### Izomlazítók

Mydeton tabl.  
Mydeton N inj.  
Scutamil-C. tabl.  
Sirdalud tabl.

### Helyi érzéstelenítők

Bucain inj.  
Lidocain kenőcs, inj., spray  
Marcain inj.

### Szorongásoldók /nyugatók /altatók

Elenium  
Gerodorm  
Novopan  
Rudotel  
Xanax

## Betegség esetén használható gyógyszerek

### Nátha, allergia

Afrin orr spray  
Allergodyl  
Naphasolin  
Nasivin  
Novorin  
Rhinaaxia  
Taleum  
Vibrocyl

### Torokfertőtlenítők

Bioparox  
Faringosept  
Glycosept  
Mebucain  
Neo-Angin N  
Phlogosol  
Septofort  
Strepsils, Strepsils Plus

### Köhögés és meghűlés

ACC 100  
Ambroxol  
Codein Acisal  
Fluimucil  
Mucopront  
Robitussin  
Sinecod  
Solmucol

### Allergia

Claritine  
Fenistil  
Suprastin  
Telfast  
Zaditen  
Zyrtec

### Szemészeti készítmények

Alomide  
Irgamid  
Műkönyv  
Opticrom  
Septosil  
Tetrán szemkenőcs  
Visine

## Tiltott készítmények és módszerek

a WADA 2005. január 1-től érvényes doppinglistája alapján.

Felhívjuk a figyelmet arra, hogy az egyes tiltott hatóanyag csoportokon belül felsorolt gyógyszerek listája messze nem teljes, csak néhány példát tartalmaz. A listán szereplő készítmények és módszerek a megjelöltek kivételével minden formában tiltottak! A megjelöltek esetén az új nemzetközi szabályok szerint az orvosi igazolás nem elegendő, hanem a TUE (terápiás alkalmazásra vonatkozó kivétel) Bizottsághoz kell kérelemmel fordulni. A kérelemnek tartalmaznia kell a sportoló adatain kívül a kortörténetet, a betegséget alátámasztó vizsgálati leletek eredményeit (egyes esetekben magát a leletet, rtg. filmet, stb.)

az alkalmazott gyógyszer nevét, dózisát, az adagolás módját, a terápia várható időtartamát. Az ide vonatkozó formanyomtatvány letölthető a Sportkórház weboldaláról.

#### A 06-20/9-827-495 telefonszámon

részletes információt kaphatunk a terápiás kivétellel kapcsolatos teendőkről. Az engedély megadása szigorú feltételekhez kötött, be kell bizonyítani, hogy nincs más terápiás alternatíva, hogy a szer mellőzése egészségkárosodást okoz, valamint, hogy a gyógyszer alkalmazásakor nem történhet jogtalan előnyszerzés. A bizottság – az elbírálást követően - továbbítja a kérelmet az adott sportág nemzetközi szövetségéhez, illetve a WADA TUE Bizottságához. A kérelmet legkésőbb az adott nemzetközi verseny előtt 30 nappal kell benyújtani. A sportoló a gyógyszert nemzetközi versenyen csak a WADA által jóváhagyott kérelem birtokában alkalmazhatja, ellenkező esetben doppingvétséget követ el. Amennyiben előre nem látható esemény miatt válik szükségessé a listán szereplő gyógyszer beadása, ismét a fent megadott telefonszámon érdeklődhetünk a további teendők felől.

### I. MINDENKOR -VERSENYEN ÉS VERSENYEN KÍVÜL EGYARÁNT- TILTOTT HATÓANYAGOK ÉS MÓDSZEREK

#### S1 Anabolikus hatású anyagok

##### 1. Anabolikus androgen steroidok

Andriol kapszula  
Danoval kapszula  
Dexatopic krém  
Gerovit tabl.  
Livial tabl.  
Proviron tabl.  
Retabolil injekció

##### 2. Egyéb anabolikus hatású anyagok

Spiropent tabl., spray

#### S2. Hormonok és rokonvegyületek

##### 1. Erythropoietin (EPO)

Eporex  
Recormon

##### 2. Növekedési hormon, Inzulinszerű növekedési faktor, Mechano növekedési faktor

Genotropin inj.  
Humatrope inj.  
Norditropin inj.  
Saizen inj.  
Zomacton inj.

#### 3. Gonadotropinok

Choragon inj.  
Humegon  
Menogon  
Pergonal  
Profasi

#### 4. Inzulin

Humalog Inzulin inj.  
Humulin Inzulin inj.

#### 5. Corticotrop hormonok

Cortrosyn Depo inj.

#### S3. Béta-2 Agonisták

AC Butamol tableta  
Astmopent tabl., injekció, spray  
Bambec tableta  
Berodual inhalációs oldat  
Berotec N inhalációs oldat  
Bricanyl injekció, tableta  
Duotec aerosol  
Gynipral inj, tabl  
Huma Salmol tableta  
Ipradol injekció, tableta  
Lontermin szirup, tableta  
Partusisten inj., tabl  
Salbutamol szirup, tableta  
Salvuron kapszula  
Terbutalin kapszula  
Volmax tabl

**Megjegyzés:** Asztma, terhelés indukálta asztma esetén az ebbe a csoportba

*tartozó készítmények közül kizárólag inhalatív formában csak az alább felsorolt készítmények alkalmazhatók TUE engedéllyel. TUE engedély abban az esetben adható, a WADA 2005. január 1-től érvényes doppinglistája alapján ha a nemzetközi protokoll szerint előírt vizsgálatok (nyugalmi és provokációs tesztek) eredményei kellően pozitívak és ezek kétséget kizáróan bizonyíthatók a kötelezően mellékelt leletek alapján.*

Bricanyl turbuhaler  
Buventol Easyhaler inhalációs por  
Foradil inhalációs kapszula  
Oxis turbuhaler  
Salbutamol GW inhalációs aerosol  
Seretide inhalációs por  
Serevent inhalációs por  
Symbicort turbuhaler  
Ventolin inhalációs aerosol

#### S4. Antiösztrogén hatású szerek

Arimidex  
Aromasin  
Cytazonium  
Clostilbegyt  
Femara  
Lentaron Depo  
Orimethen

Permixon  
Prostacan  
Prostamol Uno  
Seropene  
Strogen uno  
Tamoxifen-Teva  
Zitazonium

### **S5. Vizelethajtók és egyéb maszkírozó szerek**

Aldacton  
Amilorid  
Atenolol  
Brinaldix  
Co-Renitec  
Enap  
Furosemid  
Hemohe inf.  
Hygroton  
Hypothiazid  
Mannitol (csak intravénásan  
tiltott)  
Macrodex inf.  
Promit inj.  
Rheomacrodex inf.  
Spirolone tabl  
Triamteren  
Uregit  
Verospiron

### **TILTOTT MÓDSZEREK**

#### **M1. Oxigén szállító kapacitás növelése**

a. vérdopping  
b/ az oxigén felvételt,  
szállítást,  
leadást növelő anyagok  
alkalmazása, pl. módosított  
hemoglobin származékok

#### **M2. Kémiai és fizikai manipulációk**

Intravénás infúziók ( akut  
orvosi ellátást kivéve)  
Katéterezés  
Vizeletcsere

a WADA 2004. január 1-től  
érvényes  
doppinglistája alapján

#### **M3. Géndopping**

## **II. VERSENYEN TILTOTT HATÓANYAGOK ÉS MÓDSZEREK**

- **Minden, az I  
kategóriába tartozó  
hatóanyag és  
módszer (S1,  
S2,S3,S4, S5, M1,  
M2,M3)  
továbbá a  
következők:**

### **S6. Stimulánsok**

Artin drg  
Calciphedrin  
Coderetta N  
Coderit N  
Epherit  
Hemorid kenőcs, végbél kúp  
Jumex  
Ritalin  
Selegiline  
Solvasthmin  
Teronac tab.  
Tonogen

a WADA 2005. január 1-től  
érvényes doppinglistája  
alapján

### **S7. Narkotikumok**

Bupren  
Depridol  
Dolargan  
Durogesic tapasz  
Fentanil inj.  
Moretal  
Oxycontin  
Sevredol

### **S8. Cannabinoidok**

Hasis  
Marihuana

### **S9. Glukokortikoszteroidok**

*Az ebbe a csoportba tartozó  
készítményeket tilos szájon  
át, végbélben, vénás injekció  
vagy intramuscularis injekció  
formában használni*

Adreson tabl  
Celestone tabl  
Medrol tableta  
Rheosolon tableta  
**Megjegyzés:** *Helyi (fülcsepp,  
orrcsepp, szemcsepp),  
ízületbe történő injekció  
valamint asztma esetén  
kizárólag inhalatív formában  
az ebbe a csoportba tartozó  
készítmények kizárólag TUE  
engedéllyel alkalmazhatók.*

Depersolon inj.  
Depo Medrol inj.  
Di Adreson inj.  
Kenalog inj.  
Oradexon inj  
Solu Medrol inj  
.  
Flixonase orrspray  
Nasonex orrspray  
Rhinocort Aqua orrspray

Aldecin aerosol  
Beclomet easyhaler  
Budesonid GW aerosol  
Ecobec aerosol  
Flixotide aerosol  
Pulmicort aerosol, turbuhaler  
Symbicort turbuhaler

Ciprobay fülcsepp  
Flucon szemcsepp  
Garasone szemcsepp,  
fülcsepp, szemkenőcs  
Maxidex szemkenőcs,  
szemcsepp  
Spersadex szemcsepp  
Tobradex szemcsepp,  
szemkenőcs  
Ultracortenol szemcsepp

## **III. EGYES SPORTÁGAKBAN TILTOTT ANYAGOK**

### **P1. Alkohol**

Csak versenyen tiltott vagy  
mennyiségileg korlátozott a  
következő sportágakban:  
autó-motor  
sport, biliárd, íjászat, karate,  
lövészet, öttusa, repülés  
sí

## **P2. Béta-blokkolók**

Csak versenyen (kivéve íjászat, lövészet, ahol versenyen kívül is) tiltott a következő sportágakban :  
Auto-motor sport, biliárd, birkózás, búvárúszás, bob, bridzs, curling, íjászat,

labdarúgás, lövészet, öttusa, repülés, sakk  
síugrás, szinkronúszás, snow-board, torna, vitorlázás

Atenolol  
Betaloc  
Betaloc Zok

Betoptic szemcsepp  
Concor  
Lokren  
Metoprolol  
Propranolol  
Sandonorm  
Sotalex  
Trasicor  
Visken

A **WADA** (*Nemzetközi Doppingellenes Ügynökség*) állásfoglalása szerint a megfelelő étrend fedezi a sportolók szükségleteit, így a táplálék-kiegészítők alkalmazása csak orvosi ellenőrzés mellett javasolt, orvosiilag alátámasztott hiányállapotok esetén. A WADA azért sem ajánlja a táplálék-kiegészítők használatát, mivel azok tiltott - a doppinglistán szereplő - anyagokat tartalmazhatnak, melyek sok esetben a címkéjükön nincsenek feltüntetve, és így pozitív doppingvizsgálati eredményhez vezethetnek.

Az Országos Sportegészségügyi Intézet Doppingellenőrző Laboratóriuma 1996 óta vizsgálja be a táplálék-kiegészítőket.

Az alábbiakban a 2005. február1-ig bevizsgált táplálék-kiegészítők listáját közöljük. Nyomatékosan hangsúlyozzuk, hogy amennyiben táplálék-kiegészítő szedése indokolt, csak az alábbiakban felsorolt készítmények közül válasszanak. A Doppingellenőrző Laboratóriumban GC-MS módszerrel bevizsgált termékek a vizsgálatot kérő cég neve szerinti ABC sorrendben:

### **Akvapol Kft**

Kombucha fekete ribizli, őszibarack  
Zöldárpa tabletta

### **Alfa Group 2000 Bt**

Lean Body (erdei, vanília, csokoládé-mogyoróvaj, csokoládé)  
Lean Body for Her (vanília, Csokoládé)  
Kwik size XXXL (csokoládé)  
Pro Plete (csokoládé, eper)

### **Amway Hungarian M. Kft**

Nutrilite Acerola C  
Nutrilite rágható E vitamin  
Nutrilite természetes forrásból származó B komplex  
Nutrilite Kalcium Magnézium  
Nutrilite rágható Kalcium Magnézium  
Nutrilite naponta  
Nutrilite Protein  
Nutrilite rágható C-vitamin  
Nutrilite rágható vas  
Positrim Protein szelet mentolos, csokoládés  
Positrim Protein szelet narancsos

### **AVALON Team Kft**

Metabol

### **Beaco Kft**

Basica granulátum  
Basica sport italpor

### **Béres RT**

Béres Actival Max

### **Bitrex Kft**

Mio izomlazító gél

### **Biyo-Product Kft**

Csipkebogyó + C vitamin rágótabletta  
Magnézium - maláta tabletta  
Natur sörélesztő tabletta

### **Breitenbach és Eich Kft**

Champion Nutrition  
Muscle Nitro  
Nawa sport balzsam  
Nawa sport . uid

### **Champion Nutrition**

Muscle nitro

### **Coca-Cola Beverages Kft**

Powerade - citrom, narancs, mountain-blast

### **Cornexi Rt**

Csokoládés energia szelet  
Gyümölcsös energia szelet

### **Cremum Kozmetikai Kft**

Dermolin sport krém

### **Crystal Inst. Kft**

Flavin 7 ital  
Flavin 7 prémium ital  
Flavin 7+ kapszula  
Flavin 7+ prémium kapszula  
Trace Minerals 84

### **Energen Hungary Kft**

Elitan vanília, eper, csokoládé

### **Euromedical Bt (gy.: MDD Gmbh)**

BMI-23

### **Eusoft Kft**

Powerbull energiaital

### **Életkristály Kft**

Életkristály

### **Fit Line Impex Kft**

Createc

Protect hp tableta

### **Forever Living Products**

Absorbent C

Aloe activator . eur

Aloe berry nectar

Aloe blossom herbal tea

Aloe First

Aloe Heat Lotion

Aloe vera gel

Aloe vera gelly tube

Aloe vera lotion

Fields of green

Forever bee honey

Forever Freedom juice

Forever lite strawberry

Garlic-tyme

Gin China

Nature min

Royal bee jelly

### **Fővárosi Ásványvíz- és Üdítőipari Rt**

Gatorade Cool Blue

Raspberry

Gatorade Lemon

Gatorade Orange

Gatorade Tropical Fruit

### **Full Sport Bt**

Vitalade citrom, narancs

### **GéSz-Gaál Kft**

GéSz Flavon max

### **Glaxo Smith Kline Kft**

Lucozade (narancs, citrom,  
grapefruit, erdei gyümölcs)

### **Glaxo Welcome Kft**

Bilobil kapszula

### **GNLD International Kft**

Aloe vera gel

Aloe vera plus

Cal-mag

Carotenoid complex

Cruciferous plus

Fiber snax

Flavonoid complex

Formula IV

GR-2 control

Omega 3

### **Gradiens Kft**

Carnivit kapszula

### **Haleko Gmbh (Powerline)**

Muscle Volume Formula 80

Energy Charge

### **Hunada Kft**

Enada

### **Human Maximum Bt**

MegaForce energiaital

### **Javel-Inn Kft (gyártó: Musashi)**

Amino acids Heng. The  
Endurance

Creatin monohidrát

E-Energy formula

F-Fat Loss formula

Kuan the Creative

Kun The Receptive

L-Carnitine

LP-1 (Protein)

L-Phenylalanine USP

Muscle

Muscle -Gain

Ni-The Nurishment (Gray)

Recovery

R-Recovery formula

Slim

### **JLM Power Line Kft**

100 % Bio Protein, erdei  
gyümölcs

90 % Muscle Build Protein,  
csokoládé

American Weight Gain,  
csokoládé

Amino 2121

Amino 2300

Anabolic amino 5300

Anabolik Protein 100 %

Bio-X Creatin Blast, Tropik

Creat. Monohidrate

Creatin Monohidrate

Creatin Phosphate

Creatin Tableta

Energy bar, csokoládé

Fat Burner Bar, ananász

Gainer 3600, csokoládé

Genisoy Bar, csokoládé

mentol

Genisoy Shake, csokoládé

HB Protein BCAA, csokoládé

L-Carnitin

Liquid Amino

Max Gain 4100, erdei

gyümölcs

Mega Fat Burner

Muscle Zyme, vanília

MUS-L-Blast, csokoládé

Super Blast 4000, szamóca

Super Fat Burner

Ultra Loss, csokoládé

Ultra Whey pro, szamóca

Vita Diet Shake csokoládé

### **Kombucha Hungary**

3Z+2CS tableta

Alfalfa-C tabl.

Beauty from Green

Búza-fű kapszula

Fogyász-A

Green Helena

Green muníció

Green Prince

Green Talent

Green Top

Green Zim

GreenMorning

Kombucha koncentrátum

### **Labrada**

Lean Body

Pro Plete

**Lang Coop 2001 Kft**

Azzura  
Crema Base  
Fit All  
Fito Rub  
Fitogesic  
Los Angeles  
Phyto Blue Cold  
Phytodrink  
Plus Gara  
Turbo Gara

**Lekkerland Kft**

EVO Energiaital  
Turbo gyümölcsízű

**Lizorett bt. (gy.: Born Sportscare)**

Born Energy Xtra bar müzliszelet  
Born Supple + Recupation and muscle drink  
Massage oil  
Muscle-relax krém  
Muscle-up sportolaj  
Warming-up krém

**Loria Bt. (Sports Nutrition International)**

Pure GLUTAMINE  
XTREME PRO AMINO 2000  
XTREME PRO WHEY

**LR Marketing Kft**

50 Plus  
Alpha 24  
Figuline  
Memo  
Men  
Sports  
Women

**Marvel Kft**

Carb GTI gyümölcs-puncs  
Creatine GT narancs, citrom, zöldcitrom  
Glutamar - eper, vanília  
Kryptonit - eper, csokoládé

Margain XL csokoládé, eper, vanília  
Marvel GT eper, csokoládé, vanília

**M Profood Rt**

Fit Form  
Magnum 45  
Soy Protein  
TNT 35  
Whey Protein-A

**Mundipharma**

Sangenor sport Granulátum

**Műegyetem Természet és Sporttudományi Egyesület (gy:Medipharm)**

Gastrovit K

**Novartis Hungária Kft**

Isostar Activator Liquid citrom  
Isostar Easy Going Liquid narancs, grapefruit  
Isostar Easy Going Powder narancs, citrom, grapefruit  
Isostar Platin sportital orange, fresh, lemon, peach  
Isostar Platin sportitalpor orange, fresh, lemon  
Isostar Power tabs, citrom

**NSA Hungary Kft**

Juice plus - gyümölcs kivonat  
Juice plus - vanille, schoko  
Juice plus - zöldség kivonat

**Numil Hungary Kft**

Fantomalt  
Fortimel vanília, csokoládé, erdei gyümölcs  
Nutridrink powder eper, vanília, csokoládé  
Protifar 90

**Ökonet-Európa**

Kava kava  
Multiplax vitamin  
Weight loss

**PENCO**

Ionogen

**Pharmahim Kft**

Viprosal B krém (gyártó: Tallina Farmaatsiatehase)

**Pharmanex**

Life Pak

**Pharma Nord Kft**

Bio Karnitin  
Bio Rost  
Bio Slim  
Bio Szelénium Cink és vitaminok  
Bio-C.L.A. 1000 kapszula  
Bio-Glukozamin

**Pharma Vision Kft.**

Gerimax . Imtabl. (gyártó:Dansk Droge AS)

**Polmed Kft**

Sport drink gyümölcsital (ananászgrapefruit)

**Pro-Line Kft**

(gyártó: SCITEC Nutrition)  
ALC 60 kapszula  
Amino 136 120 kapszula  
Betatec 720 g  
Carni-X  
Cellmax 1250 g  
CLA 100 kapszula  
Creapure volumass  
Createc 800 g  
Createc gold 910 g  
Creatin 100 g  
Creatin 120 kapszula  
Creatin mass 975 g  
Creatin pyruvate kapszula

GLM 180 g  
HCA 100 kapszula  
HCA-chitosan kapszula  
HMB 90 kapszula  
HMB ultra 180 g  
Isolean 880 g  
Mass 20 1750 g  
Mass 2270 g  
Myo Max Meal, csokoládé  
Promax 750 g  
Pump sport 20 db  
Trans X narancs ízű  
Tyrosine 100 kapszula  
Ultra amino 120 kapszula  
Volumass 10 900 g  
Volumass 20 1000 g  
Whey best 460 g  
Whey best ultra 450 g  
WPC 750 g  
(gyártó: Universal)  
Chromium picolinate  
Daily one

**Promecom Kft (Multipower)**

Muscle volume  
Energy charge

**Prospero Egyéni cég**

Tahiti Noni Juice

**P. M. Cosmetics GmbH**

Activize

**RED SHOT Bt**

Red shot ital

**R. L. Marketing Kft**

Fit aktiv citrom, vérnarancs,  
cseresznye, feketeribizli

**Sani -Prevent Kft**

Seatone sport endurance  
extra

Seatone sport restart

**Sopharma Bulgária**

Tribestan tableta

**Sunrider Hungary Kft**

Calli natur, fahéjas, mentás

Elektrosport

Fortuna Delight fahéjas,  
citromos

Nuplus almás-fahéjas,  
banános

Sport kapszula

Sunbreeze olaj és balzsam

Sunny dew

Top

Vitafruit

**Twinlab Magyarország**

Amino Fuel

Super Whey Fuel

**Ultimate Nutrition**

Crea/max 1000 mg

Liquid ginkgo biloba extract

Sáto 96%tojásfehérjepor

Siberian ginseng

Smilax of. cinalis

Super complete formula

**Verofit Hungary Kft**

Verofit isotonic-tropical

Verofit Regeneration eper,  
vanília

**Vita-Drinks Kft**

Vitacan Support Drink málna,  
narancs

**Vitalit Kft**

Rom tech, Energy Drink

Tutti-frutti

**Vitaminkosár Kft**

Colexan Colostrum-Extract

Rost-Komplex (Gy: Lepicol  
LTD, Anglia)

Immunglucan

**Hollósi Ildikó**

**Doppingellenőrző**

**Laboratórium**

**– Sportkórház**

## **Amit a doppingról tudni kell!**

Az elmúlt néhány évtizedben a szenzációs sporteredmények mellett a sportvilág a dopping botrányoktól volt hangos. A sportemberek és az őket . figyelemmel kísérő szimpatizánsok számára szinte hihetetlen, hogy már alig van olyan sportág, ahol ne jelezték volna tiltott szer fogyasztását. Természetesen ez nem azt jelenti, hogy mindenki szed valamit, hanem arról van szó, hogy a médiában rendkívül hálás téma minden híres emberrel kapcsolatos botrány és az élsportolók mindig a híres emberekhez tartoztak.

Meggyőződésünk – és ezek a tények is – hogy a sportolók többsége tisztességesen készül a hazai és nemzetközi megmérettetésekre és a levett dopping minták kb. 1 %-át kitevő pozitív esetek túlnyomó része is elsősorban tájékozatlanság miatt következik be. Ezért az a célunk, hogy a lehető legtöbb információt adjuk át Önöknek a doppinggal, az ellenőrzéssel, a megelőzéssel és a választható alternatívákkal kapcsolatban. Forgassák ezt a kis kiadványt haszonnal, vigyék magukkal lehetőleg mindenhova és használják a benne levő telefonos és Internetes lehetőségeket.

## **A dopping fogalma**

A Lausanne-ban 1999 februárjában megalakult Doppingellenes Világszervezet (World Antidoping Agency – WADA) 2003 márciusában széleskörű egyeztetés után megalkotta a Nemzetközi Doppingellenes Szabályzatát (WADA Antidoping Code). Ez világosan meghatározza azt, hogy mit nevezünk doppingolásnak. A doppingolás egy vagy több, a Szabályzat 2.1-2.8. pontjaiban meghatározott doppingvétség megvalósítása. Az alábbiak minősülnek doppingvétségnek: 2.1. Tiltott anyagnak vagy származékának, illetve markerjének (jelző anyagok csoportja) jelenléte sportoló testéből származó mintában.

2.2. Tiltott anyag vagy tiltott módszer használata vagy ennek kísérlete.

2.3. A mintaszolgáltatási kötelezettség megtagadása vagy a mintaszolgáltatás elmaradása megfelelő indoklás hiányában – azt követően, hogy a sportoló az alkalmazandó dopping szabályok szerint előírt értesítést megkapta – vagy a mintavétel akadályozása egyéb módon.

2.4. Az ésszerű szabályokon alapuló – a sportolók versenyen kívüli rendelkezésre állására, ezen belül a sportoló hollétére vonatkozó információk biztosítására, valamint a teszten való részvételére vonatkozó – követelmények megsértése.

2.5. A doppingellenőrzés bármely elemének manipulálása, illetve ennek kísérlete.

2.6. Tiltott anyagok vagy módszerek birtoklása.

2.7. Üzérkedés bármely tiltott anyaggal vagy tiltott módszerrel.

2.8. Tiltott anyag vagy tiltott módszer beadása a sportolónak vagy ennek kísérlete, avagy ebben való közreműködés, felbujtás, ennek leplezése, segítség vagy bármely más bűnsegédi, felbujtói közreműködés, amely doppingvétséggel vagy ennek kísérletével függ össze.

Mint láthatjuk, a doppingvétség fogalma jelentősen kibővült. Pozitív esetben a sportoló gyakran arra hivatkozik, hogy a tiltott anyag egy étrend-kiegészítőből vagy patikában recept nélkül kapható, esetleg megfázás elleni gyógyszerből, netalán kezelő orvosától származik.

A Szabályzat szellemében a kimutatott tiltott anyag forrása a megítélés szempontjából abszolút indifferens. Bármely külsőleg vagy belsőleg alkalmazott gyógy-, illetve tápszer, vitamin, étrend-kiegészítő, stb. alkalmazása előtt konzultáljon szakemberrel. Minden sportoló személyes felelőssége és kötelezettsége elkerülni azt, hogy tiltott anyag kerüljön a szervezetébe.

## **Gyakorlati útmutató a doppingvizsgálathoz**

### **A SPORTOLÓ KIJELÖLÉSE**

#### **DOPPINGVIZSGÁLATRA**

Egy versenysorozat alkalmával egy sportoló többször is ellenőrizhető. A kijelölés szempontjai általában a következők:

1. Súlyozott kiválasztás történik, ami azt jelenti, hogy a hangsúlyt a be nem jelentett ellenőrzésekre és az ún. doppingérzékeny sportágakra helyezzük (doppingérzékenynek hívjuk azt a sportágot, ahol a pozitív esetek száma magas és feltételezhető a doppingszerek alkalmazása). Többször számíthat, így pl. ellenőrzésre versenyen kívül egy atléta vagy súlyemelő, mint mondjuk egy tollaslabda vagy asztalitenisz versenyen résztvevő játékos.
2. Kiemelt . figyelmet szentelünk a nemzetközi mezőnyben érem várományos sportágak képviselőire is.
3. Akinél már volt pozitív eredmény az előzményekben, az biztosan számíthat ismételt ellenőrzésekre.
4. A sportvezető, az edző, a sportorvos, a gyúró vagy a doppingellenőr által felvetett gyanú is alapja lehet az ellenőrzésnek.
5. Győztesek, illetve helyezettek adott versenyeken kötelezően mintát kell, hogy szolgáltatassanak az illetékes hazai vagy nemzetközi sportági szakszövetség előírásai alapján.
6. Több sportágban (úszás, atlétika, súlyemelés) csúcsbeállítás csak doppingminta leadással együtt lép érvénybe.
7. A többi esetben randomizált kiválasztás történik. Mindenkit nem lehet, de nem is kell ellenőrizni, a cél az, hogy minden sportág egy évben legalább egyszer bekerüljön az ellenőrizendők körébe és a be nem jelentett ellenőrzések számának növelésével biztosítsuk azt, hogy az, aki doppingol, soha ne érezze magát biztonságban és ugyanakkor megvédjük azokat, akik a tisztességes felkészülést választják.

### **A DOPPINGELLENŐRZÉS MENETE**

1. Magyarországon doppingellenőrzést a következő személyek végezhetnek:

a./ A WADA megbízólevelével ellátott magyar vagy külföldi doppingellenőrök (kétes esetben hívjuk fel a dopping info telefonszámát),

b./ a GYISM által megbízott doppingellenőrök, akik igazolvánnyal vagy megbízólevellel igazolják magukat, mindig ketten mennek és kb. 10-12 fő végzi Magyarországon az összes ellenőrzést. Az igazolványokon az MSTT-Antidopping Csoport felirat is szerepelhet, tekintettel arra, hogy az MSTT (Magyar Sporttudományos Társaság) pályázattal nyerte el a doppingellenőrök koordinálásának feladatát. (Kérésre a már ismert dopping infós telefonszámon a dopping ellenőrök személyazonosságát igazolni tudjuk.)

c./ Ritkábban a NOB vagy a sportág nemzetközi szövetsége által delegált doppingellenőr is megjelenhet. Ekkor is kérjük el azonban az őt igazoló dokumentumot.

2. A doppingellenőr a helyszínen vagy egy már kész névsor birtokában, vagy helyszíni sorsolással választja ki a mintaadásra kötelezett sportolókat. Az ellenőröknek jogukban áll sorsolás nélkül is mintaadásra kérni bárkit.

3. A kijelölést dokumentálni kell és ettől a pillanattól kezdve a sportoló nem maradhat felügyelet nélkül. Vagy a doppingellenőrök közül valaki, vagy az általuk kijelölt hivatalos kísérő felügyelete mellett történhet a levezetés, a sajtótájékoztató, az eredményhirdetés stb. A sportoló a kijelölés után akár rögtön is helyet foglalhat a mintavételi helyiségben.

## **Gyakorlati útmutató a doppingvizsgálathoz**

4. A kijelölés után maximum egy órán belül meg kell jelennie kísérőjével a mintavételi helyiségben. Aki aláírt kijelölő papír mellett nem jelenik meg vizsgálaton, ugyanabban a szankcióban részesül, mintha doppingolt volna. A mintavételi helyiségben a kijelölt sportolón és hivatalos doppingkísérőjén kívül az általa kiválasztott kísérő(k) (max. 2 fő) is megjelenhetnek (edző, gyúró, sportorvos, tolmács).

5. A mintavételi helyiségben a sportoló kérhet folyadékot, azonban arra ügyelni kell, hogy ez bontatlan legyen (ez lehet ásványvíz, üdítő, gyümölcslé, esetleg sör).

6. A mintavétel azonos nemű doppingellenőr szemkontrollja mellett történik, kizárandó mindenféle manipulációt. Ehhez a sportolónak a szükséges fokozatig le kell vetkőznie.

7. Amennyiben nem sikerült produkálni elegendő mintát (minimum 75 ml, EPO-ra történő mintavételnél 100 ml), akkor az addigi mennyiséget külön lezárják és a második – már elegendőnek bizonyult vizelet mennyiséggel együtt, azzal összekeverve töltik kétfelé az „A” (50 ml), illetve a „B” (25 ml) jelű edénybe. A vizeletet a sportoló töltse az edényekbe és utána zárja le azok fedelét úgy, hogy az többé ne legyen kinyitható. A kupakokat a laboratóriumban csak eltörni tudják. A laboratórium igazolja, hogy a mintavételi edények sértetlenül érkeztek-e területükre. (Ha az ellenőr manipuláció (pl. katéterezés) gyanúját észleli, tanút köteles odahívni, jegyzőkönyvet köteles felvenni, de a csalással produkált vizeletet nem köteles analízisre küldeni)

## **Gyakorlati útmutató a doppingvizsgálathoz**

Ebben az esetben a sportolótól ismételt vizelet adását kérheti. 8. Az edények lezárása után a sportoló és kísérői egyeztetik a mintavételi jegyzőkönyv adatait a doppingellenőrrel, nyilatkoznak az előző hetekben fogyasztott gyógyszerekről és ét-rendkiegészítőkről, benyújtják az esetleges orvosi igazolásokat (TUE engedély) és a mintavétellel kapcsolatos észrevételeket a megjegyzés rovatban közölhetik.

### **MIRE SZÁMÍTHATUNK POZITÍV MINTA ESETÉN?**

A laboratóriumba a minta név nélkül érkezik (a magyar laboron kívül minden második mintát a nemzetközileg is akkreditált bécsi doppingellenőrző laboratóriumba szállítunk, amely rendkívül érzékeny módszerekkel, hosszú hónapokra visszamenőleg is ki tudja mutatni tiltott anyagok jelenlétét), tehát a labordolgozókat senki nem vádolhatja részrehajlással. Ha egy mintában tiltott anyag jelenlétét mutatják ki, akkor erről értesítést küldenek a MOB-nak, a Nemzeti Sporthivatalnak és a mintavevő csoport vezetőjének, valamint az érintett sportszövetségnek, amely a sportolót felszólítja, hogy nyilatkozzon: elismeri a vétkességét, vagy kéri a „B” minta kinyitását. Ez az eljárás a sportoló és az általa választott szakértők és tanúk jelenlétében történik meg. Ezt az analízist azonban az érintett félnek kell kifizetnie, amely 150-200 Euroba kerül. Az „A” mintából kimutatott tiltott vegyület az esetek közel 100%-ában a „B” mintából is előkerül, ennek ellenére a megismételt analízishez mindenkinek joga van. Amennyiben a „B” minta is pozitív lett, összeül az adott sportági szakszövetség fegyelmi bizottsága, meghallgatja a sportolót, a tanúkat, esetleg a sportoló jogászát és az összes körülmények mérlegelésével a következő szankciókat hozhatja:

**1. A doppinglistán szereplő szerek bármelyikének kimutatása esetén első alkalommal két év, második alkalommal élethosszig tartó eltiltás.**

**2. A tiltó lista meghatározhat olyan szereket, amelyek esetében különösen valószínű a doppingvétségek akaratlan elkövetése, így például olyan anyagok tekintetében, amelyek gyakori alkotó elemei gyógyszereknek, vagy meghatározhat olyanokat is, ahol igen valószínűtlen azok doppingszerként történő sikeres alkalmazása (ez természetesen nem vonatkozik az anabolikus hatású szerekre, illetve a növekedési hormonra és az EPO-ra). Azokban az esetekben, amikor a sportoló igazolja, hogy az ilyen jellegű szert nem a sportolói teljesítménye fokozásának céljából alkalmazta, az alábbi eltiltási időszakok alkalmazhatók: első esetben figyelmeztetés és megrovás,**

**és legfeljebb egy év eltiltás. Második esetben két év eltiltás. Harmadik esetben élethosszig tartó eltiltás.**

Több esetben előfordult, hogy egy adott sportági szakszövetség fegyelmi bizottsága méltányossági okokból ennél enyhébb büntetéseket szabott ki, azonban a nemzetközi szövetség ezeket soha nem vette figyelembe és mindig a szigorúbb eltiltást alkalmazta. Természetesen emellett a sportoló doppingolás mellett elért eredményeit is megsemmisítik, illetve az ezzel járó jutalmakat visszaveszik. Az a tény, hogy a sportoló a doppingellenőrzési úrlapon a mintavétel során feltünteti egy doppingyszer használatát, a szankcionálás szempontjából nem enyhítő értékű, csak abban az esetben, ha a sportoló rendelkezik a TUE(Terápiás Kivételek Bizottsága) engedélyével. Hiába írja fel tehát valaki a jegyzőkönyvre azt, hogy anabolikus szteroid tartalmú kenőcsöt vagy oldatot használt, akkor is meg fogja kapni a két éves eltiltást.

*Dr. Bakanek György  
címetes főtanácsos  
Nemzeti Sporthivatal*

#### **Ajánlott web-lapok**

www.sportkorhaz.hu  
www.mob.hu  
www.nsh.hu

#### **Hasznos telefonszámok**

Dopping-info:  
Dr. Bakanek György 06-30/9428-519

Doppingellenőrző Laboratórium (Sportkórház):  
Dr. Hollósi Ildikó 4886124; 4886100/314

Dr. Tiszekker Ágnes – TUE kérdések (06-20/9-827-495)

#### **Dopping vizsgálati napló**

Dopping vizsgálat			Doppingellenőr		
Időpontja	helyszíne	fatája	Doppingminta száma	neve	aláírása

#### **Nyilatkozat**

Alulírott ..... a .....

válogatott keret tagja ezen nyilatkozatommal elismerem, hogy átvettem a „Doppingvétség nélkül” című felvilágosító – információs füzetet. Az ebben foglaltak tartalmát megismertem és vállalom, hogy felkészülésem során csak megengedett szereket és módszereket fogok igénybe venni. Bármely készítmény használata előtt edzőmmel, keretorvosommal vagy a füzetben megadott telefonszámokon levő szakértővel konzultálni fogok, szakértői vélemény nélkül semmilyen gyógyszert, étrend-kiegészítőt vagy egyéb szert nem használok. A doppingellenőrzésre vonatkozó szabályokat betartom, az év bármely szakában, bárhol alávetem magam doppingellenőrzésnek.

.....  
aláírás