



# ДАСТУРАМАЛИ ИТТИЛООТЙ БАРОИ ВАРЗИШГАРОН ОИДИ КОДЕКСИ БАЙНАЛМИЛАЛИИ ЗИДДИДОПИНГ 2015



**WORLD  
ANTI-DOPING  
AGENCY**  
**play true**



Regional  
Anti-Doping  
Organization  
of  
Central  
Asia



# **МУНДАРИЧА**

<b>ҚИСМИ 1 МАЪЛУМОТИ МУФИД</b>	<b>4</b>
<b>ҚИСМИ 2 КОДЕКС</b>	<b>4</b>
<b>ҚИСМИ 3 ИСТИФОДАИ КОДЕКС</b>	<b>6</b>
<b>ҚИСМИ 4 ВАЗИФА ВА ҖҲДАДОРИХО</b>	<b>6</b>
<b>ҚИСМИ 5 ДОПИНГ ЧИСТ</b>	<b>7</b>
<b>ҚИСМИ 6 РЎЙХАТИ МАНЬШУДА</b>	<b>13</b>
<b>ҚИСМИ 7 ИЧОЗАТ БАРОИ ИСТИФОДАИ ТЕРАПЕВТӢ</b>	<b>15</b>
<b>ҚИСМИ 8 ОЗМОИШ, ҶАМҶОВАРӢ ВА ТАҲЛИЛИ НАМУНАХО</b>	<b>16</b>
<b>ҚИСМИ 9 ОҚИБАТҲОИ ВАЙРОНКУНИИ ҚОИДАҲОИ ЗИДДИДОПИНГӢ</b>	<b>19</b>
<b>ҚИСМИ 10 БА САМТИ ҚАФО, СӮИ ОЯНДА</b>	<b>23</b>
<b>ЗАМИМАИ 1 ТАРТИБИ НАЗОРАТИ ДОПИНГӢ</b>	<b>25</b>
<b>ЗАМИМАИ 2 ТАРТИБИ ТАҲЛИЛИ НАМУНА</b>	<b>30</b>

# Ҳадафи Кодекси байналмилалии зиддидопингӣ ҳифзи ҳуқуқҳои варзишгарони бовиҷдон мебошад

## ҚИСМИ 1. ➤ ИТТИЛООТИ МУФИД

Кодекси байналмилалии зиддидопинг қоидаҳоеро муқаррар менамояд, ки Шумо ҳамчун варзишгар бояд онҳоро риоя намоед.

Ҳадафи дастуралми иттилоотии мазкур: кӯмак ба Шумо барои фаҳмидани қоидаҳои мазкур.

Хуччати мазкур танҳо дастуралмал мебошад. Он истилоҳоти дар Кодекс мавҷудбударо иваз намекунад.

Таъкид кардан зарур аст: истилоҳоти Кодекс ҳамеша манбаи нахустин боқӣ мемонад. Ҳамин тарик, дастуралми мазкур танҳо барои фаҳмидани Кодекс пешниҳод мешавад ва дар ҳеч ҳолат хуччати ҳатмии ҳуқуқӣ маҳсуб намешавад.

Дар саҳифаҳои нахустини Кодекс дар бораи арзиши ҳақиқии «рӯҳияи варзиш» сухан меравад. Маҳз ҳамин рӯҳия ҳадафи барномаҳои гуногуни зиддидопингӣ: пешгирий кардан мебошад.

Бо суханҳои дигар, пешгирии истифодаи мақсаднок ё гайримақсад-ноки маводҳо ё усулҳои манъшуда, ё пешгирии содиркунии қоидавайронкуниҳои дигар.

## ҚИСМИ 2. ➤ КОДЕКС

### Кодекси байналмилалии зиддидопингӣ чист?

Кодекс асоси низоми зиддидопингӣ мебошад. Кодекс аз ҷониби ҳаракати олимпӣ, инчуни ташкилотҳои варзишии гуногун ва ташкилотҳои миллии зиддидопингӣ дар тамоми ҷаҳон қабул гардидааст. Кодекс аз ҷониби зиёда аз 170 давлати ҷаҳон тавассути Конвенсияи Байналмилалии ЮНЕСКО оиди мубориза бо допинг дар варзиш эътироф шудааст.

Мохи июляи 2004 сол Кодекс эътирофи хукукӣ пайдо кард. Таҳрири якум бо тағииротҳо ба Кодекс аз санаи 1 январи 2009 сол эътибори хукукӣ пайдо намуд. Таҳрири дуввум аз санаи 1 январи 2015 сол эътибор пайдо намуд.

Бо матни пурраи Кодекс дар сомонаи Агентии Байналмилалии зиддидопингӣ шинос шудан мумкин аст.

Барои дастгирии Кодекс АБЗД барои қисматҳои таркибии гуногуни техникий ва расмиётӣ инчунин «Меъёрҳои байналмилалий»-ро таҳия намудааст, азҷумла Рӯйхати Маводҳо ва Усулҳои манъшуда, Меъёри Озмоиш ва Ташқиқ, Меъёр оиди Истифодаи Терапевтӣ, Меъёр барои Ташхисгоҳҳо ва Меъёр оиди Ҳифзи Ҳаёти Шахсӣ ва Маълумоти Шахсӣ.

Ишора ба «Моддаҳо» дар дастурамали мазкур, қабл аз ҳама ишора ба моддаҳои Кодекс мебошад; ишора ба ҳуҷҷатҳои дигар, ба монанди «Меъёрҳои Байналмилалий» ба таври алоҳида зикр карда



## ҚИСМИ 3. ➤ ИСТИФОДАИ КОДЕКС

### Кодекс нисбати кӣ истифода мегардад?

1. Агар Шумо варзишгари сатҳи миллӣ ва байналмилалӣ бошед, нисбати Шумо Кодекс истифода мешавад.

Варзишгарони «Сатҳи байналмилалӣ»-ро Федератсияи Байналмилалӣ муайян менамояд. Варзишгарони «Сатҳи миллӣ»-ро Ташкилоти Миллии Зиддидопингий Варзишгарон муайян менамояд.

2. Агар Шумо дар мусобиқаҳои сатҳи маҳаллӣ иштирок намоед ва зери мағҳуми варзишгари «сатҳи байналмилалӣ» мувофиқат наменамоед, ҳар як Ташкилоти Миллии зиддидопингӣ нисбати Шумо истифода карда шудан ё нашудани Кодекс, бо қадом тартиб он истифода шудани онро мустақилона ҳал менамояд. Агар Шумо дар сатҳи мазкур иштирок намоед, Ташкилоти Миллии Зиддидопингӣ Шуморо таҳти озмоиш қарор медиҳад ва баъдан дар ҳолати мусбӣ будани намунаи аз Шумо гирифташуда ё дар ҳолати кӯшиши даҳолат ба рафти назорати допингӣ ё содиркунии вайронкунии дигари қоидаҳои зиддидопингӣ, тибқи талаботи Кодекс нисбати Шумо таҳримот раво дида мешавад.

3. Агар Шумо дар мусобиқаҳо иштирок нанамоед, аммо дар чорабинихои солимгардонӣ ва варзиши маданӣ иштирок кунед, Ташкилоти Байналмилалии Зиддидопингӣ бо назардошти худ қарорро оиди тартиби нисбати Шумо истифода гардиданӣ Кодекс қабул менамояд.

## ҚИСМИ 4. ➤ ВАЗИФА ВА ЎҲДАДОРИХО

Ҳамчун варзишгар Шумо вазифа ва ўҳдадориҳои муайянро доред:

Шумо ўҳдадор ҳастед, ки ҳамаи «принсипҳо ва қоидаҳои зиддидопингии истифодашаванд» маълумот дошта бошед ва онҳоро риоя намоед.

Шумо барои он маводе, ки «ба дохил» истеъмол мекунед, алалхусус барои ҳамаи маводе, ки ба сифати ҳӯрок истеъмол менамоед, инчунин он маводҳое, ки дар таркиби бадани Шумо буда метавонанд, масъулият мебаред. Аз нуктаи назари ҳуқуқӣ ҳолати мазкур «масъулияти қатъӣ» номида мешавад.

Шумо бояд барои гирифтани намунаҳо дастрас бошед.

Шумо бояд ҳайати тиббиро оиди он, ки онҳо ўҳдадоранд ба Шумо маводҳо ва усулҳои манъшударо надиҳанд, маълумот дихед. Шумо инчунин оиди он эътимоде, ки ҳама гуна табобати тиббие аз ҷониби Шумо гирифташуда Кодексро вайрон наменамояд, масъулият мебаред.

Шумо ўҳдадор ҳастед, ки бо ташкилотҳои зиддидопингӣ, ки таҳқиқи вайронкунии қоидаҳои зиддидопингиро амалӣ менамоянд, ҳамкорӣ намоед.

Барои гирифтани маълумоти муфассал ба моддаи 21.2 нигаред.

Мураббиён, дастурдиҳандагон, менечерҳо, агентҳо ва ҳайати дигари варзишгар дар аксар мавридҳо барои варзишгарон намунаи ибрат мебошанд. Онҳо инчунин соҳиби ҳуқуқ ва ўҳдадориҳои муайян мебошанд, азҷумла:

- ☒ Онҳо бояд принципҳо ва қоидаҳои зиддидопингии нисбати онҳо ва ё нисбати варзишгароне, ки дар омодакуни онҳо иштирок мекунанд, истифодашаванда маълумот дошта бошанд ва онҳоро риоя намоянд.
- ☒ Онҳо бояд бо барномаи озмоиши варзишгарон ҳамкорӣ намоянд.
- ☒ Онҳо бояд қувваи таъсири худро нисбати варзишгар бо мақсади пешбуруди фалсафаи варзиши холис истифода кунанд.
- ☒ Онҳо бояд бо ташкилотҳои зиддидопингӣ, ки таҳқики вайронкуни қоидаҳои зиддидопингиро амалӣ менамоянд, ҳамкорӣ намоянд.
- ☒ Онҳо набояд маводҳо ё усулҳои манъшударо бидуни сабаби ҷиддӣ истифода намоянд ё онҳоро соҳибӣ намоянд.
- ☒ Барои гирифтани маълумоти муфассал ба моддаи 21.2 нигаред.

## ҚИСМИ 5. → ДОПИНГ ЧИСТ?

Дар Кодекс гуфта мешавад, ки Шумо ҳамчун варзишгар бояд оиди он маълумот дошта бошед, ки қадом ҳолат вайронкуни қоидаи зиддидопингӣ мебошад.

Вайронкуни мазкур метавонад на танҳо дар намуди мусбӣ будани намунаи шумо бошад.

Вайронкуний метавонад на танҳо дар шакли намунаи мусбӣ бошад, ки дар Кодекс он «Натиҷаи номусоиди таҳлил» ном бурда мешавад.

Масалан, вайронкуни қоидаи зиддидопингӣ инчунин истифода ё соҳибии мавод ё усули манъшуда мебошад.

Инчунин дигар вайронкуни қоидаҳои зиддидопингӣ мавҷуданд. Кодекс онҳоро бо тартиби зайл номбар менамояд:

- ☒ Сохтакорӣ ё кӯшиши сохтакорӣ дар ягон қисмати назорати допингӣ. Масалан, даҳолати мақсаднок ба тартиби назорати допингӣ, таҳдид ба шоҳиди эҳтимолӣ ё ивазкуни намуна тавассути иловакуни маводи файр. Ба моддаи 2.5. нигаред.
- ☒ Соҳибӣ кардан мавод ё усули манъшуда. Харидорӣ ё нигоҳдории маводи манъшуда бо мақсади супоридани он ба рафиқ ё хешутабор, ба истиснои ҳолатҳои муайяни маҳдудкардашуда бо сабабҳои тиббӣ – масалан, ҳаридории инсулин барои кӯдаки гирифттори диабети қанд, манъ карда шудааст. Ба моддаи 2.6. нигаред.

- Смотрите статью 2.7. Паҳнкунӣ ё кӯшиши паҳнкунии маводҳо ё усулҳои дилҳоҳи манъшуда. Ба моддаи 2.7. нигаред.
- Таъин намудан ё кӯшиши таъин намудани мавод ё усули манъшуда ба варзишгари дилҳоҳ. Ба моддаи 2.8 нигаред.
- Ҳаммаслакӣ. Мағҳуми мазкур доираи васеи амалҳоро фаро мегирад: кӯмак, ҳавасмандкунӣ, мусоидат, ифвогарӣ, маслиҳати пешакӣ, пинҳонкунӣ ё «намуди дигари дилҳоҳи ҳаммаслакии мақсаднок», азҷумла вайронкунии қоиди зиддиопингӣ ё кӯшиши вайронкунӣ аз ҷониби шаҳси дигар» Ба моддаи 2.9. нигаред.
- Ҳамкории манъшуда. Ба моддаи 2.10. нигаред.
- Вайронкунии тартиби пешниҳоди маълумот оиди маҳалли будубош. Ба моддаи 2.4 нигаред.
- Саркашӣ, радкунӣ ё ҳозир нашудан барои супоридани намунаҳо. Ба моддаи 2.3 нигаред.

Шумо бояд маълумот дошта бошед, ки вайронкуни қоидаҳои зиддиопингӣ метавонад бо усулҳои дигари боэътимод исбот карда шавад. Азҷумла натиҷаҳои тадқики ташхисгоҳ ва далелҳои дигар - «далелҳои гайритаҳлилӣ». Далелҳо метавонанд, бе маҳдудият, «шиносномаи биологии варзишгар» (тадқики андоzaҳои биологии варзишгар дар давоми мӯҳлати тӯлонӣ), икror, баёноти шоҳидон ё дигар далелҳои хӯҷҷатии гуногунро дар баргиранд.



## Оё мақсад ҳангоми вайронкунни қоидаҳои зиддидопингӣ ягон аҳамият дорад?

Чӣ тавре, ки дар боло зикр гардид, Шумо барои ҳамаи он моддаҳое, ки дар таркиби бадани Шумо мавҷуд аст, масъулият мебаред. Барои мукарраркунни вайронкунни қоиди зиддидопингӣ барои истифода ё мавҷудияти маводи манъшуда намоиш додани мақсаднокӣ, айб, саҳлангорӣ ё истифодаи бошуурона ҳатмӣ нест.

Барои вайронкунни қоиди зиддидопингӣ он ҳолат, ки масалан, шахсе аз атрофиёни Шумо ё дар ҷамъомади таълимӣ-тамринӣ ба Шумо маводро додааст; ва ё он ҳолат, ки маводи манъшуда дар тамғақоғази мавод зикр нашудааст; ва ё он, ки мавод ё усули манъшуда ба натиҷаҳои варзиши Шумо ҳеч таъсире нарасонидаанд, асос шуда наметавонад.

Дар ҳолате, ки Шумо мавод ё усули манъшударо истифода менамоед ё кӯшиши истифодаи онро менамоед, ҳолати мазкур допинг ном бурда мешавад. «Комёбӣ» ё «нокомӣ»-и истифода ё кӯшиши истифода аҳамият надоранд. Ин дар ҳама ҳолат допинг маҳсуб мешавад.

## Ҳатари истифодаи иловаҳои фаъоли биологӣ

Дар аксарияти кишварҳо танзими иловаҳои фаъоли биологӣ метавонад ба таври суст ба роҳ монда шуда бошад. Ҳолатҳое кам нестанд, ки иловаҳои дар таркибашон моддаҳои манъшуда мавҷудбуда дар мағозаҳои гизои парҳезӣ ё тавассути шабакаи интернет бе зикри маълумот оиди моддаи манъшуда фурӯҳта мешаванд. Дар солҳои охир микдори зиёди намунаҳои мусбӣ бо иловаҳои нодуруст тамғагузоришида ё ифлосшуда шарҳ дода мешаванд.

Масалан, дар солҳои охир ҳолатҳои сершуморе, азчумла ҳангоми Бозихои олимпӣ, мушоҳида мешаванд, ки дар намунаҳои мусбии варзишгарони кишварҳои гуногун нумӯяи манъшудаи метилгексамин (MNA) мавҷуд буд. Нумӯяи мазкур инчунин таҳти номи «диметилпен-тиламин» ё DMAA маълум аст; инчунин чун қиёми бехрешаи анҷибар ё равғани анҷибар (ҳарҷанде, ки ба равғани анҷибар ё растани он ягон иртибот надорад) маълум аст. Номҳои мазкур дар тамғақоғази мавод метавонанд зикр шаванд ё нашаванд. Аммо «метилгексамин» дар аксар ҳолатҳо зикр намешавад, новобаста ба он, ки маводи мазкур ба Рӯйхати Маводҳои Манъшуда ворид карда шудааст.

Шумо бояд маҳсусан бо он иловаҳое, ки вазни мушакҳоро зиёд менамоянд, ҳангоми барқарорсозӣ кӯмак мекунанд, нерӯ мебахшанд ё барои кам кардан вазни бадан мусоидат мекунанд, маҳсусан эҳтиёткорона муносибат намоед. Шумо баъдан барои оқибатҳои намунаи мусбӣ барои истифодаи иловаи нодуруст тамғагузоришида масъулияти ҷиддиро хоҳед бурд. Маслиҳати беҳтарин: Ҳангоми мавҷуд будани шубҳаи камтарин оиди таркиби маводи илова Шумо набояд онро истеъмол намоед.

## Қоидаи «маҳалли будубош»

Максади асосии талабот оиди пешниҳоди маълумот оиди маҳалли будубош таъмини гузаронидани озмоиши берун аз мусобиқа мебошад.

Озмоиши ногаҳонӣ асоси барномаи самараноки зиддидопингӣ мебошад.

Пешниҳоди маълумот оиди маҳалли будубош ба ташкилоти зиддидопингӣ имкон медиҳад, ки маҳалли будубоши Шуморо муқаррар намояд ва туфайли назорати ногаҳонӣ шумораи варзишгарони истифодабарандай допинг ба таври чиддӣ зиёд намояд. Озмоиши ногаҳонӣ асоси барномаи самараноки зиддидопингӣ мебошад.

Дар хусуси варзишгароне, ки ба «Доираи қайдшавандай озмоиш» дохил мешаванд, онҳо ўҳдадоранд маълумоти саҳҳ ва саривактро оиди маҳалли будубоши худ пешниҳод намоянд.

Агар Шуморо оғоҳ карда бошанд, ки Шумо ба «Доираи қайдшавандай озмоиш» дохил мешавед, ин маънои онро дорад, ки Шумо вазифадоред ҳар семоҳа маълумотро оиди маҳалли будубоши худ пешниҳод намоед. Пешниҳоди маълумот бояд фаъолияти банақшагирифташудаи Шумо ва як соати ҳаррӯзаatonро дар баргирад, ки дар он соат Шумо бояд ҳатман барои гузаштани озмоиш дастрас бошед.

Агар Шумо саривакт маълумоти ҳар семоҳаро пешниҳод накарда бошед, Шумо кирдори пешниҳод накарданни маълумотро содир кардед.

Агар Шумо дар маҳалле, ки дар соати ҳаррӯзai зикркар-даатон қарор надошта бошед, Шумо кирдори озмоиши ба фосила гузашташударо содир кардед.

Шумо ҳуқуқдоред, ки оиди ҳар ҳолати дилҳоҳи пешниҳод накарданни маълумот ё озмоиши ба фосила гузашташударо назди Ташкилоти зиддидопингии мутобиқ баҳс намоед. Пайдарҳамии се озмоиши ба фосила гузашташуда ё пешниҳод накарданни бақайдгириф-ташудаи маълумот оиди маҳалли будубош дар давоми дувоздаҳ моҳ - дар ҳолати аз ҷониби Шумо бомуваффақият исбот нашудани баҳснок будани онҳо вайронкунии қоидаи зиддидопингӣ эътироф карда мешавад.

Агар Шумо дар намуди варзиши даставӣ мусобиқа намоед ва ба доираи қайдшавандай озмоиш дохил шавед, Шумо вазифадоред, ки талаботҳои пешниҳоди маълумот оиди маҳалли будубоши худро ҳамчунон варзишгарони намудҳои инфириодии варзиш иҷро намоед.

Варзишгаре, ки дар намуди даставӣ ё инфириодии варзиш баромад мекунад метавонад пешниҳоди маълумотро оиди маҳалли будубоши худ ба мураббӣ, менечер ё тарафи дигари сеюм супориш дихад; аммо дар маҷмӯъ ҳар як варзишгар барои пешниҳоди маълумоти саҳҳ ва пурра оиди маҳалли будубоши худ шахсан масъулияти пурра мебарад.

Маълумот оиди маҳалли будубоши даста инчунин метавонад ба ташкилоти зиддидопингӣ барои фаъолияте, ки даста ба он ҷалб карда шудааст, пешниҳод карда шавад. Ба Меъёри Байналмилалии Озмоиш ва Таҳқиқ, моддаи 4.8.2 нигаред.

Ташкилотҳои зиддидопингӣ метавонанд аз варзишгарони алоҳида, ки ба доираи қайдшавандай озмоиш дохил намешаванд, маълумоти муҳтасарро оиди маҳалли будубоши онҳо талаб намоянд. Агар Шумо яке аз варзишгарони зикршуда бошед: пешниҳод накарданни маълумот тибқи талабот оиди маҳалли будубош вайронкуни қоидаҳои зиддидопингӣ маҳсуб намешавад, аммо метавонад дигар оқибатҳои аз ҷониби ташкилоти зиддидопингии шумо муқарраршуда ба вучуд орад.



## «Ҳамкории манъшуда» чист?

Якчанд ҳолатхое маълуманд, ки ҳангоми онҳо варзишгарон бо мураббиёне, ки таҳти таҳрим қарор доранд ё бо шахсони воқеиен, ки тибки қонунгузории чиной барои пешниҳоди маводҳое, ки натиҷаҳои варзиширо беҳтар мекунанд, айбдор дониста шудаанд, ҳамкориро идома медоданд.

Навоварии Кодекси дар оғози 2015 сол соҳиби эътибори ҳуқуқӣ мешавад, он аст, ки ҳамкории Шумо бо «шахс аз ҳайати кории варзиш» вайронқунии қоидаҳои зиддиодопингӣ аз он лаҳза маҳсуб мешавад, ки Шумо оиди манъи ҳамкории мазкур бо тартиби маҳсус огоҳ шуда бошед.

### ТАФСИЛОТ:

Шумо бо мураббиҳо, дастурдиҳандаҳо, табибон ё ҳайати дигари варзишие, ки вобаст ба вайронқунии қоидаҳои зиддиодопингӣ таҳти таҳрим қарор доранд ё онҳое, ки дар парвандаи чиной ё дар рафти тадқики итизомӣ оиди допинг айбдор дониста шудаанд, набояд ҳамкорӣ намоед.

Намунаи ҳамкории манъшуда гирифтани маслиҳат оиди машқ, стратегия, тарз, ғизо ё табобат; ё гирифтани табобат, муолиҷа ё дорухатҳо; ё иҷозати фаъолият ба ҳайати кории варзишгар ба сифати агент ё намоянда шуда метавонад. Ҳамкории манъшуда на ҳамеша метавонад ягон шакли ҷубронро дар назарнадошта бошад.

Муқаррароти мазкур ҳангоми ҳолатхое, ки ба муносибатҳои қасбӣ ё бо варзиш вобастабуда мавриди истифода қарор намегирад. Масалан, ҳангоми муносибат байни волидайн ва қӯдак ё ҳамсарон.

Барои гирифтани маълумоти муфассал ба моддаи 2.10. нигаред.

## КИСМИ 6. ► РҮЙХАТИ МАНЬШУДА

**Кадом маводҳо ё усулҳо манъшуда маҳсуб мешаванд?**

Рүйхати маводҳо ва усулҳо АБЗД мавҷуд аст, ки онҳо манъшудаанд. АБЗД ба тариқи мунтазам, ҳаддалимкон ҳар сол як маротиба Рүйхати зикршударо нав менамояд. Рүйхати навшуда ҳар сол одатан аз санаи 1 январ эътибор пайдо намуда, якчанд моҳ қаблан дар сомонаи АБЗД дастрас аст.

Шумо бояд маълумот доште бошед, ки кадом маводҳо ва усулҳо ба Рүйхати Манъшуда дохил мешаванд.

Рўйхат ба маводҳои зерин чудо карда шудааст:

1. маводҳои ба тариқи доимӣ манъшуда

2. танҳо дар давраи мусобиқот (ки дар ҳар намуди варзиш ба таври инфиродӣ муайян карда мешавад, аммо одатан 24 соат қабл то оғози мусобиқаҳо).

Ба маводҳое, ки ба тариқи доимӣ манъшудаанд дохил мешаванд, аммо бе маҳдудият: ҳормонҳо, анаболикҳо, ЭПО, бета-2-агонистҳо, маводҳои ниқобӣ ва диуретикҳо дохил мешаванд.

Ба маводҳои танҳо дар давраи мусобиқа манъшуда дохил мешаванд, аммо бе маҳдудият: нумӯяҳо, марихуана, маводи нашъадор ва глюококортикоидҳо дохил мешаванд.

Инчунин дар давраи тамоми сол: усулҳо, аз қабили хунгузаронӣ ё амалҳои бо он вобаста, сӯзандоруи дохиливаридӣ дар ҳолатҳои муайян, манъ карда шудаанд.

**Байни маводҳои ба таври доимӣ манъшуда ва маводҳои танҳо дар даври мусобиқот манъшуда чӣ фарқият мавҷуд аст?**

Маводҳои ба таври доимӣ манъшуда – маводҳои тамоми сол манъшуда, азчумла дар давраи машқ ва мусобиқот мебошанд. Масалан: стероидҳои анаболикӣ, ки дар рафти машқ истифода мешаванд, метавонанд ба бехтаршавии натиҷаҳои варзишӣ таъсири тӯлонӣ дошта бошанд, ё маводҳои ниқобӣ, ки барои пинҳон кардани ҳолати истифодай допинг истифода мешаванд.

Дар тафовут аз ин истифодай маводҳое, ки танҳо дар давраи мусобиқот манъ шудаанд, дар давраи фориг аз мусобиқот вайронкуни қоидаҳои зиддиопингӣ маҳсуб намешавад, ба истиснои он ҳолат, ки бокимондаҳои маводи мазкур дар таркиби бадани Шумо ҳангоми гузаштани озмоиши мусобиқавӣ мавҷуд бошанд.

Барои равшан кардани ин ҳолат: аксарияти маводҳо метавонанд дар бадани Шумо дар давоми мӯҳлати тӯлонӣ боқӣ монанд. Агар дар намунаи допингии дар мусобиқа супоридашудаи Шумо маводи дар давраи фориг аз мусобиқа истеъмол кардаатон (кадоме, ки дар давраи истеъмоли шумо манъшуда маҳсуб намешуд) дарёфт карда шавад, ба Шумо айбордӣ дар вайронкуни қоидаҳои зиддидопингӣ пешниҳод карда мешавад.

### **Оё маводи манъшуда метавонад дар таркиби маводи дорувории муқаррарӣ мавҷуд бошад?**

Бале. Дар маводи дорувории дилҳоҳ, азчумла маводҳои пасткӯнандай шиддати дард ва маводҳои барои табобати шамолхӯрӣ ё зуқом метавонанд маводҳои манъшуда мавҷуд бошанд.

Барои гирифтани маълумоти муфассал ба манбаъҳои дигаре, ки аз ҷониби Федератсияи Байналмилалии Шумо ё Ташкилоти Миллии Зиддидопингӣ пешниҳод шудаанд, нигаред.



## ҚИСМИ 7.

## ИЧОЗАТ БАРОИ ИСТИФОДАИ ТЕРАПЕВТӢ

Яке аз принсипҳои асосии мубориза бо допинг хифзи саломатии Шумо мебошад.

Чунин ҳолат рӯй диҳад, ки вобаста ба саломатӣ Шумо бояд маводи манъшударо истеъмол намоед ё усули манъшударо истифода кунед. Шумо инро метавонед мутобиқ ба Кодекс амалий намоед. Амали асосӣ гирифтани ичозат барои истифодаи терапевтӣ маҳсуб мешавад.

Барои гирифтани ичозатномаи мазкур риоя намудани якчанд талабот зарур аст: истифодаи маводи манъшуда (ё усул) барои саломатии Шумо зарур аст ва набояд ба беҳтаршавии натиҷаи варзиши пас аз солимшавии Шумо таъсир расонад; гайр аз истифодаи мавод ё усули манъшуда роҳи дигари табобат вучуд надорад.

Варзишгарони сатҳи байналмилалӣ ва миллий бояд инчуни ҷанбаи дигари муҳими қоидаҳоро дарк намоянд: ба истиснои ҳолатҳои расонидани кӯмаки фаврӣ ё дар ҳолатҳои истисноӣ пешниҳоди дарҳостро барои истифодаи терапевтӣ ба тарики пешакӣ, на дар санаҳои соҳтакоришуда пешниҳод кардан зарур аст. Ба моддаи 4.3. Меъёри Байналмилалии Истифодаи Терапевтӣ нигаред.

Додани ичозатнома ба варзишгарони сатҳи миллий аз ҷониби Ташкилоти Миллии Зиддидопингӣ амалий карда мешавад.

Дарҳостҳо барои Истифодаи Терапевтии варзишгарони сатҳи байналмилалӣ аз ҷониби Федератсияи Байналмилалӣ баррасӣ карда мешаванд. Ташкилотгарони Бозихои олимпӣ ва дигар мусобиқаҳои калони байналмилалӣ инчуни метавонанд ичозатномаҳои алоҳидаро диханд. Ба моддаи 4.4. нигаред.

Шумо бояд дар Федератсияи Миллии худ ё Ташкилоти Миллии Зиддидопингӣ аниқ намоед, ки дарҳости нав бояд кай пешниҳод шавад ва оё дарҳости қаблан пешниҳодшуда эътироф карда мешавад. Ташкилоти Миллии Зиддидопингии Шумо бояд дар рафти ҳолати мазкур ба Шумо мусоидат намояд.

Аммо ҳеч гоҳ гумон накунед, ки ичозати дар сатҳи миллий додашуда муқарраран ба таври автоматикӣ дар сатҳи байналмилалӣ эътироф карда мешавад. Агар Шумо ягон шубҳаи хурде дошта бошед ҳам, бо Федератсияи Байналмилалӣ ё Ташкилотчии чорабиниҳои калони варзиши тамос гиред.

Бобе, ки раванди мазкурро шарҳ медиҳад, дар Замимаи Меъёри Байналмилӣ оиди Истифодаи Терапевтӣ зикр шудааст.

## ҚИСМИ 8. ОЗМОИШ, ҖАМЬОВАРЙ ВА ТАҲЛИЛ

Вақте, ки афсари ваколатдори назорати допинг аз Шумо супоридани намунаро талаб мекунад, Шумо бояд талаби мазкурро ичро намоед.

Ҳар як ташкилоти зиддидопингӣ, ки варзиш гар дар доираи ҳуқуқи онҳо қарор дорад, ҳуқуқ дорад намунаи пешоб ва/ё хуни варзишгарро барои гузаронидани таҳлили намунаҳои мазкур бо мақсадҳои зиддидопингӣ дар вақти дилҳоҳ ва дар маҳалли дилҳоҳ ҷамъоварӣ намояд.

### Кӣ ҳуқуқ дорад?

Дар доираи ҳуқуқи Ташкилотҳои Миллии Зиддидопингӣ варзишгарони зерин қарор доранд:

1. шаҳрвандон, резидентҳо, соҳибони иҷозатнома ё аъзоёни ташкилотҳои варзишии қишвари мазкур ё,
2. шаҳсоне, ки дар қишвари ташкилоти зиддидопингии мазкур қарордоранд ё,
3. дар ҳолатҳое, ки қоидаҳои Федератсияи Байналмилалӣ ба онҳо ваколатҳои нисбатан васеъро медиҳад.

Доираи ҳуқуқи Федератсияи Байналмилалӣ варзишгарони таҳти қоидаҳои онҳо қарордоштаро фаро мегирад:

1. азҷумла варзишгароне, ки дар рӯйдодҳои муайяни байналмилалӣ иштирок мекунанд ва,
2. варзишгароне, ки аъзо ё соҳиби иҷозатномаи федератсияи байналмилалии мазкур (ё аъзоёни бевосита ва файримустақими он) мебошанд.

Дар доираи ҳуқуқи Ташкилотчиёни мусобиқаҳои калони варзишӣ одатан варзишгарони дар мусобиқаи варзишӣ иштироккунанда қарордоранд.

Одатан АБЗД иқдоми озмоишкуниро пешниҳод намекунад, аммо ҳуқуқи озмоишкунии варзишгаронро дорад. Дар ҳолати пешниҳод намудани озмоиш аз ҷониби АБЗД, АБЗД ваколатҳоро оиди гузаронидани озмоиш ба ташкилотҳои дигари зиддидопингӣ месупорад.

Тартиби муқарраршудаи супоридани намунаҳо мавҷуд аст. Барои гирифтани маълумоти бештар оиди тартиби мазкур ва ҳуқуқҳои худ дар рафти тартиби мазкур ба Замимаи 1 нигаред.

Бо мақсади мұқарраркуни вайронкуни вобаста ба дарёфткунни маводи маньшуда дар намунаи варзишгар, танҳо ташхисгоҳои ичозатдодашуда ё бо тариқи дигар тасдиқшудаи АБЗД метавонанд таҳлили намунаҳоро амалӣ намоянд. Барои гирифтани маълумоти муфассал оиди ҳуқуқҳои худ вобаста ба таҳлили намунаи В, дар сурати натиҷаи номусоиди таҳлили намунаи А, ба Замимаи 2 нигаред.

### **Намунаҳо то қадом мӯҳлат нигоҳ дошта мешаванд?**

Намунаҳо метавонанд яхбандӣ карда шаванд, дар давоми 10 сол нигоҳ дошта ва аз нав таҳлил карда шаванд. Баъзе аз маводҳо ва усулҳои маньшуда, ки дарёфт кардани онҳо алҳол имконнопазир аст, метавонанд дар оянда дарёфт карда шаванд. Имкони он, ки намунаҳои нигоҳдоришаванда метавонанд минбаъд таҳлил шаванд, барои Шумо ва ё барои шахсе, ки Шумо ўро мешиносед, агар Шумо бо ягон сабаб қарор дихед, ки допинг истифода намоед, бояд чун омили пуритидори пешгирикунанда хизмат намояд.

Вақте, ки намунаҳо дигар бо мақсадҳои зиддидопингӣ истифода намешаванд, онҳо бидуни зикри ном барои мақсади назорати сифат истифода ҳоҳанд шуд, ё онҳо нобуд карда мешаванд ё дар ҳолати розигии пешакии хаттии Шумо дар протоколи назорати допингӣ, онҳо метавонанд барои тадқиқотҳои илмӣ истифода шаванд.

### **Бозгашт ба варзиш пас аз рафтан аз варзиш**

Агар Шумо қарор дихед, ки аз варзиш даст қашед, то лаҳзаи дар Доираи қайдшавандай озмоиши Федератсияи Байналмилалӣ ё Ташкилоти Миллии Зиддидопингӣ қарор доштан, Шумо бояд б моҳ қабл дар шакли хаттӣ оиди ҳоҳиши бозгашти худ барои иштирок дар мусобиқаҳо оғоҳ намоед. Дар давоми б моҳи мазкур Шумо бояд бо риоя кардани қоидаҳои зиддидопингӣ розӣ шавед ва барои озмоиш то он лаҳзае, ки Шуморо барои иштирок дар мусобиқаҳо такrorан ичозат медиҳанд, дастрас бошед.

Агар истифодаи қатъии қоидаи мазкур «дар воқеъ гайриодилона» бошад, АБЗД метавонад истисно кунад. Ба моддаи 5.7. нигаред.

## АДАМС чист?

АДАМС (Низоми Маъмурият ва Идораи Зиддидопингӣ) низоми бехатари идоракуни онлайни заминаи иттилоотӣ мебошад. АДАМС маълумот оиди натицаҳои таҳлилҳо, иҷозатнома барои истифодаи терапевтӣ ва маълумот оиди вайронкунии қоидаҳои зиддидопингиро дар бар мегирад. АДАМС мубодилаи маълумотро байни ташкилотҳои даҳлдор осон мегардонад ва баҳри мусоидат ба самаранокӣ, натиҷагирий ва шаффофият равона шудааст.

Аксарияти Федератсияҳои Байналмилалӣ ва Ташкилотҳои Миллии Зиддидопингӣ низоми АДАМС-ро чун заминаи асосии маълумот оиди маҳалли будубоши варзишгар, истифодаи терапевтӣ ва натицаҳои озмоишҳо истифода мекунанд. АДАМС бо мақсади осон гардонидани ҳаёти Шумо таҳия шудааст.

Шумо ба маълумоти шахсии худ дар низоми АДАМС дастрасӣ доред. Федератсияҳои Байналмилалӣ ва Ташкилотҳои Миллии Зиддидопингӣ барои ба Шумо пешниҳод намудани дастрасӣ ба АДАМС масъулият мебаранд. Таҳо шумораи маҳдуди кормандони Ташкилоти Зиддидопингӣ ба маълумоти шахсии Шумо дастрасӣ доранд. АДАМС низоми бисёрзинаи дастрасӣ мебошад, бехатарии заминаи иттилоотӣ ва маҳфиятро ҳифз мекунад.



## ҚИСМИ 9.

## ОҚИБАТХОИ ВАЙРОНКУНИИ ҚОИДАХОИ ЗИДДИДОПИНГЙ

Оқибати вайронкунии қоидаҳои зиддидопингй метавонад бекоркунии натиҷаҳо, гузоштани таҳримот, нашри ҳатмии вайронкунии аз ҷониби Шумо содиршуда, инчунин таҳримоти молиявиро дар баргирад.

### БЕКОРКУНИИ НАТИҔАҲОИ МУСОБИҚА

Дар намудҳои инфиродии варзиш вайронкунии қоидаҳои зиддидо-пингий бо мусобиқа вобастабуда (масалан, бозии инфиродӣ ё сабқат) ба таври автоматикӣ бекоркунии натиҷаҳои мусобиқаро пеш меорад. Ба моддаи 9 нигаред.

#### Бекоркунӣ чӣ маъно дорад?

Бекоркунӣ чӣ маъно дорад? Он аз даст додани натиҷаҳо, медалҳо, холҷо ва маблағи мукофотро дар назар дорад. Натиҷаҳои Шумо дар мусобиқаҳои дигар дар ҳуди ҳамон рӯйдод – масалан, ҳангоми Бозихои олимпӣ - метавонанд инчунин бекор карда шаванд. Ба моддаи 10.1 нигаред.

Одатан, натиҷаҳо бо санаи гузашта бекор карда шуда, ба истиснои «ҳолатҳои беистинои адолат» - аз санаи вайронкунии қоидай зиддидопингй (масалан, аз санаи гирифтани намуна) то оғози давраи аз вазифа озодкунӣ ё оғози давраи таҳримот. Ба моддаи 10.8 нигаред.

### ТАҲРИМОТИ КАСБӢ

Таҳримоти касбӣ маънои онро дорад, ки Шумо дар ягон мусобиқа ё ягон намуди фаъолияти варзишии Федератсияи Байналмилалий, аъзоёни федератсияҳои миллӣ ва клубҳои аъзои он буда иштирок карда наметавонед. Инчунин таҳримот машқҳоро дар ҳайати даста ё клуби худ, ё истифодаи лавозимоти варзишии ба даста ё клуб тааллуқдоштаро дар бар мегирад. Инчунин Шумо дар мусобиқоти аз Тарафи дилҳоҳи Кодексро имзокарда (аз қабили Кумитаи Байналмилалии олимпӣ, Кумитаи Байналмилалии Паралимпӣ, Кумитаи Миллии олимпӣ) ё аз ҷониби ташкилотҳои зертибеи онҳо иҷозатдодашуда ё ташкилшуда иштирок карда наметавонед.

Зиёда аз ин, Шумо дар мусобиқаҳои байналмилалий ё миллӣ, ки аз ҷониби лигай касбӣ ё ташкилотчии байналмилалий ё миллии чорабиниҳои варзиший, дар мусобиқаҳои варзишии сатҳи олий ё миллӣ, ки аз ҷониби ташкилоти давлатӣ маблағгузорӣ карда мешавад, иштирок карда наметавонед. Ба моддаи 10.12.1 нигаред.

## **Давраи таҳримоти қасбӣ то кай идома меёбад?**

Дар тамоми дунё, алалхусус байни варзишгарон ба мувофиқа омаданд, ки қаллобоне, ки боғараз амал мекунанд, бояд ба мӯҳлати 4 сол таҳрим баста шаванд.

## **Оё мӯҳлат ҳамеша 4 солро ташкил медиҳад?**

Не.

## **Оё метавонад вайронкунии қоидаҳои зиддиопингӣ оқибати басташавии таҳримро надошта бошад?**

Бале, аммо танҳо дар сурате, ки варзишгар мавҷуд набудани гуноҳ ё саҳлангориро исбот карда тавонад.

Инчунин баъзан дар ҳолатҳои маҳсус нисбати маводҳои маҳсус дар сурати паст будани дараҷаи айби варзишгар метавонад огоҳӣ бароварда шавад. Нисбати маводҳои ифлосшуда – одатан иловахои фаъоли биологӣ бо сабаби он, ки маводҳои мазкур метавонанд дар таркибашон маводи манъшударо дошта бошанд ва оиди он дар тамғақоғаз зикр нашудааст ё дар маълумоти дар шабакаи интернет оиди он маълумот вучуд надорад, низ принсипи дар боло зикршуда истифода мешавад.

## **Давраи таҳримот аз қадом омилҳо вобаста аст?**

Аз намуди вайронкуний, маводи манъшудаи истифодашуда, усули манъшудаи истифодашуда, рафтори варзишгар ва сатҳи дараҷаи айби ӯ вобаста аст.

## **Чӣ тавр ҳамаи қоидаҳо бо ҳам мувофиқат мекунанд?**

Барои вайронкунии вобаста ба мавҷуд будан ё истифодаи маводи манъшуда, қоидаҳои асосӣ инҳоанд:

Агар Шумо нияти фиреб карданро доштед, новобаста аз мавод давраи таҳримот 4 солро ташкил медиҳад.

Дар ҳолати дигар 2 сол – агар Шумо тавонед мавҷуд набудани гуноҳи қалон ё саҳлангориро исбот намоед, дар натиҷа давраи таҳримот метавонад то як сол кам карда шавад (ҳамин тарик, мӯҳлати камтарини таҳрим як солро ташкил медиҳад).

Агар вайронкунӣ бо маводи маҳсус ё маводи ифлосшуда вобаста бошад ва Шумо мавҷуд набудани гуноҳи калонро исбот карда тавонед, таҳрим метавонад дар доираи аз 2 сол то эълони огоҳӣ (вобаста ба дараҷаи гуноҳ) бошад.

Барои гирифтани маълумот оиди таҳрим барои вайронкуниҳои дигари қоидаҳои зиддидопингӣ ба моддаи 10.3. нигаред.

### Ҳамкорӣ ва «қӯмаки чиддӣ»

Ҳамкории Варзишгарон ва Шахсони дигар, ки хатогии худро эътироф кардаанд ва барои ошкор кардани вайронкуниҳои дигари қоидаҳои зиддидопингӣ ҳоҳиш изҳор кардаанд, барои варзиши холис хеле муҳим аст.

Кодекс эътироф меқунад, ки ин ҳолати маҳсус маҳсуб мешавад.

Мӯҳлати таҳрим метавонад кам карда шавад (аммо на зиёда аз нисфи мӯҳлати дар ҳолатҳои дигар пешбинишуда), дар ҳолате, ки варзишгар ихтиёран дар вайронкуни қоидаҳои зиддидопингӣ то гирифтани огоҳнома оиди вайронкуни қоидаҳои зиддидопингӣ аз ташкилоти зиддидопингӣ иқрор шавад ва ҳамзамон бо ин, иқрори мазкур шаҳодати ягонаи боэътимоди вайронкунӣ ҳоҳад буд, яъне агар варзишгар бо иродаву ихтиёри худ иқрор шавад.

Мӯҳлати таҳрими варзишгар метавонад ба таври чиддӣ кам карда шавад, агар варзишгар ба ташкилоти зиддидопингӣ, полис ё мақомотҳои ҳифзи ҳукуқ ё ба мақомоти интизомии касбӣ «қӯмаки чиддӣ» расонад ва дар натиҷаи ин ташкилоти зиддидопингӣ барои вайронкуни қоидаҳои зиддидопингӣ барои шахси дигар парванда оғоз намояд (ё имкони ин амалро дорад).

«Қӯмаки чиддӣ» чӣ маънои дорад? Ибораи мазкур маънои онро дорад, ки Шумо бояд пурра, дар шакли ҳаттӣ маълумотро оиди вайронкуни қоидаҳои зиддидопингӣ аз ҷониби ягон нафар шахси дигар, азҷумла шаҳсан ҳудатон ошкор намоед. Инчунин маънои ҳамкории пурра бо ҳукумат, азҷумла ҳангоми зарурат додани баёнот дар баррасиҳо дорад. Барои гирифтани маълумоти муфассал ба моддаи 10.6.1. ва 10.6.2 нигаред.

## ПАЙДАРҲАМИИ БАЪЗЕ АМАЛҲО ВОБАСТА БА ТАҲРИМ

Агар Шумо дар вайронкуни қоидаҳои зиддидопингӣ айбордор шуда бошад, Шуморо метавонанд муваққатан аз вазифа озод намоянд, ё метавонед ба таври ихтиёрий аз вазифа даст қашед – яъне, аз ҳуқуки баҳс нисбати айбордии пешниҳодшуда даст қашед.

Оғози мӯҳлати таҳрим:

1. аз санаи қабули дасткашии муваққатан аз вазифа ё таҳрими басташуда ё

2. дар ҳолатҳои баҳснок аз санаи баровардани қарор дар баррасӣ.

Агар нисбати Шумо мӯҳлати таҳрим амал кунад, Шумо метавонед, дар барномаҳои мутобиқи маърифатии зиддидопингӣ иштирок намоед.

Инчунин Шумо метавонед ба фаъолияти мураббигӣ бо даста баргардед ё бинои клубро вобаста аз он, ки қадомаш мӯҳлати кӯтоҳ дорад, истифода намоед:

1. ду моҳи хотимавии таҳрими касбии Шумо ё,
2. чоряки хотимавии мӯҳлати муқарраршудаи таҳрим.  
Нигаред ба моддаи 10.12.2

Эзоҳ: дар баъзе ҳолатҳо муваққатан аз вазифа озод кардан ҳатмӣ мебошад, ба моддаи 7.9.1. нигаред.

## ОҚИБАТҲОИ МОЛИЯВӢ

Кодекс барои вайронкунии қоидаҳои зиддидопингӣ ҷаримабандиро пешбинӣ наменамояд. Аммо, ҳолати мазкур барои барои муқаррар намудани маблағи ҷарима аз ҷониби ташкилотҳои зиддидопингӣ мутобиқ ба қоидаҳои онҳо монеъ шуда наметавонад.

Таҳрими молиявӣ дар ҳеч қадом ҳолат мӯҳлати таҳрими касбиро иваз ё кам карда наметавонад.

Варзишгарони вазъияти молиявиашон хуб наметавонанд мӯҳлати таҳрими касбии ба онҳо басташударо бо маблағ пардоҳт кунанд.

Барои гирифтани маълумоти муфассал ба моддаи 14.3.2. нигаред.

## ЭЪЛОНӢ ҲАТМИӢ ОММАВӢ

Агар эътироф гардад, ки Шумо қоидаҳои зиддидопингиро вайрон кардаед, далели мазкур эълон карда мешавад. Мақсади амали мазкур – ба сифати омили муҳими пешгирикунандай допинг хизмат кардани он аст.

Ташкилоти зиддидопингӣ бояд, ба истиснои ҳолатҳои иштироки варзишгарони ноболиг, ному насиби варзишгар, намуди вайронкунии қоидаҳои зиддидопингӣ ва оқибатҳои онро на дер аз 20 рӯ аз санаи муқарраркунии пурраи далели вайронкунии қоидаҳои зиддидопингӣ нашр намояд.

Агар қарори хотимавӣ муқаррар намояд, ки вайронкунии қоидаҳои зиддидопингӣ ҷой надорад, вайронкунӣ метавонад бо розигии варзишгар ба таври оммавӣ эълон карда шавад. Ба моддаи 14.3.2. нигаред.

## **НАМУДХОИ ДАСТАВИИ ВАРЗИШ**

Агар Шумо дар намуди даставии варзиш баромад намоед ва бо далели истеъмоли допинг ба даст афтодед, нисбати Шумо ҳамай муқаррароти Кодекс истифода мешаванд. Файр аз ин, барои дастаатон низ ҳолати мазкур оқибатҳо хоҳад дошт. Таҳриме, ки нисбати дастаи Шумо гузошта мешавад, аз ҷониби ташкилотчии ҷорабинии варзишӣ, ки дастаи Шумо дар он иштирок мекунад, муайян карда мешавад. Ба моддаи 11. нигаред.

### **МӮХЛАТИ ГУЗАШТ**

Ҳамаи расмиёти вобаста ба вайронкуни қоидаҳои зиддидопингӣ метавонад дар давоми даҳ сол аз санаи вайронкуни эҳтимолии қоидаҳои зиддидопингӣ оғоз карда шавад.

### **БАРРАСӢ ВА ШИКОЯТОВАРИ**

Ҳамаи варзишгарон ба баррасии одилонаи мақомоти бегараз ҳуқуқ доранд. Онҳо инчунин барои саривақт гузаронидани ҷаласа оиди парвандай шумо ҳуқуқ доранд.

Агар парвандай Шумо бо иштирок дар мусобиқаи сатҳи байналмилалӣ вобаста бошад ё Шумо варзишгари сатҳи миллӣ бошед, Шумо ва Ташкилотҳои дигари зиддидопингӣ метавонанд аз болои қарори баровардашуда ба Суди арбитражи варзишӣ шикояти аппеляционӣ пешниҳод кунанд. Дар ҳолатҳои дигар аз болои қарор бевосита ба ташкилоти мустақил ва бегарази миллӣ шикоят овардан мумкин аст. Ба моддаи 13 нигаред.

### **ҚИСМИ 10. ► БА САМТИ ҚАФО, БА СӮИ ОЯНДА**

Таҳрири Кодекси 2015 тағйиротҳои навро ворид менамояд.

Кодекс инчунин ба варзишгарони тамоми ҷаҳон имкони нав, ба аксарияти варзишгарон барои интихоб намудани варзиши ҳолис имкон медиҳад ва варзишгарони бовичдонро дастгирӣ менамояд.

Бо федератсияи варзишии худ ё бо ташкилоти миллии зиддидопингӣ барои гирифтани маълумоти муфассал оиди кишваратон ё намуди варзише, ки шумо бо он машгул ҳастед, муроҷиат намоед.

Ба веб-сомонаи ВАДА ташриф оварда, оиди Барномаҳои маърифатӣ ва иттилоотӣ маълумоти муфассал гиред.

# Замимаҳо

# ЗАМИМАИ 1. ТАРТИБИ НАЗОРАТИ ДОПИНГ

## ҚАДАМИ ТАРТИБИ НАЗОРАТИ ДОПИНГ

Замимаи мазкур барои шарҳ додани тартиби гирифтани намунаи пешоб таъин шудааст.

Лутфан ба он диққат дихед, ки барои шахсони ноболиг ва варзишгарони имконияташон маҳдуд тағйиротҳои начандон чиддӣ мавҷуданд, ки бо онҳо дар охири замимаи мазкур шинос шудан мумкин аст.

Маълумоти нисбатан муфассал дар сомонаи АБЗД, дар Ташкилоти миллии зиддидопингӣ ва Федератсияи миллӣ дастрас аст.

Қаблан таъкид кардан зарур аст, ки бутунии намуна қисми муҳими тартиб мебошад. Саркашӣ аз раванди мазкур на ҳамеша беътибор эътироф намудани натиҷаи озмоишро ба вучуд меорад, ба истиснои ҳолатҳое, ки бутунии намуна вайрон нашуда бошад.

### 1. ИНТИХОБИ ВАРЗИШГАРОН

Шумо метавонед барои гузаштани назорати допингӣ дар вақт ва дар маҳалли дилҳоҳ интихоб гардед.

### 2. ОГОҲӢ

Нозири назорати допингӣ (минбаъд – ННД) ё шаперон (корманди ҳамроҳи кунанда) Шуморо огоҳ менамоянд, ки Шумо барои гузаштани назорати допингӣ интихоб шудаед. ННД ё шаперон Шуморо оиди ҳукуқ ва ўҳдадориатон маълумот медиҳанд. Шумо барои ҳузур доштани намоянда дар рафти гузаштани озмоиш ҳукуқ доред.

Аз Шумо хоҳиш менамоянд, ки шакли муқарраршудаи хуччатро, ки интихоб шудани Шуморо барои назорати допингӣ тасдиқ мекунад, имзо намоед.

### 3. ҲОЗИРШАВӢ БА ПОЙГОҲИ НАЗОРАТИ ДОПИНГӢ

Шумо бояд бетаъхир ба пойгоҳи назорати допингӣ ҳозир шавед.

ННД ё шаперон метавонанд таъхири ҳозиршавии Шуморо ба пойгоҳи назорати допингӣ бо сабаби баргузории конфроси матбуотӣ ё итмоми машқ иҷозат диханд.

Аммо аз лаҳзае, ки Шумо оиди гузаштани назорати допингӣ огоҳ карда шудед, ННД ё шаперон Шуморо то ба итмом расидани тартиби назорати допингӣ ҳамроҳӣ мекунанд.

## 4. ИНТИХОБИ ЗАРФ

Ба Шумо имкони мустақилона интихоб кардани зарфро барои чамъоварии намуна пешниҳод мекунанд. Шумо бояд боварӣ ҳосил наомед, ки таҷхизот осеб наёфтааст ё сохтакорӣ нашудааст. Шумо бояд дар тамоми муддат зарфи худро дар мадди назар дошта бошед.

## 5. ПЕШНИҲОДИ НАМУНА

Ҳангоми пешниҳоди намуна дар ташноб танҳо ба Шумо ва ННД ё шаперони ҷинсаш бо Шумо шабеҳ ҳузур доштан иҷозат дода мешавад.

Аз Шумо ҳоҳиш менамоянд, ки дастонатонро шӯед.

Баъдан аз Шумо ҳоҳиш мекунанд, ки либосатонро ҷунон боло ё поён намоед, ки ННД ё шаперон имкони бемонеа мушоҳида кардани

## 6. ҲАҶМИ ПЕШШОБ

ННД бояд дар ҳузури Шумо тафтиш кунад, ки Шумо ҳачми минима-лии талабшавандай пешшоб: 90 мл пешниҳод кардед. Агар дафъаи аввал Шумо 90 мл пешниҳод карда натавониста бошед, аз Шумо ҳоҳиш мекунанд, ки ҳачми зиёдтарро, то ба ҳадди ҳачми зарурӣ расидан, пешниҳод намоед.

## 7. ТАҚСИМКУНИИ НАМУНА

Ба Шумо имкони интихоб намудани лавозимоти интиқол ва нигоҳдории намунаро пешниҳод мекунанд. Як лавозимотро интихоб намоед. Боварӣ ҳосил намоед, ки лавозимот осеб надорад ё сохтакорӣ нашудааст. Лавозимотро кушоед. Боварӣ ҳосил намоед, ки рақами намуна дар зарфча бо рақамҳо дар сарпӯш ва лавозимот ягонаанд.

Акнун ба Шумо лозим меояд, ки намунаро тақсим намоед ва 30 мл ба зарфи В ва бокимондаи пешшобро ба зарфи А резед.

Аз Шумо ҳоҳиш мекунанд, ки ҳачми начандони қалони пешшобро барои ҷенқунии зичии он аз ҷониби ННД боқӣ гузоред.

Агар ба Шумо кӯмак лозим набошад, пешшобро мустақилона тақсим намоед. Агар кӯмак лозим бошад, Шумо бояд розӣ шавед, ки ба ҷои Шумо намояндаатон ё ННД пешшобро тақсим мекунанд.

## **8. МҮХРБАНДИИ НАМУНАХО**

Баъдан ҳарду зарфчай А ва В-ро маҳкам кунед. Шумо (ё намояндай Шумо) ё ННД бояд боварӣ ҳосил кунанд, ки зарфчаҳо бо тарики лозима мӯҳрбандӣ шудаанд.

## **9. ЧЕНКУНИИ ЗИЧИИ ПЕШОБ**

ННД бояд зичии пешобро чен кунад. Агар зичӣ ба меъёр мутобиқат накунад, Ба Шумо зарур меояд, ки намунаи дигари пешобро супоред.

## **10. ПУРКУНИИ ПРОТОКОЛИ НАЗОРАТИ ДОПИНГӢ**

Дар протокол Шумо бояд ҳамаи маводҳои доруворӣ – бо дорухат ва бидуни дорухат – ё иловаҳои гизоие, ки дар вақти охир истеъмол карда будед, зикр намоед.

Инчунин дар протокол Шумо метавонед ҳамаи эродҳоро нисбати ягон қисмати рафти назорати допингӣ зикр намоед.

Аз Шумо инчунин мепурсанд, ки оё Шумо розӣ ҳастед, ки намунаи Шумо пас аз итноми таҳлили вобаста ба назорати допингӣ ба таври маҳфӣ мавриди тадқиқ қарор дода шавад. Шумо метавонед «ҳа» ё «не» ҷавоб дихед.

Протоколро бодиқкат хонед, маҳсусан рақами намунаро тафтиш намоед.

Инчунин тафтиш намоед, ки дар нусхай протокол барои ташхисгоҳ ягон маълумоте, ки барои муқарраркуни шахсияти Шумо мусоидат мекунад, мавҷуд набошад.

Аз Шумо ҳоҳиш менамоянд, ки Протоколро имзо намоед.

Ҳангоми ба итном расидани тартиби супоридани намунаҳо, нусхай протоколи назорати допинги худро гиред.

## **11. ТАРТИБИ ТАҲЛИЛИ ТАШХИСГОҲ**

Намунаҳои Шумо барои интиқол ба таври бехатар борпеч шудаанд.

Намунаҳои Шумо ба ташхисгоҳи дорои иҷозатномаи АБЗД равона карда мешаванд. Дар рафти тадқиқи намунаҳои Шумо ташхисгоҳи мазкур тибки Меъёри Байналмилалии ташхисгоҳҳо бо риояи пайдарҳамии ҳифз фаъолият мекунад.

Таҳлили намунаи А-и Шумо амалӣ карда мешавад.

Намунаи В-и Шумо дар ҷои бехатар нигоҳ дошта мешавад. Он метавонад барои тасдиқ қардани натиҷаи номусоиди таҳлили намунаи А истифода карда шавад.

## **Дар хусуси намунаи хун.**

Талаботҳо ҳангоми супоридани намунаҳои хун ба талаботҳои ҳангоми супоридани намунаҳои пешоб, аз қабили огоҳнома, шаҳодатномаи шахс, ҳамроҳикунӣ ва шарҳи худи тартиби супоридани намуна бо ҳам шабоҳат доранд.

**Барои ноболигон ва варзишгарони имконияташон маҳдуд қадом талаботҳои маҳсус мавҷуданд?**

## **ОГОҲНОМА**

Агар Шумо ноболиг ё варзишгари имконияташ маҳдуд бошед, ҳангоми огоҳкуни Шумо оиди интихоб шудан ба назорати допингӣ, ҳамза-мон оиди огоҳии мазкур метавонад тарафи сеюм огоҳ карда шавад.

## **СУПОРИДАНИ НАМУНАИ А**

Ноболигон, инчунин варзишгарони имконияташон маҳдуд метавонанд ҳангоми расмиёти супоридани намуна бо намояндаи худ иштирок кунанд. Аммо ба намояндаи мазкур ҳангоми рафти бевоситай супоридани пешоб иштирок кардан иҷозат дода намешавад. Бо қадом мақсад? Мақсад – таъмини мушоҳидан бемонеаи ННД аз болои раванди бевоситай супоридани пешоб мебошад.

Агар Шумо қарор дода бошед, ки аз хузури намоянда даст мекашед, Ташкилоти зидди додингии Шумо ё ННД метавонанд ҳоҳиш кунанд, ки дар рафти супоридани намуна Тарафи сеюм иштирок намояд.

Агар Шумо маҳдудияти ҳаракат ё амал дошта бошед, Шумо метавонед аз намояндаи варзишгар ё ННД-ро расонидани кӯмакро дар кор бо таҷҳизоти назорати допингӣ, тақсимкуни намуна ё ба итмом расонидани ба расмият даровардани хӯҷҷатҳо ҳоҳиш намоед.

Агар Шумо дорои норасоии калони ҳаракат бошед, Шумо метавонед зарфи нисбатан калонро барои супоридани намуна истифода намоед.

Агар Шумо дорои норасоии биноӣ бошед, намояндаи варзишгар метавонад Шуморо дар тамоми рафти назорати допингӣ ҳамроҳӣ кунад, азчумла ба доҳили утоқи ташноб. Аммо намоянда ҳангоми бевосита супоридани намунаи пешоб ҳузур дошта наметавонад. Намояндаи варзишгар ё ННД метавонанд ба Шумо протоколи назорати допингиро кироат кунад, Шумо дар навбати худ метавонед аз намояндаи варзишгар ҳоҳинӣ намоед, ки аз номи Шумо

Агар Шумо найчай пешоббарорро мустақилона ворид намоед, Шумо метавонед найчай пешоббарори худро барои пешниҳоди пешоб истифода намоед. Найчай мазкур бояд бо назорати кушодани он таъмин шуда бошад. Ё найчай аз ҷониби ННД пешниҳодшударо, дар сурати имконпазир будан, истифода намоед.

Намояндаи варзишгар метавонад варзишгари дороии норасоии ақлӣ дар тамоми рафти назорати допингӣ ҳамроҳӣ намояд, азҷумла дар утоқи ташноб. Аммо намоянда ҳангоми бевосита супоридани намунаи пешоб хузур дошта наметавонад.



## **ЗАМИМАИ 2 ТАРТИБИ ТАҲЛИЛИ НАМУНАИ В**

Ташхисгоҳҳо намунаро танҳо тибқи рақам, на аз рӯи ному насаби варзишгарон таҳлил мекунанд.

Ташхисгоҳе, ки намунаи А-и варзишгарро таҳлил мекунад, оиди натиҷаҳо ҳам ба АБЗД, ҳам ба ташкилоти мутобики зиддидопингӣ маълумот медиҳад.

### **НАТИҶАҲОИ НОМУСОИДИ ТАҲЛИЛ**

Агар маълумот пешниҳод гардад, ки натиҷаи намунаи А натиҷаи мусбӣ дод, бо муқаррароти Кодекс – «Натиҷаи номусоиди таҳлил» - ташкилоте, ки бо идоракуни натиҷа масъул аст, тафтиши ибтидоиро амалӣ мекунад.

Тафтиши мазкур аз ду қисмат иборат аст:

1. Оё Шумо барои истифодаи терапевтии маводи манъшуда, ки дар намунаи Шумо дарёфт карда шудааст, иҷозат гирифтаед?
2. Оё расмиёти назорати допингӣ ва таҳлили намуна тибқи тартиби муқарраршуда амалӣ карда шуда буд?

Шуморо бо тариқи хаттӣ оиди натиҷаҳои таҳлили намунаи Шумо ва ҳуқуқҳоятон оиди таҳлили намунаи Б оғоҳ менамоянд.

Агар Шумо қарор дихед, ки таҳлили намунаи В-ро амалӣ карда шавад ё агар Ташкилоти зиддидопингӣ амалӣ кардан таҳлили намунаи В-ро қарор медиҳад, Шумо метавонед ҳангоми он иштирок намоед ё намояндаи худро равона кунед.

Ҳамзамон, агар натиҷаи номусоиди таҳлили намунаи А бо мавҷудияти мавод ё усули манъшуда ба даст ояд ва он ба маводҳои маҳсус вобаста набошад, бояд чораи муваққатан аз вазифа озод кардан татбиқ карда шавад. Ҳамзамон Кодекс ба Шумо имкон медиҳад, ки аз ҳуқуқи гузаронидани баррасӣ истифода кунед ва агар Шумо қарор дихед, ки аз ҳуқуқи мазкур бо сабаби таъин шудани чораи аз вазифа озод кардан истифода менамоед. Имкониятҳои мазкур метавонанд дар ҳар кадом ҳолати мушахҳас аз мӯҳлат вобаста бошанд.

Агар намунаи В натиҷаи таҳлили намунаи А-ро тасдиқ накунад, чораҳои минбаъда андешидан намешаванд ва ҳама гуна чораи муваққатан аз вазифа озод кардан бекор карда мешавад.

The official texts of the Athlete Reference Guide are the English and French versions maintained by the World Anti-Doping Agency and published on its website. The English version shall prevail in the event of any conflict of interpretation.

The World Anti-Doping Agency (WADA) wishes to acknowledge and thank the Central Asia Regional Anti-Doping Organization for their valuable contribution in the development of the Tajik version of the Athlete Reference Guide. This enables the Athlete Reference Guide to be shared across countries globally so that WADA, the Public Authorities and the Sports Movement can work together to protect clean athletes.

With the support of



OLYMPIC  
SOLIDARITY