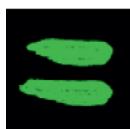




# BUTUNJAHON DOPINGGA QARSHI KURASH KODEKSI 2015 YIL BO'YICHA SPORTCHILAR UCHUN MA'LUMOT QO'LLANMASI



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



Regional  
Anti-Doping  
Organization  
of  
Central  
Asia



# MUNDARIJA

<b>1-QISM FOYDALI MA'LUMOTLAR</b>	<b>4</b>
<b>2-QISM KODEKS</b>	<b>4</b>
<b>3-QISM KODEKSNI QO'LLASH</b>	<b>6</b>
<b>4-QISM O'RNI VA MAJBURIYATLARI</b>	<b>6</b>
<b>5-QISM DOPING NIMA?</b>	<b>7</b>
<b>6-QISM TAQIQLANGAN RO'YXAT</b>	<b>13</b>
<b>7-QISM TERAPEVTIK MAQSADDA FOYDALANISHGA RUXSAT BERISH</b>	<b>15</b>
<b>8-QISM SINOV O'TKAZISH, YIG'ISH VA NAMUNALAR TAHLILI</b>	<b>16</b>
<b>9- QISM DOPINGGA QARSHI KURASH QOIDALARINI BUZISH OQIBATLARI</b>	<b>19</b>
<b>10-QISM ORTGA, KELAJAKKA</b>	<b>23</b>
<b>1-ILOVA DOPING-NAZORAT TAOMILI</b>	<b>25</b>
<b>2-ILOVA NAMUNA TAHLILI TAOMILI</b>	<b>30</b>

# **Butunjahon dopingga qarshi kurash KODEKSining maqsadi halol sportchilar huquqini himoya qilish hisoblanadi.**

## **1-QISM. ➤ FOYDALI MA'LUMOTLAR**

Butunjahon dopingga qarshi kurash KODEKSi Sizga sportchi sifatida amal qilishingiz lozim bo'ladigan qoidalarni belgilaydi.

Ushbu ma'lumot qo'llanmasining maqsadi: Sizga mazkur qoidalarni tushunishga yordam beradi.

*Mazkur hujjat faqatgina qo'llanma hisoblanadi. U KODEKS atamalarining o'rniqa ishlatalmaydi.*

Shuni ta'kidlash lozimki, KODEKS atamalari doimo asl manba hisoblanadi. Shu tariqa, mazkur qo'llanma doimo asl manba bo'lib qoladi hamda hech qachon yuridik hujjat maqomiga ega bo'lmaydi.

KODEKSning avvalgi bir necha sahifalarida "sport ruhi" asl qadriyatlar haqida so'z yuritiladi. Aynan ushbu ruh har qanday dopingga qarshi kurash dasturlarini harakatlantiradi, bartaraf etadi.

Boshqacha qilib aytganda, taqiqlangan substansiyalar yoki uslublarni qasddan yoki bilmasdan sodir etishni, yoki har qanday boshqa dopingga qarshi kurash qoidalalarining buzilishini bartaraf etadi.

## **2-QISM. ➤ KODEKS**

### **Butunjahon Dopingga qarshi kurash KODEKSi nima?**

KODEKS dopingga qarshi kurash tizimining asosi hisoblanadi. KODEKS Olimpiya harakati, shuningdek, butun dunyo bo'yicha turli sport tashkilotlari va milliy dopingga qarshi kurash tashkilotlari tomonidan qabul qilingan. KODEKS sportdagi doping bilan kurashish to'g'risidagi YUNESKO Xalqaro Konvensiyasi vositasida 170 dan ortiq davlat hukumatlari tomonidan tan olingan.

KODEKS ilk bor 2004 yilning iyulida kuchga kirgan. KODEKSga kiritilgan o'zgartirishlarning birinchi tahriri 2009 yilning 1 yanvarida kuchga kirdi. Ikkinci tahrir esa 2015 yilning 1 yanvarida kuchga kirgan.

KODEKSning to'liq matni bilan Butunjahon Dopingga qarshi kurash agentligining rasmiy saytida tanishish mumkin.

KODEKSni qo'llab quvvatlashda, UDQKAtomonidan turli texnik va tarkibiy jarayonlar, shu jumladan, taqiqlangan substansiylar va uslublar ro'yxati, sinov va tekshirish standartlari, terapevtik foydalanish bo'yicha standartlar, laboratoriya uchun standartlar va xususiy hayot va shaxsiy ma'lumotlarni himoyalash bo'yicha standartlar uchun "Xalqaro standartlar" ishlab chiqildi.

Mazkur qo'llanmadagi "Moddalar"ga havolalar, avvalambor KODEKSdagi moddalarga havola qilinadi. "Xalqaro standartlar" kabi boshqa hujjalarga esa havolalar, alohida eslab o'tiladi.



### 3-QISM.

### KODEKSNI QO'LLASH

#### Kimga nisbatan KODEKS qo'llaniladi?

1. Agar Siz – milliy yoki xalqaro darajadagi sportchi bo'lsangiz, KODEKS sizga nisbatan qo'llaniladi. "Xalqaro daraja"dagi sportchilarni Xalqaro Federatsiya aniqlaydi. "Milliy daraja"dagi sportchilarni sportchilarning Milliy dopingga qarshi kurashish tashkiloti aniqlaydi.

2. Agar Siz mahalliy darajadagi musobaqalarda ishtirok etsangiz va "milliy daraja"dagi ma'lum sportchi bo'lmasangiz, har bir Milliy dopingga qarshi kurash tashkiloti Sizga nisbatan KODEKS qo'llanish yoki qo'llanmasligi va agar qo'llanilsa qay tarzda qo'llanishi bo'yicha mustaqil ravishda qaror qabul qiladi. Agar Siz shunday darajada qatnashayotgan bo'lsangiz, Milliy dopingga qarshi kurash tashkiloti Sizni sinovdan o'tkazadi. Agar natijalaringiz qoniqarsiz bo'lsa yoki doping-nazorati jarayoniga aralashishga urinish aniqlansa, yoki boshqa biron-bir dopingga qarshi kurash qoidalarini buzish sodir etilsa, KODEKS talablariga muvofiq, Sizga nisbatan jarima qo'llanilishi shart.

3. Agar Siz musobaqalarda ishtirok etmasangiz, lekin sog'lomlashtirish va fitnes tadbirlarida ishtirok etayotgan bo'lsangiz, Milliy dopingga qarshi kurash tashkiloti KODEKSni Sizga nisbatan qay tarzda qo'llash bo'yicha o'z ixtiyoriga ko'ra qaror qabul qiladi.

### 4-QISM.

### O'RNI VA MAJBURIYATLARI

Sportchida, Sizda qanday ma'lum o'rin va majburiyatlar mavjud:

Siz "dopingga qarshi kurashishning qo'llash mumkin bo'lgan tamoyillari va qoidalarini" bilishingiz va unga amal qilishingiz shart.

Siz "tanangizga qo'llaydigan" har bir narsa uchun, aynan taom va ichimlik orqali iste'mol qilayotgan barcha narsalar hamda Sizning tanangizda mavjud har bir narsa uchun javobgarsiz. Asosiy qoida quyidagilarda aks etadi: agar biron narsa Sizning tanangizda topilsa, Siz shu narsa uchun javobgar bo'lasiz. Yuridik nuqtai nazarda, bu "qat'iy javobgarlik" deb nomlanadi.

Siz namuna olish uchun tayyor bo'lishingiz kerak.

Siz tibbiyot xodimlariga, sizga taqiqlangan substansiylar va uslublarni qo'llamasliklari haqida ma'lumot berishingiz kerak. Shuningdek, Siz qabul qilayotgan har qanday tibbiy davolanish, KODEKSni buzmasligiga ishonch hosil qilishga javobgarsiz.

Siz dopingga qarshi kurash qoidalarining buzilishini tekshiruvchi dopingga qarshi kurash tashkilotlari bilan hamkorlik qilishingiz kerak

Yanada to'laroq ma'lumot olish uchun 21.2. moddaga qarang.

Murabbiylar, instruktorlar, menejerlar, agentlari va sportchining boshqa xodimlari ko'p hollarda o'rnak bo'lislari kerak. Ular, shuningdek, o'zida quyidagilarni aks ettiradigan ma'lum huquq va majburiyatlarga egalar:

- Ular ishtirok etayotgan tayyorgarliklarda ularga yoki sportchiga qo'llaniladigan dopingga qarshi kurash tamoyillari va qoidalarini bilishlari va ularga amal qilishlari shart.
- Ular sportchini sinovdan o'tkazish dasturi bilan hamkorlik qilishlari shart.
- Ular sportchiga halol sport falsafasini targ'ib etish maqsadida o'z ta'sirlarini o'tkazishlari shart.
- Ular dopinga qarshi kurash qoidalarining buzilishini tekshiruvchi dopinga qarshi kurash tashkilotlari bilan hamkorlik qilishlari shart.
- Ular uzrli sababsiz taqiqlangan substansiyalar va uslublarga ega bo'lmasliklari yoki foydalanmasliklari shart.
- Yanada to'laroq ma'lumot olish uchun 21.2. moddaga qarang.

## 5-QISIM. ➤ DOPING NIMA?

KODEKSda aytishicha, Siz sportchi sifatida dopingga qarshi kurash qoidalarini buzish nima ekanligini bilishingiz shart.

***Bunday qoidabuzarlik nafaqat qoniqarli namuna bo'lishi mumkin.***

Bunday qoidabuzarlik KODEKSda "Nomuvofiq tahlil natijalari" deb nomlanuvchi qoniqarli namuna bo'lishi mumkin.

Masalan, dopinga qarshi kurash qoidalarini buzishga taqiqlangan substansiya yoki taqiqlangan uslubga ega bo'lish yoki qo'llash ham kiradi.

Bundan tashqari dopingga qarshi kurash qoidalarini buzuvchi boshqa holatlar ham mayjud. KODEKS ularni quyidagi tarzda ifodalaydi:

- Doping-nazoratning har qanday tarkibiy qismini sohtalashtirish yoki sohtalashtirishga urinish. Masalan, doping-nazorat jarayoniga qasddan aralashish, muayyan guvohni qo'rqtish yoki boshqa moddani qo'shish orqali namunani almashtirish. 2.5 moddaga qarang.
- Taqiqlangan substansiya yoki taqiqlangan uslubga ega bo'lish. O'zida taqiqlangan substansiyani, do'sti yoki qarindoshiga berish maqsadida olib yurish yoki sotib olish mumkin emas, faqatgina tibbiy sabablar bo'yicha ma'lum holatlar bundan mustasno – masalan, diabet bilan og'riyan bola uchun insulin sotib olish. 2.6 moddaga qarang.

- Har qandan taqiqlangan substansiya yoki taqiqlangan uslubni tarqatish yoki tarqatishga urunish. 2.7 moddaga qarang.
- Har qandan sportchiga taqiqlangan substansiya yoki taqiqlangan uslubni tayinlash yoki tayinlashga urunish. 2.8 moddaga qarang.
- Sherikchilik. Bu keng doiradagi harakatni o'zida qamrab oladi: yordam berish, rag'batlantirish, qo'maklashish, ig'vogarlik, til biriktirishga kirishish, yashirish, dopingga qarshi kurash qoidalarini buzish yoki "boshqa shaxs" tomonidan buzishga urinishni o'z ichiga olgan "qasddan sherikchilik qilishning har qanday boshqa turi". 2.9 moddaga qarang.
- Taqiqlangan hamkorlik. 2.10 moddaga qarang.
- Turar joyi haqidagi ma'lumotni taqdim etish tartibini buzish. 2.4 moddaga qarang.
- Nabuna topshirish jarayonidan og'ish, kelmaslik yoki bosh tortish. 2.3 moddaga qarang.

Dopingga qarshi kurash qoidalarini buzish har qanday ishonchli usullar yordamida isbotlanishi mumkinligini bilishingiz shart. Jumladan, laboratoriya tekshirushi natijalari va "tahliliy bo'lмаган" dalillar deb nomlanuvchi boshqa dalillar. Dalillar o'zida, cheklovlarsiz, "sportchining biologik pasporti" (sportchining biologik parametrlarini uzoq vaqt davomida tekshirish), iqror bo'lish, guvohlar ko'satmasi va boshqa turli hujjatli dalillarni qamrab oladi.



## Dopingga qarshi kurashish qoidalari buzishda qasddan qilish ahamiyatga egami?

Avval aytib o'tilganidek, Siz tananggizda mavjud barcha narsa uchun javob berasiz. Dopingga qarshi kurash qoidalari, taqiqlangan substansiya mavjudligi yoki undan foydalanganligi uchun buzilganligini aniqlashda aybni, mas'uliyatsizlikni yoki foydalanilganlikni anglashni namoyish qilish shart emas.

Masalan, atrofingizdag'i kimdir yoki o'quv-mashg'ulot yig'inida Sizga substansiya bersa, taqiqlangan substansiya mahsulot yorlig'iда ko'rsatilmagan bo'lса, taqiqlangan substansiya yoki uslub sizning sportdag'i natijalaringizni yaxshilashga ta'sir etmagan bo'lса ham dopingga qarshi kurash qoidalari buzilishini oqlamaydi.

Agar Siz taqiqlangan substansiya yoki uslubdan foydalanishga urunsangiz yoki foydalansangiz, bu doping hisoblanadi.

Yanada to'liqroq ma'lumot uchun 2.1 va 2.2 moddalarga qarang.

*Agar Sizda tarkibiga nisbatan zarracha shubha bo'lса, ushbu qo'shimchani iste'mol qilish tavsiya etilmaydi.*

## Biologik aktiv qo'shimchalarni iste'mol qilish xavfi

Ko'pgina davlatlarda, biologik aktiv qo'shimchalarni tartibga solish kuchsiz bo'lishi mumkin. Tarkibida taqiqlangan substansiyalari bo'lgan qo'shimchalar, parhyez mahsulotlar do'konida yoki yorlig'iда bu haqda hech narsa ko'rsatilmagan internet do'konlar orqali sotilishi kam uchraydigan holat emas. Oxirgi yillarda, qoniqarli namunalarning aksariyat miqdori noto'g'ri qadoqlangan yoki ifloslangan qo'shimchalar bilan izohlanayapti.

Masalan, oxirgi vaqtarda aksar holatlarda, Olimpiya o'yinlarini ham hisobga olganda, turli davlatdan kelgan sportchilar, tarkibida taqiqlangan metilgeksanamin (MNA) stimulyatori bo'lgan qoniqarli namuna topshirishgan. Mazkur stimulyator, shuningdek, «dimetilpentilamin» yoki DMAA nomi bilan ham mashhur; shuningdek, gerani ildizi ekstrakti yoki gerani yog'i (hattoki agar gerani yoki o'simlik yog'idan bo'lmasada) nomi bilan mashhur. Mazkur nomlar yorliqda ko'rsatilishi yoki ko'rsatilmasiligi ham mumkin. Lekin "metilgeksanamin" taqiq ro'yxatiga kirсада kam hollarda ko'rsatiladi.

Siz mushaklar massasini o'sishi, tiklanishga yoram beruvchi, energiya berishi yoki vaznni kamaytirishga ko'maklashuvchilar bilan bir qatorda qo'shimchalar bilan alohida ehtiyojkor bo'lishingiz kerak. Siz noto'g'ri qadoqlangan qo'shimchadan foydalanish natijasida qoniqarli namuna oqibati uchun qat'iy javobgar bo'lasiz. Eng yaxshi maslahat: Agar Sizda tarkibiga nisbatan zarracha shubha bo'lса, ushbu qo'shimchani iste'mol qilmasligingiz kerak.

## “Turar joy” qoidasi

Turar joy haqidagi ma'lumotni taqdim etish bo'yicha talabdan asosiy maqsad musobaqadan tashqari sinov o'tkazishni ta'minlash hisoblanadi.

**Kutilmaganda sinov o'tkazish, dopingga qarshi kurashish dasturining samarali asosi hisoblanadi.**

Turar joyingiz haqidagi ma'lumotni taqdim etish, dopingga qarshi kurash tashkiloti uchun Sizning turar joyingizni aniqlash va kutilmaganda nazorat qilish oqibatida dopingda ushlangan sportchilar sonini sezilarli oshishini ta'minlashga yordam beradi. Kutilmaganda sinov o'tkazish, dopingga qarshi kurash dasturining samarali asosi hisoblanadi.

Nisbatan “Pul sinovida ro'yxatdan o'tish”ga kirgan ba'zi sportchilar o'zlarining turar joylari haqidagi aniq va muhim ma'lumotni taqdim etishga majburdirlar.

Agar Sizni “Pul sinovida ro'yxatdan o'tish”ga kirganingiz haqida ogohlantirishgan bo'lishsa, bu o'zingizning turar joyingiz haqidagi ma'lumotni har chorakda taqdim etishga majburligingizni anglatadi. Taqdim etilgan ma'lumotda Sizning rejalashtirilgan faoliyattingiz va sinovdan o'tishga tayyor har kungi bir soatlik vaqtingiz aks etishi kerak. O'zingizning sinov uchun soatlik vaqtingiz va ma'lumotlaringizni uzlucksiz yangilab turishingiz lozim.

Agar Siz o'z vaqtida har chorakli ma'lumotlarni taqdim etmagan bo'lsangiz, Siz ma'lumot taqdim etmaslikni sodir etdingiz.

Agar Siz har kungi bir soatlik vaqtda o'zingiz ko'rsatgan joyda bo'lmasangiz, Siz o'tkazib yuborilgan sinovni sodir etdingiz.

Siz har qanday muayyan taqdim etilmagan ma'lumot yoki o'tkazib yuborilgan sinov bo'yicha tegishli dopinga qarshi kurash tashkiloti bilan bahslashishga haqqqingiz bor. Har qanday uchta o'tkazib yuborilgan sinov qo'shish yoki ro'yxatga olingan o'n ikki oy davomida turar joy haqida ma'lumot taqdim etmaslik – agar u Siz tomonidan to'g'ri isbotlanmagan bo'lsa, dopingga qarshi kurash qoidalari buzilgan deb hisoblanadi.

Agar Siz jamoaviy sport turida musobaqalashayotgan bo'lsangiz hamda ro'yxatga olingan pul sinoviga kirgan bo'lsangiz, yakka sport turida qatnashayotgan sportchilar kabi o'z turar joyingiz haqidagi ma'lumotlarni taqdim etish talablariga rioya etishga majbursiz.

Jamoaviy yoki yakka tartibdagi sportda qatnashayotgan sportchi o'zining turar joyi haqidagi ma'lumotni taqdim etishni murabbiy, menejer yoki boshqa har qanday uchinchi tomonga topshirish mumkin; biroq **har bir sportchi, oxir oqibat, turar joy haqidagi aniq va to'liq ma'lumotni taqdim etishga to'la javobgar bo'ladi.**

Jamoa jalgan etilgan faoliyat uchun jamoaning turar joyi haqidagi ma'lumotni ham dopnigga qarshi kurash tashkilotiga taqdim etish mumkin. Xalqaro sinov va tekshiruv standartlarining 4.8.2 moddasiga qarang.

Dopingga qarshi kurash tashkiloti, pul sinovida ro'yxatdan o'tmagan muayyan sportchilardan turar joylari haqida yanada to'liqroq ma'lumot taqdim etishlarini talab qilishi mumkin. Agar Siz mazkur sportchilardan biri bo'lsangiz: turar joy haqidagi talabga muvofiq ma'lumot taqdim etmasangiz ham dopingga qarshi kurashish qoidalarini buzmagan bo'lasiz, lekin sizning dopnigga qarshi kurash tashkilotingiz tomonidan belgilangan boshqa oqibatlarni keltirib chiqarishi mumkin.



## **“Taqiqlangan hamkorlik” nima degani?**

Keng omma e'tiboriga havola bo'lgan bir qancha misollar ma'lum bo'lib, diskvalifikatsiya qilingan murabbiy yoki sport ko'rsatkichlarini yaxshilovchi vositalarni qo'llash uchun tegishli jinoyatlarni sodir etishda aybdor deb topilgan boshqa jismoniy shaxslar bilan ishlashda davom etayotgan sportchilar bor.

2015 yil boshida kuchga kirgan KODEKSning yangiligi shundaki, “sport xodimlari orasidagi shunday shaxs” bilan Sizning hamkorligingiz, bunday hamkorlik taqiqlanganligi haqidagi maxsus ogohlantirishdan so'ng, dopingga qarshi kurash qoidalarini buzish hisoblanadi.

### **TAFSIOTLAR:**

*Siz dopnigga qarshi kurash qoidalarini buzish bilan bog'liq diskvalifikatsiya bo'lgan, yoki jinoyat ishi yoki doping bo'yicha intizomiy tergov jarayonida aybdor deb tan olingen murabbiy, instruktorlar, shifokorlar yoki sportchining boshqa xodimlari bilan ishlamasligingiz kerak.*

*Taqiqlangan hamkorlikka misol qilib, mashg'ulotlar, strategiyalar, texnika, ovqatlashin yoki tibbiyot bo'yicha maslahatlar olish; terapiya, davolanish yoki retsept olish; yoki sportchi xodimlarini agent yoki vakil sifatida faoliyat yuritishga ruxsat berishlarni keltirish mumkin. Taqiqlangan hamkorlik deganda qandaydir badal shaklini tushinish shart emas.*

*Mazkur vaziyat malakali yoki sport bilan bog'liq o'zaro munosabatga aloqasi bo'lмаган holatlarda qo'llanilmaydi. Masalan, ota-onasi va farzandi yoki er va xotin o'rta sidagi o'zaro munosabat.*

*Yanada to'laroq ma'lumot uchun 2.10 moddaga qarang.*

**Qaysi substansiylar va uslublar taqiqlangan deb hisoblanadi?**

UDQKAda substansiya va uslublar ro'yxati mavjud bo'lib, ular taqiqlangan.

UDQKA vaqt-vaqt bilan, eng kamida yilda bir marta, taqiq ro'yxati ma'lumotlarini yangilaydi. Yangilangan ro'yxat, odatda, har yili 1 yanvardan kuchga kiradi va ularni bir necha oy davomida UDQKA saytida ko'rish mumkin bo'ladi.

*Siz qaysi substansiylar va uslublar taqiq ro'yxatiga kirishini bilishingiz kerak.*

Ro'yxat quyidagi substansiyalarga bo'lingan:

1. doimiy taqiqlanganlar,
2. faqatgina musobaqa davrida taqiqlanganlar, bular har bir sport turida alohida, lekin, odatda, musobaqa boshlanishidan 24 soat avval aniqlanadi.

Doimiy taqiqlangan substansiyalarga kiradiganlar (lekin cheklanmaydi): garmonlar, anaboliklar, EPO, beta-2 agonistlar, yashirin agentlar va diuretiklar.

Faqatgina musobaqa davrida taqiqlangan substansiyalarga kiradiganlar (lekin cheklanmagan): stimulyatorlar, marijuana, narkotiklar va glyukokortikosteroidlar.

Shuningdek, hamma vaqt taqiqlanadiganlar: qon quyish yoki manipulyasiya uslublari, ma'lum holatlarda vena qon tomiriga in'eksiya yuborish.

**Doimiy taqiqlangan substansiylar bilan faqat musobaqa davrida taqiqlangan substansiylar o'rtasida qanday farq bor?**

Doimiy taqiqlangan substansiylar – bu yil bo'yи taqiqlangan substansiylar, jumladan, mashg'ulot va musobaqa davrlarida ham. Masalan, mashg'ulot vaqtida foydalanimadigan anabolik steriodlar, ular sport natijalarini yaxshilashga davomiy ta'sir etib turishi mumkin, yoki dopingdan foydalanganini yashiruvchi yashirin agentlar.

Bundan farqli o'laroq, faqat musobaqa davrida taqiqlangan substansiylardan foydalinish, musobaqadan tashqari vaqtida, agar musobaqa sinovidan o'tishda mazkur substansiya qoldiglari tananggizda qolmagan bo'lsa, dopingga qarshi kurash qoidalarni buzish hisoblanmaydi. Tushinarli bo'lishi uchun: ko'pgina substansiylar tanaggizda uzoq muddatgacha qolishi mumkin.

Agar Sizning musobaqa doping namunangizda, musobaqadan tashqari vaqtida iste'mol qilgan substansiya aniqlansa (Siz iste'mol qilgan vatda taqiqlanmagan bo'lsa ham) Sizga nisbatan dopingga qarshi kurash qoidalalarini buzish aybi qo'llaniladi.

### **Taqiqlangan substansiya oddiy dorilar tarkibida bo'lishi mumkinmi?**

Ha. Har qanday dorida, og'riq qoldiruvchidan, to shamollash va grippga qarshi preparatlar tarkibida ham taqiqlangan substansiyalar bo'lishi mumkin.

Yanada to'lqiroq ma'lumot uchun o'zingizning Xalqaro federatsiyangiz yoki Milliy dopingga qarshi kurash tashkiloti tomonidan taqdim etilgan boshqa manbaalarga qarang.



## 7-QISM.

## TERAPEVTIK MAQSADDA FOYDALANISHGA RUXSAT BERISH

Dopingga qarshi kurashning asosiy tamoyillaridan biri Sizning sog'lig'ingizni himoyalash hisoblanadi.

Shunday vaziyat bo'lishi mumkinki, sog'lig'ingiz bilan bog'liq sabablar bo'yicha Siz taqiqlangan substansiya qabul qilishga yoki taqiqlangan uslubdan foydalanishga majbur bo'lasiz. Siz buni KODEKSga muvofiq qilishingiz mumkin. Asosiy jihat terapevtik maqsadda foydalanishga ruxsat olish hisoblanadi.

Ushbu ruxsatni olish uchun bir qator mezonlarga amal qilish lozim: taqiqlangan substansiya (yoki uslub)dan sog'lig'ingiz uchun foydalanish va sog'ayganingizdan so'ng ular sport natijalarini yaxshilashga ta'sir etmasligi kerak; taqiqlangan substansiya yoki uslubdan tashqari boshqa hech qanday muqobil davo bo'limganda.

Xalqaro va milliy darajadagi sportchilar, shuningdek, qoidalarning boshqa muhim jihatini tushinishlari kerak: kechiktirib bo'lmaydigan yordam ko'rsatish holatida yoki istisnoli vaziyatlarda, terapevtik maqsadda foydalanishga ruxsat olish uchun arizani avvaldan berish kerak, o'tgan sana bilan emas. Terapevtik foydalanish bo'yicha Xalqaro standartlar 4.3 moddaga qarang.

Milliy darajadagi sportchilar uchun ruxsat berish tartibi Milliy dopingga qarshi kurash tashkiloti tomonidan amalga oshiriladi.

Xalqaro darajadagi sportchilar uchun terapevtik maqsadda foydalanish arizalari Xalqaro Federatsiya tomonidan ko'rib chiqiladi. Olimpiya o'yinlari va boshqa yirik xalqaro musobaqa tashkilotchilari ham alohida ruxsatnomalar berishi mumkin. 4.4 moddaga qarang.

Siz o'zingizning Halqaro Federatsiyangiz yoki Milliy dopingga qarshi kurash tashkilotidan yangi arizani topshirish ahamiyati yoki avval topshirilgan ariza amalda qolish-qolmasligini aniqlab olishingiz kerak. Sizning Milliy dopingga qarshi kurash tashkilotingiz mazkur jarayon davomida yordamini ayamasligi lozim.

Hyech qachon o'z o'zidan milliy darajada berilgan ruxsatnama, avtomatik tarzda xalqaro darajada ham tan olinadi deb hisoblamang. Agar Sizda ozgina shubha uyg'onsa, o'zingizning Xalqaro Federatsiyangizga yoki yirik sport tadbiри tashkilotchilariga murojaat eting.

Mazkur jarayonni aniqlashtiruvchi bo'lim terapevtik foydalanish bo'yicha Xalqaro standartlar ilovasida keltiriladi.

## 8-QISM.

## SINOV O'TKAZISH, YIG'ISH VA NAMUNALAR TAHLILI

Doping-nazoratning vakolatli zobiti Sizdan sinov topshirishni so'raganda, Siz buni bajarishga majbursiz.

Har bir sportchiga nisbatan yurisdiksiyaga ega dopingga qarshi tashkilot istalgan vaqtida va istalgan joyda dopingga qarshi maqsadlarda tahlil qilish uchun sportchidan peshob yoki qon namunalarini olish huquqiga ega.

### Kim yurisdiksiyaga ega?

**Milliy dopingga qarshi tashkilotlar** quyidagi sportchilar yuzasidan yurisdiksiyaga ega:

1. ushbu mamlakat fuqarolari, rezidentlari, litsenziya sohiblari yoki sport tashkilotlari a'zolari
- 2.ushbu dopingga qarshi tashkilot mamlakatida turgan shaxs yoki
3. Xalqaro Federatsiya qoidalari ularga kengroq vakolat bergan holatlarda.

**Xalqaro Federatsiyalar** ularning qoidalari doirasiga kiruvchi sportchilarga nisbatan yurisdiksiyaga ega bo'ladi:

- 1.muayyan xalqaro tadbirdorda qatnashayotgan sportchilar va
- 2.xalqaro federatsiya (yoki uning bevosita yohud bilvosita a'zolari) a'zolari yoki litsenziyalari sohiblari bo'lgan sportchilar.

**Yirik sport musobaqalari tashkilotchilari**, qoidaga ko'ra, ularning sport tadbirdorlida qatnashayotgan sportchilarga nisbatan yurisdiksiyaga egadirlar.

UDQKA odatda sinov o'tkazish tashabbusi bilan chiqmaydi, lekin sportchilarni sinovdan o'tkazish yurisdiksiyasiga ega. UDQKA tomonidan sinov tashabbusi berilganda, UDQKA sinovni o'tkazish vakolatini boshqa dopingga qarshi kurashish tashkilotlariga topshiradi.

Sinovni topshirish taomilining belgilangan tartibi mavjud. Ushbu tamoil va uning o'tkazilishi davomidagi o'zingizning huquqlaringiz haqida ko'proq ma'lumot olish uchun 1- ilovaga qarang.

Sportchidan olingen namunada taqiqlangan substansiya aniqlanishi bilan bog'liq qonun buzilishi qayd etilganda, faqat UDQKAda akkreditatsiyadan o'tgan yoki boshqa tarzda u tomonidan tasdiqlangan laboratoriyalargina namunalar tahlilini o'tkazishi mumkin. Sizning A namunangiz tahlili noxush natija bergenligi haqida xabar kelganida V namunasini tahlil qilish bilan bog'liq o'zingizning huquqlaringiz haqida ko'proq bilish uchun 2- ilovaga qarang.

### Namunalar qancha muddat saqlanadi?

Namunalar 10 yil davomida muzlatib qo'yilishi, saqlanishi va qayta tekshirilishi mumkin. Texnologiyalar jadal rivojlanmoqda. Bugungi kunda aniqlab bo'lmaydigan ba'zi taqiqlangan substansiylar va uslublar kelajakda aniqlanishi mumkin. Saqlanayotgan namunalar kelgusida ham tahlil qilinishi mumkinligi Siz yoki Siz taniydigan boshqa shaxslar uchun, agar qandaydir sababga ko'ra dopingdan foydalanishga qaror qilsangiz, bu yo'lidan qaytaruvchi kuchli omil bo'ladi.

Namunalar dopingga qarshi kurash maqsadlarida ishlatalmay qolganda, ular ismi ko'rsatilmagan holda sifatni nazorat qilish maqsadlarida qo'llanila boshlaydi, yo'q qilinadi yoki, Sizning doping-nazorat bayonnomasidagi oldindan yozma rozililingiz bilan, ilmiy izlanishlarda ishlataladi.

### Sportdan ketgach, yana takroran sportga qaytish

Agar Siz sportdan ketishga qaror qilsangiz, Xalqaro Federatsiya yoki Milliy dopingga qarshi kurash tashkilotining sinov ro'yxitida mavjudligingiz davomida, musobaqalarda ishtirok etishga qaytish istagingiz haqida yozma ravishda **6 oy** oldin xabar berishingiz kerak. Ushbu 6 oy davomida, Siz dopingga qarshi kurash qoidalariga rioya etishga va Sizni yana musobaqalarda qatnashishga qo'yishlaridan oldin sinovdan o'tkazilishga rozi bo'lishingiz lozim.

Agar ushbu qoidaning qat'iy qo'llanilishi "yaqqol adolatsizlik" bo'lsa, UDQKA istisno qilishi mumkin. 5.7 moddaga qarang.

## **ADAMS nima?**

ADAMS (Dopingga qarshi kurash ma'muriyati va boshqaruvi tizimi) ma'lumotlar bazasini boshqarishning xavfsiz onlayn tizimidir. ADAMS tahlillar natijalari haqidagi ma'lumotlarni, terapevtik foydalanishga ruxsatnomalarni va dopingga qarshi qoidalar buzilishi haqidagi axborotni qamrab oladi. ADAMS tegishli tashkilotlar o'rtasida axborot almashinuvini osonlashtiradi va samaradorlik, sermahsullik va shaffoflikka ko'maklashishga qaratilgan.

Xalqaro federatsiyalar va Milliy dopingga qarshi kurash tashkilotlarining aksariyati ADAMS tizimini sportchining qaerdaligi, terapevtik foydalanish va sinov natijalari haqidagi asosiy ma'lumotlar bazasi sifatida qo'llaydi. ADAMS Sizning hayotingizni yengillatish maqsadida ishlab chiqilgan.

Siz ADAMStagi o'zingiz haqingizdagи axborotga ulanishingiz mumkin. Xalqaro federatsiyalar va Milliy dopingga qarshi kurash tashkilotlari Sizning ADAMSGa ulanishingizni ta'minlashga javob beradi. Dopingga qarshi kurash tashkilotining sanoqli xodimlarigina Sizning ma'lumotlariningizga ulana oladi. ADAMS ulanishing ko'p bosqichli tizimi bo'lib, ma'lumotlar bazasining xavfsizligi va maxfiyligini himoya qiladi.



## **9-QISM.**

# **DOPINGGA QARSHI KURASH QOIDALARINI BUZISH OQIBATLARI**

Dopingga qarshi kurash qoidalarini buzish oqibatlari natijalarning bekor qilinishi, sanksiyalar qo'yilishi, Sizning qonunbuzarligingizni majburiy chop etishni qamrab olishi mumkin, shuningdek, moliyaviy sanksiyalar ham bo'lishi mumkin.

## **NATIJALARNI BEKOR QILISH**

Sportning individual turlarida, musobaqa (masalan, individual o'yin yoki poyga)ga bog'liq dopingga qarshi kurash qoidalarining buzilishi avtomatik ravishda mazkur musobaqalarning natijalari bekor qilinishiga olib keladi. 9-moddaga qarang.

### **Bekor qilish nimani anglatadi?**

Bu natijalarni, medallar, ochkolar va pul mukofotlarini yo'qotishni anglatadi. Sizning ushbu tadbir doirasidagi boshqa musobaqalardagi – masalan, Olimpiya o'yinlari doirasidagi – natijalaringiz ham bekor qilinishi mumkin. 10.1-moddaga qarang.

Qoidaga ko'ra, "adolat o'zgacha yo'l tutishni talab qilmasa", natijalar o'tgan sana – dopingga qarshi kurash qoidasi buzilgan sana (masalan, namuna olingen sana) dan to vaqtinchalik chetlatish muddati boshlanishi yoki diskvalifikatsiya muddati boshlanishigacha bo'lgan sana bilan bekor qilinadi. 10.8- moddaga qarang.

## **DISKVALIFIKATSİYA**

Diskvalifikatsiya Siz Xalqaro federatsiyaning, unga a'zo milliy federatsiyalar va ularning a'zolari bo'lmish klublarning hech qanday musobaqalarida qatnasha olmasligingizni anglatadi. Bu butun jamoa yoki klub bilan birga mashg'ulotda qatnashish yoki jamoa yohud klubga bog'liq sport jihozlaridan foydalanishni o'z ichiga oladi.

Shuningdek, Siz KODEKSni imzolagan istalgan tomon (Xalqaro Olimpiya Qo'mitasi, Xalqaro Paralimpiya Qo'mitasi, Milliy Olimpiya Qo'mitasi kabilar) yoki ularga bo'y sunuvchi tashkilotlar sanksiya bergen yoki o'tkazadigan musobaqalarda qatnasha olmaysiz.

Bundan tashqari, Siz professional liga yoki xalqaro yohud milliy sport tadbirdi ulyushtiruvchisi ulyushtirgan xalqaro yoki milliy musobaqalarda yoki yuqori yohud milliy darajadagi, hukumat tashkiloti moliyalashtirgan sport tadbirdi qatnasha olmaysiz. 10.12.1- moddaga qarang.

## **Diskvalifikatsiya davri qancha davom etadi?**

Butun dunyoda, ayniqasa sportchilar orasida shunday konsensusga kelishilganki, qasddan harakat qiluvchi aldoqchilar 4 yilga diskvalifikatsiya qilinishi lozim.

## **Har doim ham muddat 4 yilni tashkil qiladimi?**

Yo'q.

## **Dopingga qarshi kurash qoidalari diskvalifikatsiyaga olib kelmasligi ham mumkinmi?**

Ha, lekin faqatgina sportchi aybi yo'qligini isbotlasa.

Shuningdek, ba'zi mahsus holatlarda, maxsus substansiyalarga nisbatan, agar sportchining aybi juda kam bo'lsa, ogohlantirish e'lon qilinishi mumkin. Ifoslangan mahsulotlarga (bular odatda biologik faol qo'shimchalar bo'ladi) nisbatan ham shu tamoyil qo'llaniladi, chunki bu mahsulotlar taqiqlangan, lekin yorlig'ida yohud Internetda topish mumkin bo'lgan axborotda eslatilmagan substansiyaga ega bo'lishi mumkin.

## **Diskvalifikatsiya davri qanday omillarga bog'liq bo'ladi?**

Qonunbuzarlik ko'rinishiga, qanday substansiya ishlatalganligiga yoki sportchining uslubi, xatti-harakati va sportchining aybi darajasiga bog'liq bo'ladi.

## **BU QOIDALAR BIR-BIRI BILAN QANCHALIK UYG'UN-LASHADI?**

*Taqiqlangan susbtansiya mavjudligi yoki qo'llanishi bilan bog'liq qoidazarliklar bo'yicha asosiy qoidalari quyidagilardir:*

*Agar Siz aldamoqchi bo'lgan bo'lsangiz, subtsansiyadan qat'iy nazar, diskvalifikatsiya davri 4 yilni tashkil qiladi.*

*Boshqa holatlarda, bu 2 yildir – agar Siz salmoqli ayb yoki beparvolikning mavjud emasligini isbotlab bera olsangiz, buning natijasida diskvalifikatsiya davri uzog'i bilan bir yilgacha tushirilishi mumkin (shu tariqa, diskvalifikatsiyaning minimal davri bir yilni tashkil qiladi).*

*Agar qoidabuzarlik maxsus substansiya yoki ifloslangan mahsulot bilan bog'liq bo'lsa va Siz salmoqli ayb mayjud emasligini isbotlab bera olsangiz, diskvalifikatsiya 2 yildan ogohlantirishgacha o'zgarishi mumkin (ayb darajasiga qarab).*

*Dopingga qarshi qoidalarning boshqa buzilishlari uchun diskvalifikatsiyalaryuzasidan 10.3- moddaga qarang.*

## **Hamkorlik va “salmoqli yordam”**

O'z xatolarini tan oluvchi va dopingga qarshi qoidalarning boshqa buzilishlari bo'yicha haqiqatning yuzaga chiqishini istovchi sportchilar yoki boshqa shaxslarning hamkorligi toza sport uchun muhimdir.

KODEKS bular maxsus holatlar ekanligini e'tirof etadi.

Agar sportchi, dopingga qarshi kurash tashkilotidan qonunbuzarlik haqidagi ogohlantirish olmay turib o'z ixtiyori bilan tan olsa va shu bilan birga, bu tan olish qonunbuzarlikning yagona ishonchli guvohligi bo'lsa – ya'ni, u o'z ixtiyori bilan tan olimsa, diskvalifikatsiya qisqarishi (lekin boshqa holatlarda ko'zda tutilgan muddatning yarmidan ko'pga emas) mumkin.

Agar sportchi dopingga qarshi kurash tashkilotiga, politsiyaga yoki huquqni muhofaza qilish organlariga yoki professional tartib tashkilotiga “salmoqli yordam” ko'rsatsa, buning asosida dopingga qarshi kurash tashkiloti boshqa shaxs tomonidan dopingga qarshi kurash qoidalari buzilishi haqida yangi ish ochsa (yoki buni amalga oshirish imkoniyatini ko'rib chiqadigan bo'lsa), sportchining diskvalifikatsiya muddati anchaga qisqarishi mumkin.

“Salmoqli yordam” nima? Bu o'zingiz va boshqa shaxs tomonidan dopingga qarshi kurash qoidalalarining buzilishi haqida o'zingiz biladigan barcha ma'lumotni yozma ravishda fosh etishingizdir. Bu, shuningdek, hokimiyat vakillari bilan to'liq hamkorlik qilishni, jumladan, agar talab qilinsa, tinglovlarda ko'rsatma berishni anglatadi. Batafsil ma'lumot olish uchun, 10.6.1 va 10.6.2- moddalarga qarang.

## **DISKVALIFIKATSIYAGA OID BA'ZI HARAKATLARNING KETMA-KETLIGI**

Agar Siz dopingga qarshi kurash qoidalalarini buzishda ayblanayotgan bo'lsangiz, Sizga nisbatan vaqtinchalik chetlatish qo'llanilishi yoki Siz o'z ixtiyorингиз bilan vaqtinchalik chetlanishni qabul qilishingiz – ya'ni, ayblovni muhokama qilish huquqidan voz kechishingiz mumkin

Diskvalifikatsiya muddatining boshlanishi:

1. vaqtinchalik chetlatish yoki sanksiya qo'yish sanasidan yoki

2. bahsli holatlarda, tinglevlarda qaror qabul qilingan sanadan

Agar Siz diskvalifikatsiya muddatini o'tayotgan bo'lsangiz, Siz tegishli ma'rifiy dopingga qarshi dasturlarda qatnashish **imkoniga egasiz**.

Siz, shuningdek, quyidagilarning qaysi biri qisqaroq ekanligidan qat'iy nazar, jamoa bilan mashg'ulot o'tkazish faoliyatiga yoki klub binosidan foydalanishga qaytishingiz mumkin:

1. Diskvalifikatsiya qilinganining oxirgi
2. oyida, yoki diskvalifikatsiya muddatining oxirgi choragida. 10.12.2-moddasiga qarang.

Izoh: ba'zi holatlarda vaqtinchalik chetlatish majburiy sanaladi, 7.9.1-moddaga qarang.

## MOLIYAVIY OQIBATLAR

KODEKS dopingga qarshi qoidalarni buzganlik uchun jarima solishni ko'zda tutmaydi. Biroq, bu dopingga qarshi tashkilotlarga ularning o'z qoidalari muvofiq jarimalar belgilashga halaqit bermaydi.

Moliyaviy sanksiyalar hech qachon diskvalifikatsiya muddatini almashitirishi yoki kamaytirishi mumkin emas.

Badavlat sportchilar o'zlarining diskvalifikatsiya muddatlari uchun pul to'lay olmaydilar.

Batafsil axborot uchun 14.3.2- moddaga qarang.

## MAJBURIY OMMAVIY CHOP ETISH

Agar Siz dopingga qarshi qoidalarni buzganligingiz e'tirof etilsa, bu fakt ommag'a e'lon qilinadi. Buning mohiyati – dopingdan foydalanishning oldini olishdagi muhim chora ekanligidir.

Dopingga qarshi kurash tashkiloti, voyaga yetmagan sportchilar ishtirokidagi holatlardan tashqari, sportchining ismini, dopingga qarshi qoidalari buzilishi turini va uning oqibatini dopingga qarshi qoidalari buzilganligi fakti yakuniy aniqlanganidan keyin 20 kundan kechiktirmay e'lon qilishi lozim.

Agar yakuniy qarorda dopingga qarshi qoidalari buzilishi bo'lмаганлиги aniqlansa, qонунбузилishi sportchining roziligi bilan e'lon qilinishi mumkin. 14.3.2- moddaga qarang.

## **SPORTNING JAMOAVIY TURLARI**

Agar Siz jamoaviy sport turlarida qatnashsangiz va doping bilan qo'lga tushsangiz, Sizga nisbatan KODEKSning barcha qoidalari qo'llaniladi. Bundan tashqari, Sizning jamoangiz uchun ham ba'zi choralar ko'rilishi mumkin. Sizning jamoangizga nisbatan ko'rilgan sanksiya Sizning jamoangiz qatnashayotgan sport tadbirini tashkilotchisi tomonidan belgilanadi. 11-moddaga qarang.

### **ESKIRISH MUDDATI**

Dopingga qarshi qoidalari buzilishi bilan bog'liq har qanday taomillar ehtimoliy dopingga qarshi qoidalari buzilishi sanasidan boshlab o'n yil ichida boshlanishi mumkin.

### **APPELYASIYANI TINGLASH**

Barcha sportchilar xolis organda adolatli tinglov o'tkazish huquqiga egalar. Ular, shuningdek, o'zlarining ishlari bo'yicha tinglovning o'z vaqtida o'tkazilishi huquqiga ham egalar.

Agar Sizning ishingiz xalqaro tadbirlarda qatnashish bilan bog'liq bo'lsa yoki Siz xalqaro miqyosdagi sportchi bo'lsangiz, Siz va boshqa dopingga qarshi kurash tashkilotlari chiqarilgan qaror yuzasidan apellyasiyani faqat Sport arbitraj sudiga taqdim qilishlari mumkin. bosha holatlarda qarorlar ustidan mustaqil va xolis milliy tashkilotlarga shikoyat qilinishi mumkin. 13-moddaga qarang.

## **10- QISM. ➤ ORTGA, KELAJAKKA**

KODEKSning 2015 yilgi Tahriri yangi o'zgartishlar kiritadi.

KODEKS, shuningdek, butun dunyodagi sportchilarga – va aksariyat sportchilarga toza sportni tanlash – toza sportchilarni qo'llab-quvvatlash uchun yangi imkoniyat beradi.

O'zingizning mamlakatingiz yoki sport turingiz bo'yicha qo'shimcha axborot uchun o'zingizning sport federatsiyangiz bilan yoki milliy dopingga qarshi kurash tashkilotingiz bilan bog'laning.

UDQKA veb-saytiga tashrif buyurib, **Ma'rifiy va Axborot dasturlari** haqida ko'proq bilib oling.

## **Ilovalar**

# **1 ILOVA. DOPING-NAZORAT TAOMILI**

## **DOPING-NAZORAT TAOMILINING 11 BOSQICHI**

Bu ilova peshob namunasini olish taomilini taysiflash uchun mo'ljallangan. Iltimos, voyaga yetmagan va imkoniyati cheklangan sportchilar uchun sezilarli bo'limgan maxsus o'zgarishlar mavjudligiga e'tibor bering, ular bilan ushbu ilova so'ngida tanishish mumkin.

Yanada to'liqroq axborot UDVKA saytida, Milliy dopingga qarshi kurash tashkilotida va xalqaro federatsiyada mavjud.

Avvalambor, quyidagilarni qayd etish lozim: namunaning butligi muhim jihat sanaladi. Agar namunaning butligiga daxl qilinmagan bo'lsa, ushbu taomillardan chetlanish sinovning qonuniy kuchga ega emas, deb topilishiga sabab bo'lmasligi ham mumkin.

### **1. SPORTCHILARNI TANLASH**

Siz doping-nazoratdan o'tish uchun istalgan vaqtida va istalgan joyda tanlanishingiz mumkin.

### **2. XABARDOR QILISH**

Doping-nazorat inspektori (kelgusida – DNI) yoki shaperon Sizni doping-nazoratidan o'tish uchun tanlanganiningiz haqida xabardor qiladi. DNI yoki shaperon Sizga o'zingizning huquq va majburiyatlarining haqida xabar beradi. Siz taomil davomida vakilingiz qatnashishi huquqiga egasiz.

Sizdan doping-nazorat uchun tanlanganiningizni tasdiqlovchi shaklga imzo chekishingizni so'raydilar.

### **3. DOPING-NAZORAT STANSIYASIGA KELISH**

Siz o'sha zahoti doping-nazorat shohobchasiga kelishingiz lozim.

DNI yoki shaperon Sizga doping-nazorat shohobchasiga borishni matbuot anjumani yoki mashg'ulotning yakunlanishi sabablariga ko'ra keyinga qoldirishga ruxsat berishlari mumkin.

Biroq, Siz doping-nazoratdan o'tishingiz lozimligidan xabar topishingiz bilan, DNI yoki shaperon Sizga doping-nazorat taomili tugashiga qadar hamrohlik qilib boradi.

## **4. IDISH TANLASH**

Sizga namuna yig'ish uchun idishni o'zingiz tanlashingiz imkonini beradilar. Siz bitta idishni tanlashingiz mumkin. Siz idish shikastlangan yoki qalbaki emasligiga amin bo'lishingiz kerak. Siz butun vaqt davomida idishni e'tiboringizdan qochirmasligingiz lozim.

## **5. NAMUNA TAQDIM QILISH**

Namuna taqdim etish vaqtida faqat Sizga va Siz bilan bir jinsdagi DNI yoki shaperonga hojatxonada bo'lishga ruxsat beriladi.

Sizdan qo'lingizni yuvishingiz so'raladi.

Keyin, DNI yoki shaperon bevosita peshob topshirilishi jarayonini to'siqsiz kuzata olishi uchun Sizdan kiyimingizni ko'tarish yoki tushirishni so'raydilar.

## **6. PESHOB MIQDORI**

DNI Sizning huzuringizda Siz talab qilingan miqdorda: 90 ml. peshob topshirganingizga amin bo'lishi lozim. Agar Siz birinchi urinishda 90 ml. topshira olmasangiz, Sizdan yetarli hajmda bo'lgunicha ko'proq topshirish so'raladi.

## **7. NAMUNANING BO'LINISHI**

Sizga namunani tashish va saqlash majmularidan birini tanlash imkonini beradilar. Bitta majmuani tanlang. Siz majmua shikastlanmagan yoki qalbakilashtirilmaganligiga ishonch hosil qilishingiz kerak. Konteynerni oching. Flakondagi namuna raqami qopqoqdagi va konteynerdag'i raqamlarga mos ekanligiga amin bo'ling.

Endi Siz namunani ajratish uchun kamida 30 ml.ni V idishga va qolgan peshobni A idishga quyishingiz kerak.

Sizdan biroz miqdordagi peshobni qoldirishni so'raydilar, chunki DNI Sizning peshobingizning zichligini o'lchashi kerak bo'ladi.

Agar Sizga yordam kerak bo'lmasa, peshobni mustaqil taqsimlang. Agar yordam kerak bo'lsa, Siz o'zingizning vakilingiz yoki DNI Sizning o'rningizga peshobni quyishlariga rozi bo'lishingiz kerak bo'ladi.

## **8. NAMUNALARINI MUHRLASH**

Keyin A va V flakonlarning ikkalasini ham muhrlang. Siz (yoki Sizning vakilingiz) va DNI flakonlar tegishlicha muhrlanganligiga ishonch hosil qilishlari kerak.

## **9. PESHOBNING ZICHЛИGINI O'LCHASH**

DNI peshob zichligini o'lhashi lozim. Agar zichlik standartlarga javob bermasa, Siz boshqa namuna topshirishingizga to'g'ri keladi.

## **10. DOPING-NAZORAT BAYONNOMASINI TO'LDIRISH**

Bayonnomada Siz keyingi vaqtida iste'mol qilgan barcha medinkamentlar – retsept bilan yok retseptsiz – va ozuqa qo'shimchalarini ko'rsatishingiz lozim.

Shuningdek, bayonnomada Siz doping-nazorat taomilining istalgan qismiga nisbatan o'zingizda bo'lgan fikr-mulohazalarini ko'rsatishingiz mumkin.

Sizdan yana Sizning namunangiz uning doping-nazorat maqsadlaridagi tahlili yakunlanganidan keyin anonim tarzda o'rganilishiga rozilicingiz so'rалади. Siz "ha" yoki "yo'q" deb javob berishingiz mumkin.

Bayonnomani diqqat bilan tekshiring, ayniqsa namuna raqamiga e'tibor bering.

Shuningdek, bayonnomanining laboratoriya uchun nusxasida Sizni identifikatsiya qilish mumkin bo'ladi dan hech qanday axborot bo'lmasligini tekshiring.

Sizdan bayonnomaga imzo chekshiingiz so'rалади.

Taomil yakuniga yetgach, Siz doping-nazorat bayonnomasining nusxasini olasiz.

## **11. LABORATORIYA TAHLILI TAOMILI**

Sizning namunangiz xavfsiz usulda tashish uchun qadoqlangan.

Namunalaringiz UDQKAda akkreditatsiyadan o'tgan laboratoriya yuboriladi. Namunalaringiz tekshirilishi jarayonida ushbu laboratoriya laboratoriylar uchun xalqaro standartga rioya etadi, himoya silsilasiga amal qiladi.

Sizning A namunangiz tahlili o'tkaziladi.

V namunangiz xavfsizlikda saqlanadi. U A namunasi tahlilining noxush natijasini tasdiqlash uchun qo'llanilishi mumkin.

## **Qon namunasi bo'yicha nima qilinadi?**

Peshob namunalarini topshirish taomili davomida qo'llaniluvchi bir xil shart-sharoitlar qon namunalarini topshirishda ham qo'llaniladi, bunga xabardor qilish, shaxsni tasdiqlash, hamrohlik qilish va bevosita taomilni tushuntirish kabilar kiradi.

## **Voyaga yetmagan va jismoniy imkoniyatlari cheklangan sportchilar uchun qanday o'ziga xosliklar mavjud?**

### **XABARDOR QILISH**

Agar Siz voyaga yetmagan bo'lsangiz yoki jismoniy imkoniyati cheklangan sportchi bo'lsangiz, Sizni Siz doping-nazorat uchun tanlanganingiz haqida xabardor qilishganda, uchinchi tomon ham xabardor qilinishi mumkin.

### **A NAMUNASINI TOPSHIRISH**

Voyaga yetmaganlar, shuningdek, jismoniy imkoniyati cheklangan sportchilar taomilda o'z vakili bilan qatnashishi mumkin. Biroq bu vakilga namuna bevosita topshirilishi jarayonida qatnashishga ruxsat berilmaydi. Nega? Maqsad bevosita peshob topshirilishi jarayonini DNI halaqtalarsiz kuzatishini ta'minlashdan iborat.

**Agar Siz** vakil qatnashishini rad etishga qaror qilsangiz, Sizning dopingga qarshi kurash tashkilotingiz yoki DNI uchinchi tomon qatnashishini so'rashi mumkin.

**Agar Sizda** harakatlanish yoki motorikada cheklovlar bo'lsa, Siz sportchi vakilidan yoki DNI dan doping-nazorat uchun jihoz bilan ishlashda, namunani taqsimlashda yoki qog'ozlarni rasmiylashtirishni yakunlashda yordam so'rashingiz mumkin.

**Agar Sizda** mo'ljal olish ancha sust bo'lsa, Siz namuna topshirish uchun kattaroq o'lchamdag'i idishni tanlashingiz mumkin.

**Agar Siz** ko'rish qobiliyati buzilishiga chalingan bo'lsangiz, sportchining vakili Sizga doping-nazoratning boshidan oxirigacha, jumladan, hojatxonada ham hamrohlik qilishi mumkin. Biroq vakil bevosita peshob topishirilayotganida hamrohlik qila olmaydi. Sportchi vakili yoki DNI Sizga doping-nazorat bayonnomasini o'qib eshittirishi mumkin va Siz sportchi vakilidan o'zingizning nomingizdan bayonnomani imzolashni so'rashingiz mumkin.

**Agar Siz** rezina drenaj yoki doimiy kateter ishlatadigan bo'lsangiz, Siz mavjud peshob qabul qilgichni olib, yangi peshob olinishi uchun uni bo'shatishingiz kerak.

**Agar Siz** mustaqil ravishda kateter kiritadigan bo'lsangiz, peshob taqdim qilish uchun o'z kateteringizdan foydalanishingiz mumkin. Ushbu kateter ochilish nazorati bilan ta'minlangan bo'lishi kerak. Yoki, iloji bo'lsa, DNI taklif qilgan kateterdan foydalaning.

Sportchi vakili aqli zaif sportchiga doping-nazorat taomilining boshidan oxirigacha, jumladan, hojatxonada ham hamrohlik qilishi mumkin. Biroq bevosita peshob topshirish jarayonida vakil qatnasha olmaydi.



## **2- ILOVA. NAMUNANI TAHLIL QILISH TAOMILI**

Laboratoriylar namunalarni sportchilar ism-shariflari emas, faqat raqamlar bo'yicha tahlil qiladilar.

Sportchining A namunasini tahlil qilayotgan laboratoriya natijalarni bir vaqtning o'zida UDQKAga va tegishli dopingga qarshi tashkilotga xabar qiladi.

### **TAHLILNING NOXUSH NATIJASI**

Agar A namunani o'rganish natijalari ijobiy natija bergenligi xabar qilinsa – KODEKS tilida bu: “Tahlilning noxush natijasi” deyiladi – natijani boshqarishga javob beriuvcchi tashkilot dastlabki tekshiruvni amalga oshiradi.

*Bu tekshiruv 2 qismdan iborat bo'ladi:*

- 1. Sizning namunangizda aniqlangan taqiqlangan substansiyadan terapevtik foydalanish uchun ruxsat olganmidingiz?*
- 2. Doping-nazorat taomili va namunaning tahlili belgilangan taomillarga muvofiq amalga oshirilganmi?*

Sizni namunangiz tekshirilgani natijalari va Sizning V namunasining tahliliga oid huquqlaringiz haqida yozma ravishda xabardor qiladilar.

Agar Siz V namunasi tahlilini o'tkazishni so'raydigan bo'lsangiz yoki dopingga qarshi kurash tashkiloti V namunasi tahlilini o'tkazishga qaror qilsa, Siz bunda qatnashishingiz yoki o'z vakilingizni yuborishingiz mumkin.

Shu bilan birga, agar A namuna tahlilida maxsus substansiyalarga taalluqli bo'limgan taqiqlangan substansiya yoki taqiqlangan uslub mavjudligi bo'yicha noxush natija aniqlangan bo'lsa, vaqtinchalik chetlatish belgilanishi lozim bo'ladi. Shu vaqtning o'zida, KODEKS Sizga, agar Siz chetlatish belgilanishi sababli shunday huquqdan foydalanishga qaror qilsangiz, tinglov o'tkazilishi huquqidan foydalanish imkonini taqdim qiladi. Bu imkoniyatlar muayyan vaziyatlarda muddatlarga bog'liq bo'ladi.

Agar V namuna A namuna tahlili natijalarini tasdiqlamasa, boshqa hech qanday harakatlar qo'llanilmaydi va har qanday vaqtinchalik chetlatish bekor qilinadi.

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 Uzbek 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