

- 1 ▶ **Sual:** Mən udduğum, iynə ilə vurduğum və ya bədənimə daxil etdiyim hər bir maddəyə görə birbaşa məsuliyyəti özüm daşıyram.  
**Cavab:** Düzdür  
**İzahat:** *Bütün idmançılar sual verməkdə aktiv olmalıdırlar ki, öz idman karyeralarına zərər vurmasınlar. Sualınız varsa - SORUŞUN! Əgər maddənin tərkibi barəsində 100% əmin deyilsinizsə və ya maddənin qadağan edilib, edilmədiyini bilmirsinizsə - ONU QƏBUL ETMƏYİN!*
- 
- 2 ▶ **Sual:** Yalnız Olimpiya Oyunlarında, Paralimpiya Oyunlarında və Dünya Çempionatlarında yarışan idmançılar dopinq nəzarəti prosesindən keçirlər.  
**Cavab:** Səhvdir  
**İzahat:** *Bir çox ölkə və beynəlxalq federasiyaların antidopinq proqramları var. Bu o deməkdir ki, siz həm yarışma müddətində və ya yarışmadan kənar müddətdə öz evinizdə yaxud məşq məkanınızda dopinq nəzarəti prosesindən keçirilə bilərsiniz.*
- 
- 3 ▶ **Sual:** ÜADA-nin açıqlaması: Ümumdünya Antidopinq Administrasiyası, Ümumdünya Antidopinq Agentliyi?  
**Cavab:** Ümumdünya Antidopinq Agentliyi  
**İzahat:** *Ümumdünya Antidopinq Agentliyinin missiyası idmanda bütün formalarda dopinqə qarşı mübarizəni beynəlxalq səviyyədə təşviq etmək, əlaqələndirmək və müşahidə etməkdir.*
- 
- 4 ▶ **Sual:** Əgər dərmanı öz ölkəmdə istifadə etmək təhlükəsizdirsə, deməli mən xaricdə alınmış eyni markalı dərmanı təhlükəsiz istifadə edə bilərəm.  
**Cavab:** Səhvdir  
**İzahat:** *Bəzi dərmanlar müxtəlif ölkələrdə alınanda onların tərkibində bir qədər fərqli maddələr ola bilər. Bəzi hallarda, bu maddələr qadağan edilmiş ola bilər. Siz dərmanın tərkibini diqqətlə yoxlamalı və, əmin deyilsinizsə, həkiminizə məsləhət üçün müraciət etməlisiniz.*
- 
- 5 ▶ **Sual:** İdmançı il ərzində ən çox neçə dəfə dopinq nəzarəti prosesindən keçirilə bilər?  
**Cavab:** Məhdudiyətsiz  
**İzahat:** *İdmançılar hər il ərzində yarışma müddətində, yarışmadan kənar müddətdə, təsadüfi və hədəfli seçimlər daxil olmaqla dopinq nəzarəti prosesindən keçirilmələrinə məhdudiyət yoxdur.*
- 
- 6 ▶ **Sual:** İdmanda qadağan edilmiş maddələr və üsulların aşkarlanması üçün yığılan sidik nümunəsi zəruri avadanlığa malik olan HƏR BİR laboratoriya tərəfindən həyata keçirilə bilər?  
**Cavab:** Səhvdir  
**İzahat:** *İdmanda qadağan edilmiş maddələr və üsulların aşkarlanması üçün yığılan sidik nümunəsi yalnız ÜADA-nin yüksək standartlarına cavab verən və akkreditə edilmiş laboratoriyaları tərəfindən keçirilə bilər.*
- 
- 7 ▶ **Sual:** Qida əlavəsi aptekdən (reseptsiz) alınbsa, deməli ona, şübhəsiz, idmanda icazə verilib.  
**Cavab:** Səhvdir  
**İzahat:** *Qida əlavələrinin və/və ya hər hansı maddələrin qəbuluna görə siz şəxsən məsuliyyət daşıyırsınız. Qida əlavələrinin əksəriyyətinin tərkibində qadağan edilmiş maddələr var. Qida əlavələri sənayesi çox ölkələrdə tənzimlənmədiyindən, məhsulun tərkibində nəyin olmasına əmin olmağınız çox əhəmiyyətlidir. MƏSLƏHƏT: Əgər nə isə həqiqət olmaq üçün həddindən artıq yaxşı səslənsə - deməli, o, ehtimal ki, qadağandır! Qida əlavələrinin istifadəsinə alternativ kimi qida proqramınızı uyğunlaşdırma bilərsiniz.*
- 
- 8 ▶ **Sual:** Xəstələyəndə, mənə sağalmaq üçün HƏR HANSI dərmanı qəbul etməyə icazə verilir?  
**Cavab:** Səhvdir  
**İzahat:** *Əgər siz soyuqdəymə, qrip və ya allergik rinitdən əziyyət çəkirsinizsə, birinci tərkibində qadağan edilmiş maddənin olub-olmamasını yoxlamadan heç bir dərman yaxud maddə qəbul ETMƏYİN. Bu həm reseptsiz maddələrə, həm də həkiminiz tərəfindən təyin edilmiş dərmanlara da aiddir. Unutmayın ki, bu müsbət dopinq testi ilə nəticələnə bilər.*
-

- 9 ► **Sual:** Doping testi müsbət nəticə vermiş idmançıya qadağan edilmiş maddələri qəbul etməyə kömək etmiş yaxud şövləndirmiş məşqçi və ya həkimə qarşı sanksiyar tətbiq oluna bilər?  
**Cavab:** Düzdür  
**İzahat:** *İdmançıları qadağan edilmiş maddələri və ya üsulları istifadə etməyə həvəsləndirmək və ya onlara bu işdə kömək ciddi antidoping qayda pozuntusu hesab edilir və Ümumdünya Antidoping Məsəlləsinə görə sanksiya ilə cəzalandırılır.*
- 
- 10 ► **Sual:** Doping Nəzarəti İnspektorları gəlişlərindən bir neçə saat əvvəl idmançıları doping testindən keçirilmələri barədə xəbərdar etməlidirlər?  
**Cavab:** Səhvdir  
**İzahat:** *Doping testi öncədən bildiriş olmadan keçirilir. Bu o deməkdir ki, Doping Nəzarəti İnspektorları (DNI) doping nəzarəti prosesini istənilən zaman və istənilən yerdə keçirə bilərlər. Buna baxmayaraq, DNI-dan idmançılara lazımsız narahatçılıq yaratmamaq üçün öz səlahiyyətlərini məsuliyyətli istifadə edəcəkləri gözlənilir.*
- 
- 11 ► **Sual:** Nümunə toplandıqdan, bağlandıqdan və sənədləşmə başa çatdıqdan sonra nümunəni açmaq, tərkibini dəyişdirmək və ya digər müdaxilə cəhdləri açıq-aşkar görsənəcək.  
**Cavab:** Düzdür  
**İzahat:** *İdmançı əmin olmalıdır ki, onun nümunəsinə müdaxilə edilməyəcək. Əlavə olaraq, laboratoriya analizdən əvvəl nümunənin toxunulmazlığına dair hər hansı şübhələrini qeyd edəcək.*
- 
- 12 ► **Sual:** Əgər idmançı həddindən artıq məşğuldursa, o, doping nəzarəti prosesindən imtina edə bilər?  
**Cavab:** Səhvdir  
**İzahat:** *Doping nəzarəti prosesindən imtina müsbət doping testə bərabər sanksiyaya səbəb olur. İdmançı bildirişdən sonra doping nəzarəti prosesindən imtina edərsə, o, müvafiq formada imtinası üçün izah təqdim etməli və mümkün qədər tez bu barədə öz səlahiyyətli qurumuna məlumat verməlidir.*
- 
- 13 ► **Sual:** Xahiş etsəm, mənim məşqçim məni Doping Nəzarəti Məntəqəsinə müşayiət edə bilər?  
**Cavab:** Düzdür  
**İzahat:** *Hər bir idmançının Doping Nəzarəti Məntəqəsinə öz nümayəndəsi ilə getmək hüququ var.*
- 
- 14 ► **Sual:** Seçdiyim nümunə toplanma avadanlığına müdaxilə edildiyini və ya çirkləndiyini düşünsəm belə ondan istifadə etməyə məcburam.  
**Cavab:** Səhvdir  
**İzahat:** *Sizə seçim üçün bağlı nümunə toplanma avadanlıqları verilməlidir. Əgər siz birinci seçdiyiniz nümunə toplanma avadanlığının qablaşdırılmasına şübhəniz varsa, onun əvəz edilməsini xahiş edə bilərsiniz və sizin xahiş yerinə yetirilə bilər.*
- 
- 15 ► **Sual:** Mən həkimimə deməliyəm ki, mən idmançı kimi doping nəzarəti prosesindən keçirilə bilərəm və qadağan edilmiş maddələr qəbul etməməliyəm.  
**Cavab:** Düzdür  
**İzahat:** *Vacibdir ki, sizin həkiminizin qadağan edilmiş siyahıdakı dərmanlara alternativ dərmanlar təyin etsin. Əgər bu mümkün deyilsə, siz dərmanı istifadə etməzdən əvvəl öz Beynəlxalq Federasiya və ya Milli Antidoping Təşkilatınız vasitəsi ilə Terapevtik İstifadəyə İcazə Komitəsinə (TİİK) müraciət etməlisiniz. Təcili hallar üçün müvafiq prosedurlar mövcuddur və həkiminiz bu barədə məlumatlı olmalıdır.*
- 
- 16 ► **Sual:** Əgər siz tələb olunan miqdarda sidik nümunəsini təmin edə bilmərsəniz, sizdən sidik nümunəsinə əlavə olaraq qan nəzarəti prosesindən keçmək xahiş olunacaq.  
**Cavab:** Səhvdir  
**İzahat:** *Əgər siz tələb olunan miqdarda sidik nümunəsini təmin edə bilmərsəniz, sizin natamam sidik nümunəniz qablaşdırılacaq və qeydə alınacaq. Sonra siz tələb olunan miqdarda əlavə nümunələri təmin etməlisiniz.*
-

- 17 ▶ **Sual:** Etibar etdiyiniz şəxsdən dərman qəbul etmək problem deyil, hətta dərmanın tərkibini bilmədiyiniz hallarda belə.  
**Cavab:** Səhvdir  
**İzahat:** *İdmançılar həmişə bilməlidirlər ki, bədənlərinə nə daxil edirlər. Tərkibini bilmədən dərman qəbul etmək müsbət doping testi ilə nəticələnə bilər və, həmçinin, sağlamlığınız üçün təhlükəli ola bilər.*
- 
- 18 ▶ **Sual:** Əgər Doping Nəzarəti inspektoru yarışma müddətindən kənar vaxtda doping testi keçirmək üçün evinizə gəlsə, siz hər hansı bir iş üçün otaqdan tək çıxə bilərsiniz?  
**Cavab:** Səhvdir  
**İzahat:** *Əgər sizə otağı tərk etmək tələb olunursa, Doping Nəzarəti inspektordan sizinlə gəlməyi xahiş edin. Doping Nəzarəti Prosesi bitənədək Doping Nəzarəti inspektorunun müşayiəti altında nümunənizin toxunulmazlığını mühafizə etməyiniz vacibdir.*
- 
- 19 ▶ **Sual:** Əgər mən artıq bu həftə yarışmadan kənar müddətdə doping nəzarəti prosesindən keçirilmişəmsə, deməli növbəti doping testinə qədər bir neçə həftə keçəcəm.  
**Cavab:** Səhvdir  
**İzahat:** *Növbəti testinizə qədər bir neçə həftə və ya bir neçə gün, hətta bir neçə saat qala bilər. Qısa zaman ərzində birdən artıq test keçirmənin üstünlükləri var, çünki qeyri-dürüst idmançılar öz fərqlərini davam etmək üçün "təhlükəsiz" hiss etmələrinin qarşısını alır.*
- 
- 20 ▶ **Sual:** Əgər Doping Nəzarəti inspektoru (DNİ) heç bir şəxsiyyəti təsdiq edən sənəd təqdim etmirsə, mən doping testindən keçməkdən imtina edə bilərəm.  
**Cavab:** Düzdür  
**İzahat:** *DNİ test keçirmək üçün səlahiyyətə malik olduğunu və səlahiyyətli nümunə toplanma qurumuna məxsus olduğunu nümayiş edə bilməlidir. Əgər o, bunu edə bilmirsə, bunu müvafiq formada izah edin, imzalayın, öz surətini saxlayın və dərhal öz Federasiyanızla əlaqə saxlayın.*
- 
- 21 ▶ **Sual:** Laboratoriyada mənim nümunəmi qəbul edən şəxs mənim kim olduğumu bilir.  
**Cavab:** Səhvdir  
**İzahat:** *Nümunənizi laboratoriyaya müşayiət edən sənədlər sizin şəxsiyyətinizi açıqlamır. Laboratoriya yalnız idman/tədbir/cins/Federasiya və testin tarixinə dair məlumat alır.*
- 
- 22 ▶ **Sual:** "Til" proqramı idmançılara qadağan edilmiş maddənin istifadəsi ilə ciddi xəstəliyin müalicəsinə icazə üçün müraciət etmək imkanı verir. Til belə açıqlanır:  
**Cavab:** Terapevtik istifadə üçün İstisna  
**İzahat:** *Beynəlxalq səviyyəli idmançılar Terapevtik İstifadə üçün İstisna müraciətlərini öz Beynəlxalq Federasiyalarına və milli səviyyəli idmançılar isə öz formalarını öz Milli Antidoping Agentliklərinə təqdim etməlidirlər. Til-lər konkret dövr üçün müəyyən doza ilə konkret dərmana verilir.*
- 
- 23 ▶ **Sual:** Qadağan edilmiş Siyahı yarışma müddətində və yarışmadan kənar müddətdə qadağan edilmiş maddə və üsulları müəyyənləşdirir.  
**Cavab:** Düzdür  
**İzahat:** *Qadağan edilmiş Siyahı beynəlxalq ekspertlər komissiyası tərəfindən hər il icmal edilir və yenilənmiş versiya hər ilin yanvarın 1-də qüvvəyə minir. Bütün idmançılar əmin olmalıdırlar ki, onlar ÜADA-nın veb-saytında - [www.wada-ama.org](http://www.wada-ama.org) ünvanında yerləşən Siyahıya dair ən yeni məlumatdan əlahdirlər.*
- 
- 24 ▶ **Sual:** Əgər mən hətta zədə almışamsa və yarışmada iştirak etməmişəm, mən yenə də öz məkan məlumatımla müvafiq idman qurumlarını təmin etməliyəm ki, onlar lazım olanda doping testi keçirmək üçün məni tapa bilsinlər.  
**Cavab:** Düzdür  
**İzahat:** *İdmançı kimi, siz hətta zədə yaxud xəstəlik nəticəsində yarışmada iştirak etmədiyiniz hallarda belə öz məkan məlumatınızı təmin etməlisiniz ki, antidoping təşkilatı sizi istənilən zaman və istənilən yerdə tapa bilsin.*
-

- 25 ▶ **Sual:** Mən yarışmada iştirak etməsəm belə, dopinq nəzarəti testindən keçirilə bilərəm.  
**Cavab:** Düzdür  
**İzahat:** Əgər siz komandanın üzvü təyin edilmisinizsə, faktik olaraq yarışıb-yarışmadığınızdan asılı olmayaraq, dopinq nəzarəti testi üçün seçilə bilərsiniz.
- 
- 26 ▶ **Sual:** Əgər sizin dopinq testiniz qadağan edilmiş maddə üçün müsbət nəticə göstərsə, sizin hüququnuz var:  
**Cavab:** Yuxarıdakıların hamısı  
**İzahat:** Ümumdünya Antidoping Məcəlləsi idmançıların hüquqlarına hörmət edilməsi məqsədini qoyur.
- 
- 27 ▶ **Sual:** Qadağan edilmiş Siyahı nə qədər tez-tez yenilənir?  
**Cavab:** İldə bir dəfə, ən azı  
**İzahat:** Qadağan edilmiş Siyahı beynəlxalq ekspertlər komissiyası tərəfindən hər il icmal edilir və yenilənmiş versiya hər il yanvar ayının 1-də qüvvəyə minir. Bütün idmançılar əmin olmalıdırlar ki, onlar ÜADA-nın veb-saytında - [www.wada-ama.org](http://www.wada-ama.org) ünvanında yerləşən Siyahıya dair ən yeni məlumatdan agahdırlar.
- 
- 28 ▶ **Sual:** Mən dopinq nəzarəti prosesinə bildiriş alan kimi, Dopinq Nəzarəti Məntəqəsinə dərhal gəlməliyəm?  
**Cavab:** Bəli  
**İzahat:** Dopinq Nəzarəti İnspektoru (DNI) və ya Müşayiətçi tərəfindən dopinq nəzarəti prosesi üçün seçildiyiniz barədə bildiriş alanda, gecikmə üçün əsaslı səbəbiniz yoxdursa, siz dərhal Dopinq Nəzarəti Məntəqəsinə gəlməlisiniz. Hətta gecikmə üçün əsaslı səbəbin olduğu halda, siz nümunə toplanana qədər DNI və/və ya Müşayiətçinin birbaşa müşahidəsi altında QALMALISINIZ.
- 
- 29 ▶ **Sual:** Mən öz idmanımın diskvalifikasiya olunmuşamsa, başqa idmanda yarışa bilərəm.  
**Cavab:** Səhvdir  
**İzahat:** Əgər siz Antidoping Qayda Pozuntusu (AQP) törətdiyinizə görə cəzalandırılmışınızsa, siz diskvalifikasiya dövründə idmanın heç bir səviyyəsində yarışma və ya tədbirlərdə iştirak edə bilməzsiniz.
- 
- 30 ▶ **Sual:** Əgər öz ölkəmdəki dopinq testi müsbətdirsə, mən digər ölkədə yarışa bilərəm.  
**Cavab:** Səhvdir  
**İzahat:** Əgər siz öz ölkənizdə Antidoping Qayda Pozuntusu (AQP) törətmisinizsə, sizin AQP cəzanız Ümumdünya Antidoping Məcəlləsinin bütün imzalayan tərəfləri tərəfindən tanınacaqdır. Beləliklə, siz diskvalifikasiya dövründə digər ölkə üçün yarışa bilməzsiniz.
- 
- 31 ▶ **Sual:** Əgər mən qadağan edilmiş maddə ilə qarışmış qida əlavəsi qəbul etsəm, Antidoping Qayda Pozuntusu (AQP) törətmiş hesab edilərəm?  
**Cavab:** Bəli  
**İzahat:** Mütləq məsuliyyət prinsipinə uyğun olaraq, idmançılar bədənlərində aşkar edilmiş hər hansı maddəyə görə, onun ora necə daxil olmasından asılı olmayaraq, birbaşa məsuliyyət daşıyırlar. Potensial Antidoping Qayda Pozuntusu (AQP) sizin qadağan edilmiş maddəni bilərəkdən və ya bilməyərəkdən istifadə etdiyinizdən və ya sizin ehtiyat tədbirləri səviyyənizdən asılı olmayaraq baş verir. Qəbul etdiyiniz hər hansı maddə, qida (xüsusilə, bəzi ölkələrdəki ət) və ya qida əlavələrinə diqqət yetirin.
- 
- 32 ▶ **Sual:** Sizə tibbi zərurət üçün qadağan edilmiş maddə istifadə etməyə imkan verən Terapevtik İstifadə üçün İstisnanın təsdiq yaxud rədd edilməsini kim müəyyən edir?  
**Cavab:** Tibb ekspertlərinin komitəsi  
**İzahat:** Siz, Tİİ üçün müvafiq Antidoping Təşkilatınıza (Beynəlxalq Federasiyanıza və ya Milli Antidoping Təşkilatınıza və/və ya Böyük Tədbir Təşkilatçısına, müvafiq olaraq) müraciət edəndən sonra, o, sizin müraciətiniz müvafiq qaydada baxılma üçün Terapevtik İstifadəyə İcazə Komitəsi (TİİK) adlanan müstəqil həkimlər komitəsinə ötürəcək. Beynəlxalq Federasiyalar, Milli Antidoping Təşkilatları və Milli Olimpiya Komitələri öz TİİK-ləri vasitəsilə sizin müraciətinizin təsdiq edilməsi və ya rədd edilməsinə görə məsuliyyət daşıyırlar.
-

- 33 ▶ Sual:** Əgər mən öz idmanıma hörmət etmək və ən yaxşı idmançı olmaq istəyirəmsə, mən:  
**Cavab:** Yuxarıdakıların heç biri  
**İzahat:** Ağır zəhmət, ithaf və məğlubçılıqlardan öyrənmək bacarığı idmanda ən yaxşı idmançı olmaq üçün zəruridir. Lakin, öz sağlamlığınızı, rəqiblərinizə və ya qaydalara hörmət etmədən nəyin bahasına olursa-olsun qələbə çalmaq istəyi idman ruhuna ziddir.
- 
- 34 ▶ Sual:** Doping istifadə edən idmançılar hər bir idmançının təmiz idmanda yarışmaq hüququnu pozurlar.  
**Cavab:** Düzdür  
**İzahat:** Fırıldağ törədən idmançılar özlərini oyundan kənara çıxarırlar, idman ruhunda yarışmaya son qoyurlar və artıq ədalətli yarışma alınmır. Həmçinin, antidoping qayda pozuntusu yarışma qaydalarının pozuntusu deməkdir, hansılarını ki, bütün idmançılar iştirak və ədalətli yarışma üçün şərt kimi qəbul edirlər.
- 
- 35 ▶ Sual:** Kimin qan nümunəsi toplanmasını həyata keçirmək hüququ var?  
**Cavab:** İxtisaslı Qan Toplama İnspektoru (QTİ)  
**İzahat:** Qan Toplama İnspektoru (QTİ) idmançıdan qan nümunəsi toplamaq üçün ixtisasa malik və Antidoping Təşkilatı tərəfindən müvafiq səlahiyyət verilmiş rəsmi şəxsdir.
- 
- 36 ▶ Sual:** Mən (qan və/və ya sidik) nümunəsi verəndən sonra, o nə qədər zaman saxlanıla və yenidən analiz edilə bilər?  
**Cavab:** 10 il  
**İzahat:** Bütün Nümunələr 10 ilə qədər zamanda saxlanıla və həmin dövr ərzində istənilən zaman yenidən analiz edilə bilər. Bu o deməkdir ki, əvvəllər aşkarlanmayan maddələr sonradan aşkar edilə bilər və idmançılar ilkin test tarixindən uzun müddət sonra sanksiyalara məruz edilə və onların nəticələri diskvalifikasiya edilə bilər.
- 
- 37 ▶ Sual:** İdmançının sankiyaya məruz qalması üçün yeganə yol müsbət doping testidir.  
**Cavab:** Səhvdir  
**İzahat:** İdmançının Nümunəsində qadağan edilmiş maddənin mövcudluğu 11 Antidoping Qayda Pozuntularının (AQP-larının) yalnız 1-dir. İdmançıya qarşı sanksiyalar həm də Nümunə Toplanmasında iştirakdan imtina yaxud iştirak etməmə, Qadağan edilmiş Maddəyə Sahiblik, Əlbirlik, Qadağan olunmuş Əməkdaşlıq kimi digər AQP-lar üçün tətbiq oluna bilər.
- 
- 38 ▶ Sual:** Mən Antidoping Qayda Pozuntusuna (AQP) görə diskvalifikasiya cəzasını çəkən məşqçi, həkim və digər belə dəstək heyəti ilə əməkdaşlığa görə sanksiyalara məruz qala bilərəm.  
**Cavab:** Düzdür  
**İzahat:** Qadağan edilmiş Əməkdaşlıq idmançıların sanksiyaya məruz qala biləcəkləri Antidoping Qaydası Pozuntularından biridir.
- 
- 39 ▶ Sual:** Əgər mən bilirəmsə ki, qida əlavəsi keyfiyyət təminatı prosesindən keçmişdir, mən zəmanət verə bilərəm ki, onun tərkibində qadağan edilmiş siyahıdan olan maddə yoxdur.  
**Cavab:** Səhvdir  
**İzahat:** Qida əlavələrinin qadağan edilmiş maddələrdən azad olmasına zəmanət vermək mümkün deyil, çünki bu sənaye sahəsi tənzimlənmişdir. Heç bir təşkilat heç bir dietik qida əlavələrinin və ya onun tərkibinin təhlükəsizliyini təmin edə bilməz. Təbii, xalis tarazlı dieta ilə qidalanma idman məhsuldarlığını artırmağın ən yaxşı yoludur.
-