

- 1 ▶ **မေးခွန်း:** အားကစားသမားအနေဖြင့် မိမိသောက်သုံးသောဆေး ခန့်ဓာတ်ပြုအားတိုးဆေးနှင့် ခန့်ဓာတ်ပြုအား လိမ်းသောဆေးတို့နှင့်စပ်လျဉ်း၍ အခြေအားဖြင့် တာဝန်ယူရပါမည်။  
**အဖြေ:** မှန်ပါသည်။  
**ရှင်းပခြင်း:** အားကစားသမားများသည် မေးခွန်းများနှင့်ပတ်သက်၍ ကိစ္စတစ်ခုခုဖြစ်ပေါ်လာမှ မေးမိန့်ခြင်းထက် မဖော်ခင်ကျိတ်ခင်၍ မေးမိန့်ထားခြင်းဖြင့် ၎င်းတို့၏အားကစားဖြင့် အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းမျက်စိထိခိုက်စေမည်မဟုတ်ပါ။ သိလိုသောမေးခွန်းများရှိလျှင် မေးမိန့်ပါ။ သုံးစွဲသောပစ္စည်းသည် ၁၀၀% ရာခိုင်နှုန်း သေချာမှုမရှိလျှင် (သို့မဟုတ်) သုံးစွဲသောအရာ၏အခြေအနေကို မသိလျှင် မသုံးစွဲပါနှင့်။

---

- 2 ▶ **မေးခွန်း:** အိုလံပစ်အားကစားပိတ်ပွဲ၊ မသန်စွမ်းအားကစားပိတ်ပွဲများ၊ ကမ္ဘာ့အဆင့် အားကစားပိတ်ပွဲများတွင် ယှဉ်ပြိုင်သော အားကစားသမားများကိုသာ တားမြစ်ဆေးထိန်းချုပ်မှုများပြုလုပ်ရမည်။  
**အဖြေ:** မှားပါသည်။  
**ရှင်းပခြင်း:** နိုင်ငံတော်တော်များများနှင့် နိုင်ငံတကာအားကစားအဖွဲ့ချုပ်များတွင် ဆေးဝါး ထိန်းချုပ်ရေးအစီအစဉ်များရှိသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ - သင်သည် နိုင်ငံကိုယ်စားပြုအားကစားသမားတစ်ယောက် ဖြစ်ခဲ့လျှင် ပြိုင်ပွဲဝင်နေစဉ် (သို့မဟုတ်) ပြိုင်ပွဲပြင်ပဖြစ်သည့် သင်၏အိမ် (သို့မဟုတ်) လေ့ကျင့်ရာနေရာများတွင်ပါ စစ်ဆေးမှုများပြုလုပ်ပါမည်။

---

- 3 ▶ **မေးခွန်း:** ကမ္ဘာ့တားမြစ်ဆေးဝါးထိန်းချုပ်ရေးအဖွဲ့ချုပ်သည် မည်သည့်အတွက်သာ ရပ်တည်ဆောင်ရွက်သနည်း။  
**အဖြေ:** ကမ္ဘာ့တားမြစ်ဆေးဝါးဆန့်ကျင်ခြင်း ကိုယ်စားလှယ်လုပ်ငန်း။  
**ရှင်းပခြင်း:** WADA ၏ အဓိကလုပ်ငန်းတာဝန်မှာ အားကစားပုံစံအမျိုးမျိုးတွင် နိုင်ငံတကာ အဆင့်ဖြင့် သတ်မှတ်၍ တားမြစ်ဆေးတိုက်ဖျက်မှုပုံစံအားလုံးကို အားပေးရန်၊ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရန်နှင့် စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးပေးရန် ဖြစ်သည်။

---

- 4 ▶ **မေးခွန်း:** ဆေးဝါး (၁) မျိုးကို ပြည်တွင်း၌အသုံးပြုရန်အဆင်ပြေလျှင် နိုင်ငံခြားမှ တူညီသည့်တံဆိပ် ဝယ်ယူပြီးယူကပြည်စိတ်ချစွာသုံးနိုင်သည်။  
**အဖြေ:** မှားပါသည်။  
**ရှင်းပခြင်း:** အချို့ဆေးဝါးများသည် ဝယ်ယူသည်တိုင်ပင်ပြင်မဟုတ်လျှင် ပါဝင်သော ပစ္စည်းများ အနည်းငယ်ကွဲပြားမှုရှိသည်။ ၎င်းပစ္စည်းများသည် တားမြစ်ဆေးသည်ပစ္စည်းများဖြစ်နိုင်သည်။ သေချာမှုမရှိလျှင် ပါဝင်ပစ္စည်းများကို သေချာစွာစစ်ဆေးရမည်အပြင် ဆရာဝန်၏ အကြံဉာဏ်များကိုလည်း ယူရမည်ဖြစ်သည်။

---

- 5 ▶ **မေးခွန်း:** အားကစားသမားတစ်ဦးသည် တစ်နှစ်လျှင် အများဆုံးအက်မြီမည်မျှစစ်ဆေးခံရနိုင်သနည်း။  
 a. (၂) ကြိမ်  
 b. (၅) ကြိမ်  
 c. (၂၀) ကြိမ်  
 d. အကန့်အသတ်မရှိ  
**အဖြေ:** d. အကန့်အသတ်မရှိ  
**ရှင်းပခြင်း:** အားကစားသမားတစ်ဦးသည် တစ်နှစ်လျှင် ပြိုင်ပွဲအတွင်းဖြစ်စေ၊ ပြိုင်ပွဲပြင်ပဖြစ်စေ၊ ကျန်းမာရေးချယ်ရှ် ဖြစ်စေ၊ မိမိအားပစ်မှတ်ထား၍ ဖြစ်စေ အကန့်အသတ်မရှိ စစ်ဆေးမှုများ ပြုလုပ်ခံရနိုင်ပါသည်။

---

- 6 ▶ **မေးခွန်း:** အားကစားတွင် တားမြစ်ဆေးသည်ပစ္စည်း (သို့မဟုတ်) နည်းလမ်းများကို စုံစမ်းစစ်ဆေးရန်အတွက် ဆီးစစ်ဆေးမှုပြုလုပ်ရာတွင် လိုအပ်သည့်ပစ္စည်းရှိသည်။ မည်သည့်ဓါတ်ခွဲခန်းတွင်မဆို စစ်ဆေးနိုင်သလား။  
**အဖြေ:** မှားပါသည်။  
**ရှင်းပခြင်း:** WADA မှ တရားဝင်ခွင့်ပြုထားပြီး IOC Accredited Lab မှ နှစ်စဉ်ထုတ်ပို့ဖြန့် ထားသော WADA ၏ အဆင့်မြင့်သတ်မှတ်ချက်နှင့်ကိုက်ညီသည့် ဓါတ်ခွဲခန်းတွင်သာ ဆီးစစ်ဆေးမှုများကို ပြုလုပ် ရမည်။

---

- 7 ▶ **မေးခွန်း:** အကယ်၍ ဆေးဆိုင်မှယူဆောင်ဝယ်ယူလာသည့် အာဟာရဆိုင်ရာဖြည့်စွက်ပစ္စည်းများသည် အားကစားတွင် အသုံးပြုခြင်းပေးရန် လုံးလုံးလျားလျား သတ်မှတ်ထားမှုရှိပါသည်။  
**အဖြေ:** မှားပါသည်။  
**ရှင်းပခြင်း:** ဖြည့်စွက်စာများ (သို့မဟုတ်) အခြားအရာများသုံးစွဲခြင်းသည် မိမိကိုယ်တိုင်စွန့်စား၍ အသုံးပြုခြင်းဖြစ်သည်။ ဖြည့်စွက်စာများတို့တွင်လည်း တားမြစ်ဆေးသောအရာများ ပါဝင်နိုင်ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့် ဆိုသော် နိုင်ငံအများစုရှိ ဖြည့်စွက်ပစ္စည်းထုတ်လုပ်သော စက်ရုံများကို စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းဖြင့် တစ်ပြိုင်ညီ ထိန်းချုပ်ထားမှု မရှိသောကြောင့် သင်ကိုယ်တိုင်က ထိုထုတ်ကုန်၏ ပါဝင်ပစ္စည်းများသည် အပြည့်အဝ စိတ်ချရမှုမရှိမရှိကို သိရှိရန်လည်း အရေးကြီးပါသည်။

- 8 ▶ **မေးခွန်း:** မသန်စွမ်းအားကစားသမားများသည် ၎င်းတို့လီအပ်သည် မည်သည့်ဆေးဝါးကိုမဆို အသုံးပြုနိုင်သည်။

**အဖြေ:** မှားပါသည်။

**ရင်းပချက်:** မသန်စွမ်းအားကစားသမားများအတွက် ထုတ်ပြန်ထားသော တားမြစ်ဆေးဝါး စာရင်းများ မှာလည်း အတူတူပင်ဖြစ်သည်။ သို့သော်လည်း ၎င်းတို့၏ မသန်စွမ်းမှုသဘာဝကြောင့် ဆေးကျသမျှ လီအပ်လာပါက အပြည့်ပြည့်ဆိုင်ရာမသန်စွမ်းသူများအတွက် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာစွမ်းစစ်ဆေးရေးကော်မတီအဖွဲ့ (သို့မဟုတ်) ၎င်းတို့၏ အမျိုးသားတားမြစ်ဆေးဝါးထိန်းချုပ်ရေးအဖွဲ့သို့ တင်ပြပြီး ဆေးဝါးကျသရန်အတွက် ဆေးဝါးသုံးစွဲမှု လွတ်ငြိမ်းခွင့် TUE အား လျှောက်ထားနိုင်သည်။ ယင်းလျှောက်ထားမှုအတွက် အလျဉ်းအားဖြင့် ခွင့်ပြုမိန့်ရရှိနိုင်မည်မဟုတ်ပါ။ TUE – Therapeutic Use Exemption

---

- 9 ▶ **မေးခွန်း:** အကယ်၍ ကျွန်ုပ်တို့ဖျားနေပါက ကျန်းမာလာစေရန် မည်သည့်ဆေးဝါးကိုမဆို သောက်သုံးခွင့်ပေးခံရ နိုင်ပါသည်။

**အဖြေ:** မှန်ပါသည်။

**ရင်းပချက်:** အကယ်၍ သင့်သည် အအေးမိခြင်း၊ တုပ်ကွေးနှင့် ဖုန်မှုန့်အမျှအမျှများကကြောင့် ဖြစ်သော အဖျားတစ်ခုခုရှိပါက ပထမဆုံးအနေဖြင့် တားမြစ်ထားသော အရာများ ပြင်ဆင်မှုမရှိမီ မသိရဘဲ မစစ်ဆေးရသေးမီ မည်သည့်ဆေးဝါး (သို့မဟုတ်) အရာကိုမျှ မသောက်သုံးသင့်ပါ။ ဆေးကောင်တစ်ခုခုပေါ်မဖြစ်စေ၊ သင့်၏ဆရာဝန်ထံမှ ဖြစ်စေ ပေးထားသော ဆေးဝါး (သို့မဟုတ်) အရာပါပင်ပါ။ တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးမှုတွင် တားမြစ်ဆေးတွေ့ရှိမှုသည် မပြောင်းလဲဘဲ တားမြစ်ဆေးသုံးစွဲသည်ဟုသာ အဖြေထွက်ရမည်ဖြစ်သည်။

---

- 10 ▶ **မေးခွန်း:** တားမြစ်ဆေးဝါးထိန်းချုပ်ရေးအရာရှိသည် အားကစားသမားများ မရောက်ရီမီ အချိန်အနည်းငယ်အတွင်း စစ်ဆေးတော့မည်ဖြစ်ကြောင်း စစ်ဆေးခံရမည့် အားကစားသမားများအား ကြိုတင်အသိပေးထားခွင့်ရှိသည်။

**အဖြေ:** မှားပါသည်။

**ရင်းပချက်:** မည်သည့်အခြေအနေတွင်မဆို စစ်ဆေးခင်းခံရမည့်ကိစ္စကို ကြိုတင်အသိပေးခွင့်မရှိပေ။ တားမြစ်ဆေးဝါးထိန်းချုပ်ရေးအရာရှိသည် မည်သည့်နေရာ၊ မည်သည့်အချိန်တွင်မဆို စစ်ဆေးမှုကို ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။ သို့သော် တားမြစ်ဆေးဝါးထိန်းချုပ်ရေးအရာရှိသည် စစ်ဆေးခံရမည့် ကစားသမားအား မလိုလားအပ်သော အဆင်မပြေမှုများ မဖြစ်ပွားစေရန် ၎င်းတို့၏ ကိုယ်ပိုင်ဆုံးဖြတ်ချက်ဖြင့် ဆောင်ရွက်မည်ဖြစ်သည်။

---

- 11 ▶ **မေးခွန်း:** နမူနာပစ္စည်းအား ရယူစုဆောင်းချိတ်ပိတ်ခြင်း၊ ဖြည့်စွက်ရမည့်အချက်အလက်များ ပြီးစီးသွားပါက ခွင့်ပြုမိန့်မရှိဘဲ ဖွင့်ခြင်း၊ မသန်ရင်း အောင်ပြုလုပ်ခြင်းနှင့် ပျက်စီးအောင်ပြုလုပ်ထားခြင်းများသည် သိသာမငြိသာမှုရှိပါသည်။

**အဖြေ:** မှန်ပါသည်။

**ရင်းပချက်:** အားကစားသမားက ၎င်း၏နမူနာပစ္စည်းအပေါ် မည်ကဲ့သို့သော မတရားမှုမျှ မရှိထားကြောင်း သံသယမရှိဘဲ ယုံကြည်စိတ်ချမှန်နေစေရန် လီအပ်သည်။ ထို့အပြင် ဓါတ်ခွဲခန်းကလည်း စမ်းသပ်စစ်ဆေးမှု မပြုလုပ်မီ ထိုနမူနာပစ္စည်း၏ အနေအထားနှင့်ပတ်သက်၍ သံသယရှိပါက ပြန်လည်သတင်းပေးပို့မည်ဖြစ်ပါသည်။

---

- 12 ▶ **မေးခွန်း:** အားကစားသမားတစ်ဦးသည် အလုပ်အကိုင်ရရှိရန် တားမြစ်ဆေးဝါးစစ်ဆေးမှုကိုတင်ပြရန် ငြင်းဆို နိုင်သည်။

**အဖြေ:** မှားပါသည်။

**ရင်းပချက်:** အားကစားသမားတစ်ဦးသည် စစ်ဆေးခံရန် အသိပေးခြင်းခံရပြီး စစ်ဆေးမှုခံယူရန် ငြင်းဆိုလျှင် ထိုသူသည် အသိပေးတားမြစ်မှု မှတ်တမ်းတွင် ငြင်းဆိုရသည် အကြောင်းအရင်းကို ဖြေရှင်းချက် ရေးရမည်ဖြစ်ပြီး ၎င်း၏အာဏာပိုင်အဖွဲ့အစည်းအား မြန်နှိုက်သမျှ မြန်မြန်အကြောင်းကင်းရမည်ဖြစ်ပါသည်။

---

- 13 ▶ **မေးခွန်း:** တောင်းဆိုမှုပြုလုပ်၍ အုပ်ချုပ်သူနည်းပဒေစာ မိမိနှင့်အတူ တားမြစ်ဆေးဝါးထိန်းချုပ်မှုဌာနသို့ အတူလိုက်ပါ စေနိုင်သည်။

**အဖြေ:** မှန်ပါသည်။

**ရင်းပချက်:** အားကစားသမားတိုင်းသည် တားမြစ်ဆေးဝါးထိန်းချုပ်ရေးဌာနသို့ သွားရောက်သောအခါ ၎င်းကစားသမားနှင့်အတူ ကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦး လိုက်ပါခွင့်ရှိသည်။

---

- 14 ▶ **မေးခွန်း:** မိမိရူးချယ်ထားသော စစ်ဆေးမှုနမူနာပစ္စည်းများကိုသာ အသုံးပြုမည်။ ၎င်းပစ္စည်းသည် ပျက်စီးနေသည်ဟုလည်းကောင်း၊ ညစ်ပတ်သည်ဟုလည်းကောင်း ရလျှင် သော်လည်းကောင်း အခြားနမူနာပစ္စည်းတစ်ခုကို တောင်းဆိုခွင့် မရှိပေ။

**အဖြေ:** မှားပါသည်။

**ရင်းပချက်:** ချိတ်ပိတ်ထားသော နမူနာပစ္စည်းများထဲမှ ရူးချယ်မှုပြုလုပ်နိုင်သည်။ အကယ်၍ မိမိရူးချယ်ထားသော မျှလစစ်ဆေးရန်ပစ္စည်းနှင့် ပတ်သက်၍ ကျနေပုံမျှမရှိလျှင် သင့်အနေဖြင့် အခြားတစ်ခုကို တောင်းဆိုမှု ပြုလုပ်သင့်သည်။ သင့်တောင်းဆိုမှုကိုလည်း ခွင့်ပြုမည်ဖြစ်သည်။

---

- 15 ▶ **မေးခွန်း:** မိမိသည် တားမြစ်ဆေးဝါးများကို အသုံးမပြုသင့်ကြောင်း တားမြစ်ဆေးဝါးစစ်ဆေးမှုခံယူရမည် ဖြစ်ကြောင်း မိမိ၏ဆရာဝန်အား ပြောပြထားရမည်။

**အဖြေ:** မှန်ပါသည်။

**ရင်းပချက်:** သင့်၏ဆရာဝန်သည် သင့်အား တိုက်ကျွေးထားသော ဆေးဝါးများသည် ကြောင့်ကြောင့် ထားသော တားမြစ်ဆေးဝါးစာရင်းတွင် မပါဝင်သော ဆေးဝါးများဖြစ်ရန် အရေးကြီးသည်။ အကယ်၍ ထိုသို့မဖြစ်နိုင်လျှင် သင့်ဆေးသောက်သုံးမှုမပြုနိုင် ပြည်တွင်းဆေးဝါးထိန်းချုပ်မှုအဖွဲ့အစည်း (သို့မဟုတ်) အပြည့်ပြည့်ဆိုင်ရာအဖွဲ့ချုပ်မှတစ်ဆင့် ဆေးဝါးကျသရန်အတွက် ဆေးကျသမျှလွတ်ငြိမ်းခွင့် တောင်းဆိုရန်လီအပ်သည်။ သင့်၏ဆရာဝန်အတွက် သတိထားဖြေရှင်းသင့်သော အရေးပေါ်ကိစ္စစရပ်များကို ကိုင်တွယ်ရန် လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများ ရှိပါသည်။

- 16 ▶ **မေးခွန်း:** အကယ်၍ သင်သည် လိုအပ်သောဆီးပမာဏကို မပေးနိုင်ခဲ့လျှင် သင်၏ ဆီးစစ်ဆေးမှုအပေါ် ထပ်ဆောင်း၍ သွေးစစ်ဆေးမှုပြုလုပ်ရန် တောင်းဆိုခံရနိုင်ပါသည်။  
**အဖြေ:** မှားပါသည်။  
**ရင်းပချက်:** သင်သည် လိုအပ်သော ဆီးပမာဏကို မပေးနိုင်ခဲ့လျှင် ရရှိသောပမာဏကိုသာ ချိတ်ပိတ်၍ မှတ်တမ်းတင်ထားပြီးနောက်ထပ်ဆီးနမူနာ ပေးရန် အသင့်ဖတ်သောအခါ လိုအပ်သော ပမာဏရရှိသည်အထိ ပေးရမည်ဖြစ်သည်။

---

- 17 ▶ **မေးခွန်း:** ဆေးကုသမှုခံယူသောအခါ ဆေးဝါးများထဲတွင် မည်သည့်ဆေးဝါးများ ပါဝင်နေသည်ကိုမသိလျှင် မိမိစိတ်ချယုံကြည်ရသောသူဖြစ်လျှင် ဆေးကုသမှုခံယူလျှင် အမိအဆင်ပြေနိုင်ပါသည်။  
**အဖြေ:** မှားပါသည်။  
**ရင်းပချက်:** ကစားသမားများသည် ၎င်းတို့အား မည်သည့်ဆေးဝါးမျိုးသုံး၍ ကျသပေးမည်ကို သိရမည်။ မိမိအားပေးလိုက်သည့်ဆေးသည် တားမြစ်ဆေးဝါးစာရင်းထဲတွင် ပါရှိနေသည်ကို မသိဘဲ သောက်သုံးမိသည် ဆိုပါက မိမိ၏ကျန်းမာရေးကိုထိခိုက်စေရုံသာမက တားမြစ်ဆေးဝါးစစ်ဆေးမှုတွင် တားမြစ်ဆေးသုံးစွဲခြင်း စမ်းသပ်တွဲရရှိမည်ဖြစ်ပါသည်။

---

- 18 ▶ **မေးခွန်း:** အကယ်၍ တားမြစ်ဆေးဝါးထိန်းချုပ်ရေးအရာရှိသည် သင်အိမ်ကိုလာပြီး ပါဠိပွဲပြင်ပစစ်ဆေးမှုပြုလုပ်ရန် လာရောက်ခဲ့ပါက သင်သည် ကော်ဖီဖွင့်ခွင့်ရရှိ အခန်းတွင် ၎င်းတစ်ယောက်တည်း ထားခိုနိုင်ပါသည်။  
**အဖြေ:** မှားပါသည်။  
**ရင်းပချက်:** စစ်ဆေးမှုမပြုခင်အထိ မိမိ၏စစ်ဆေးပစ္စည်းနမူနာ၏ မှန်ကန်စိတ်ချမှုရရှိရန်အတွက် တားမြစ်ဆေးထိန်းချုပ်ရေးအရာရှိ၏ မြင်ကွင်းအတွင်း အပြည့်အဝရရှိရန် လိုအပ်ပေသည်။ အကယ်၍ အပြင်ထွက်ရန်လိုအပ်မည်ဆိုလျှင် တားမြစ်ဆေးဝါးထိန်းချုပ်ရေးအရာရှိကို မိမိနှင့်အတူ မည်သူ့လိုက်ပါမလဲဆိုသည်ကို မေးမြန်းပါ။

---

- 19 ▶ **မေးခွန်း:** အကယ်၍ ကျွန်ုပ်သည် ပါဠိပွဲပြင်ပစစ်ဆေးခြင်းကို တစ်ပတ်တိတ် ခံယူခဲ့ပြီးပါက နောက်တစ်ကိုးရက် စစ်ဆေးမှု ခံယူရန် ရက်သတ္တပတ်အနည်းငယ် ကြိုမပြင်နိုင်ပါ။  
**အဖြေ:** မှားပါသည်။  
**ရင်းပချက်:** ပါဠိပွဲပြင်ပစစ်ဆေးခြင်းသည် နောက်တစ်ကိုးရက် ထပ်မံစစ်ဆေးမှုမခံယူမီ ရက်သတ္တပတ် အနည်းငယ် ဖြစ်ကောင်းဖြစ်နိုင်သလို ရက်အနည်းငယ် (သို့မဟုတ်) နာရီအနည်းငယ်သာ ကြိုမပြင်ကောင်းကြိုမပြင်နိုင်ပါ။ ထိုကဲ့သို့ အချိန်ကာလကွာခြားချက်အနည်းငယ်အတွင်းတွင် တစ်ကိုးရက်ထက်မက စစ်ဆေးမှုခံယူခြင်းက ဆက်လက် ဆေးဝါးသုံးစွဲပြီး လိမ္မော်လှည့်စား၍ ရရှိနိုင်သည်ဆိုသော အမြင်ကို ရပ်တန့်သွားစေသည်။

---

- 20 ▶ **မေးခွန်း:** အကယ်၍ တားမြစ်ဆေးဝါးစစ်ဆေးသည့် တာဝန်ခံဆရာဝန်သည် ကျွန်ုပ်အား စစ်ဆေးမှုခံယူရန် လိုအပ်သော အထောက်အထားမပံ့ပိုးနိုင်ပါက ကျွန်ုပ်သည် စစ်ဆေးမှုအား ငြင်းပယ်နိုင်ခွင့်ရှိပါသည်။  
**အဖြေ:** မှန်ပါသည်။  
**ရင်းပချက်:** တားမြစ်ဆေးဝါးစစ်ဆေးသည့် တာဝန်ခံဆရာဝန်သည် စစ်ဆေးမှုပြုလုပ်ရန် ခွင့်ပြုချက်ရရှိ ထားပြီး နမူနာပစ္စည်းထိန်းသိမ်းထားရန် အခွင့်အာဏာရရှိထားခြင်း သက်သေပေးနိုင်ရပါမည်။ ၎င်းတို့၏ သက်သေမပြုနိုင်လျှင် သတင်းပို့စာရွက်တွင် ဖော်ပြလက်မှတ်ရေးထိုး မိတ္တူတူကူး ထားပြီး မိမိ၏အဖွဲ့ချုပ်သို့ ချက်ချင်းသတင်းပို့ရမည် ဖြစ်ပါသည်။

---

- 21 ▶ **မေးခွန်း:** ဓာတ်ခွဲခန်းတွင် ကစားသမား၏နမူနာပစ္စည်း လက်ခံရယူသည့် ကစားသမားသည် မည်သူ့မည်ဝါ ဖြစ်ကြောင်း သိခွင့်ရှိသည်။  
**အဖြေ:** မှားပါသည်။  
**ရင်းပချက်:** ဓာတ်ခွဲခန်းသို့ ပေးပို့သော သင်၏နမူနာပစ္စည်းနှင့်အတူ ထားရှိသောအထောက်အထား စာရွက်စာတမ်းများတွင် သင်၏ကိုယ်ရေးအချက်အလက်များကို ဖော်ပြထားပါ။ ဓာတ်ခွဲခန်းမှ ရရှိသော အချက်အလက်များမှာ အားကစားအမည်၊ ပွဲစဉ်၊ ယောက်ျားကစားသမား (သို့မဟုတ်) မိန်းမကစားသမားနှင့် စစ်ဆေးမှုပြုသော ရက်စွဲတို့သာ ဖြစ်ပါသည်။

---

- 22 ▶ **မေးခွန်း:** TUE ပရိုဂရမ်သည် ကျန်းမာရေးအခြေအနေဆိုးရွားနေပါက တားမြစ်ထားသော အရာများကို အသုံးပြု၍ ဆေးကုသခွင့်တောင်းခံရန်အတွက် အထောက်အပံ့ပေးပါသည်။ TUE ဆိုသည်မှာ -  
**အဖြေ:** ရောဂါကျယ်တွင် အသုံးပြုသော ကိရိယာပစ္စည်းများ  
**ရင်းပချက်:** နိုင်ငံတကာအဆင့်အားကစားသမားများအနေဖြင့် ရောဂါကျယ်ရန်အတွက် ဆေးသုံးစွဲမှု လွတ်လပ်ခွင့်တောင်းခံခြင်းကို နိုင်ငံတကာအားကစားအဖွဲ့ချုပ်ထံတင်ပြပြီး နိုင်ငံတွင်း အားကစားသမားများအနေဖြင့် အမျိုးသားတားမြစ်ဆေးထိန်းချုပ်ရေးအဖွဲ့ထံ တင်ပြရပါမည်။ TUE အား သတ်မှတ်ထားသော ဆေးကုသမှုအတွက် ညွှန်ကြားထားသော ဆေးပမာဏနှင့် သတ်မှတ်ထားသော အချိန်ကာလအတွင်းတွင်သာ ခွင့်ပြုပါသည်။

---

- 23 ▶ **မေးခွန်း:** တားမြစ်ဆေးစာရင်းဆိုသည်မှာ အားကစားပွဲကစားနေစဉ်နှင့် အားကစားပွဲပြင်ပကာလများတွင် မသုံးစွဲရန် တားမြစ်ထားသော ဆေးများနှင့် နည်းလမ်းများဖြစ်ပါသည်။  
**အဖြေ:** မှန်ပါသည်။  
**ရင်းပချက်:** တားမြစ်ဆေးစာရင်းအား နိုင်ငံတကာတားမြစ်ဆေးကျမ်းကျင်သူများအဖွဲ့မှ စုပေါင်း၍ နှစ်စဉ်ပြန်လည်ဆန်းစစ်မှုများ ပြုလုပ်ပြီး နှစ်စဉ် ဇန်နဝါရီလ (၁) ရက်နေ့တွင် အသစ်ပြန်လည်ပြုစုထားသော ဆေးစာရင်းအား ထုတ်ပြန်ပါသည်။ အားကစားသမားအားလုံးအနေဖြင့် နှစ်စဉ် အသစ်ပြန်လည်ပြုစုထားသော ဆေးစာရင်းများအား WADA Website တွင် ကြည့်ရှုပြီး သတိပြုတ်သားရပါမည်။ (www.wadaama.org)

- 24 ▶ **မေးခွန်း:** အားကစားသမားအနေဖြင့် ဒဏ်ရာရရှိပြီး ယှဉ်ပြိုင်မှုမပြုလုပ်နိုင်သည့်တိုင် လိုအပ်လာလျှင် စစ်ဆေးမှုပြုလုပ် နိုင်ရန်အတွက် ဆိုင်ရာပုဂ္ဂိုလ်များသို့ မည်သည့်နေရာဒေသတွင် ရိုနေကကြောင်းကို တင်ပြထားရမည်ဖြစ်ပါသည်။  
**အဖြေ:** မှန်ပါသည်။  
**ရင်းပချက်:** တားမြစ်ဆေးထိန်းချုပ်ရေးအဖွဲ့အစည်းမှ မည်သည့်အချိန်၊ မည်သည့်နေရာတွင်မဆို ဆက်သွယ်နိုင်ရန် ကစားသမားအနေဖြင့် မည်သည့်နေရာဒေသတွင် ရောက်ရှိနေကကြောင်းကို အသိပေးအကကြောင်းကကြားထား ရမည်ဖြစ်ပါသည်။
- 
- 25 ▶ **မေးခွန်း:** ပါဝင်ယှဉ်ပြိုင်မှုမပြုသော်လည်း ပါဝင်ပွဲကျင်းပနေစဉ်ကာလအတွင်း အားကစားသမားအနေဖြင့် ဆေးသုံးစွဲမှုမရှိ/မရှိ စစ်ဆေးခံရနိုင်ပါသည်။  
**အဖြေ:** မှန်ပါသည်။  
**ရင်းပချက်:** ယှဉ်ပြိုင်မှုမပြုသော အားကစားအဖွဲ့တွင်ပါဝင်သော အားကစားသမားဖြစ်လျှင် ပါဝင်ယှဉ်ပြိုင်သည်ဖြစ်စေ၊ မယှဉ်ပြိုင်သည်ဖြစ်စေ တားမြစ်ဆေးထိန်းချုပ်ရေးအဖွဲ့က ရွေးချယ်ခံရနိုင်ပါသည်။
- 
- 26 ▶ **မေးခွန်း:** တားမြစ်ဆေးသုံးစွဲသည်ကို စမ်းသပ်တွေ့ရှိလျှင် ကစားသမားအနေဖြင့်  
 a. B နမူနာပျက်လင်းအားစမ်းသပ်စစ်ဆေးရန် တောင်းခံခွင့်ရှိသည်။  
 b. ဓာတ်ခွဲခန်းတွင် ပျံ့ဆောင်ထားသော ဘျူးခွံအတွင်းရှိ အထောက်အထား စာရွက်စာတမ်းများအား မိတ္တူကူးရန်။  
 c. B နမူနာပျက်လင်းအားဖွင့်ဖောက်စစ်ဆေးရန် ကိုယ်တိုင်သွားရောက်ခင်း(သို့) ကိုယ်စားလှယ်စေလွှတ်ခင်း။  
 d. အထက်ပါအချက်များအားလုံး  
**အဖြေ:** d. အထက်ပါအချက်များအားလုံး  
**ရင်းပချက်:** ကမ္ဘာ့တားမြစ်ဆေးထိန်းချုပ်ရေး နည်းဥပဒေသည် ကစားသမားများ၏ အခွင့်အရေးများအား လေးစားမှုရှိစေရန် ရည်ရွယ်ရေးဆွဲထားခင်းဖြစ်ပါသည်။
- 
- 27 ▶ **မေးခွန်း:** တားမြစ်ဆေးဝါးစာရင်းအား ဘယ်အချိန်တွင် အသစ်ပြန်လည်ပြုပြင်ပါသနည်း။  
 a. တစ်လတစ်ခါ  
 b. အနည်းဆုံးတစ်နှစ်တစ်ကြိမ်  
 c. အဲလ်ပစ်အားကစားပွဲများနှင့် အဲလ်ပစ်ပွဲပြိုင်ချိန် ကျင်းပသော ပါဝင်ပွဲများမတိုင်ခင် အနည်းဆုံးတစ်နှစ်တစ်ကြိမ်။  
 d. ဘယ်တော့မှ အသစ်ပြန်လည်မပြုပြင်ပါ။  
**အဖြေ:** b. အနည်းဆုံးတစ်နှစ်တစ်ကြိမ်  
**ရင်းပချက်:** တားမြစ်ဆေးစာရင်းအား နိုင်ငံတကာမှ တားမြစ်ဆေးကျမ်းကျင်သူများအဖွဲ့မှ နှစ်စဉ် အသစ်ပြန်လည်ပြုပြင်၍ နှစ်စဉ် ဇန်နဝါရီလ (၁) ရက်နေ့တွင် ယင်းတားမြစ်ဆေးစာရင်းအား ထုတ်ပြန်ပါသည်။ ကစားသမားများအနေဖြင့် တားမြစ်ဆေးစာရင်းနှင့် ပတ်သက်၍ နှစ်စဉ်အသစ်ပြန်လည်ရေးဆွဲထားသော တားမြစ်ဆေး စာရင်းကို WADA website တွင် ကြည့်ရှု၍ သတိပြုမှတ်သားသင့်ပါသည်။
- 
- 28 ▶ **မေးခွန်း:** တားမြစ်ဆေးစစ်ဆေးခံရမည်ဟု အကကြောင်းကကြားခံရပါက တားမြစ်ဆေးဝါးထိန်းချုပ်မှုဌာနသို့ ချက်ချင်းအကကြောင်းကကြားရန် လိုအပ်ပါသလား။  
 a. ချက်ချင်းသတင်းပို့ရန်လိုအပ်ပါသည်။  
 b. တစ်နာရီအချိန်ရပါသည်။  
 c. အဆင်သင့်ဖြစ်မှ သတင်းပို့နိုင်သည်။  
 d. ၂၄ နာရီ အချိန်ရပါသည်။  
**အဖြေ:** a. ချက်ချင်းသတင်းပို့ရန်လိုအပ်ပါသည်။  
**ရင်းပချက်:** တားမြစ်ဆေးဝါးစစ်ဆေးခံရမည်ဟု အကကြောင်းကကြားခံရပါက တားမြစ်ဆေးဝါးထိန်းချုပ်မှုဌာနသို့ ချက်ချင်းသတင်းပေးပို့ရပါမည်။
- 
- 29 ▶ **မေးခွန်း:** ကျွန်ုပ်၏အားကစားနည်းတွင် ပွဲပယ်ခံထားရပါက အခြားအားကစားနည်းတွင် ပါဝင်ယှဉ်ပြိုင်နိုင်ပါသည်။  
**အဖြေ:** မှားပါသည်။  
**ရင်းပချက်:** ပွဲပယ်အဖြစ်ပေးခံရစဉ်ကာလအတွင်း မည်သည့်အားကစားနည်းတွင်မဆို ပါဝင်ယှဉ်ပြိုင်ခွင့် မရှိပါ။
- 
- 30 ▶ **မေးခွန်း:** ကျွန်ုပ်သည် မိမိနိုင်ငံအတွင်း အားကစားပါဝင်ပွဲတွင် တားမြစ်ဆေးဝါးမိထားပါသော်လည်း အခြားနိုင်ငံရှိအားကစားပါဝင်ပွဲများတွင် ပါဝင်ယှဉ်ပြိုင်နိုင်ပါသည်။  
**အဖြေ:** မှားပါသည်။  
**ရင်းပချက်:** ပွဲပယ်အဖြစ်ပေးခံရစဉ်ကာလအတွင်း မည်သည့်နိုင်ငံရှိ မည်သည့်အားကစားနည်းတွင်မဆို ပါဝင်ယှဉ်ပြိုင်ခွင့် မရှိပါ။
- 
- 31 ▶ **မေးခွန်း:** တားမြစ်ဆေးသောပစ္စည်းနှင့် ဆက်စပ်လျက်ရှိသော ဖြည့်စွက်စာကို စားသုံးမိလျှင် တားမြစ်ဆေးဝါးသုံးစွဲမှုဆန့်ကျင်ရေး ဥပဒေကို ချိုးဖောက်ရာကျပါသည်။  
**အဖြေ:** မှန်ပါသည်။  
**ရင်းပချက်:** အားကစားသမားတစ်ဦးအနေဖြင့် မိမိစားသုံးသည့် အစားအစာ (သို့) ဖြည့်စွက်စာနှင့် ပတ်သက်၍ သတိထားရမည်မှာ မိမိတာဝန်သာဖြစ်ပါသည်။

32 ▶ မေးခွန်း: TUE form တင်လျှင် ဆေးဝါးလွတ်လပ်စွာသုံးစွဲရန် ခွင့်ပြုမည်ပုဂ္ဂိုလ်မှာ မည်သူနည်း။

- a. အားကစားသမားများကော်မတီ
- b. ပြည်တွင်း/ပြည်ပ အားကစားအဖွဲ့ချုပ်များတွင် တာဝန်ထမ်းဆောင်နေသော ကျွမ်းကျင်သူများအဖွဲ့
- c. ဆေးဘက်ဆိုင်ရာကျွမ်းကျင်သူများကော်မတီ
- d. ပြည်တွင်း/ပြည်ပ အားကစားအဖွဲ့ချုပ်များ၏ ဥက္ကဋ္ဌ

အဖြေ: c. ဆေးဘက်ဆိုင်ရာကျွမ်းကျင်သူများကော်မတီ

ရင်းပချက်: TUE form လျှောက်ရာတွင် လွတ်လပ်သော ဆေးဘက်ဆိုင်ရာကျွမ်းကျင်သူများပါဝင်သည့် TUE ကော်မတီမှသာလျှင် လက်ခံ(သို့) ပယ်ချခွင့် ရှိပါသည်။

33 ▶ မေးခွန်း: မိမိအားကစားနည်းကို လေးစားတန်ဖိုးထားသော အားကစားသမားကောင်း တစ်ယောက်ဖြစ်လိုလျှင် -

- a. အနိုင်ရရှိမှုသည် အရေးကြီးဆုံးဖြစ်သည်။
- b. မည်သည့်နည်းဖြင့်မဆို အနိုင်ရရှိရန် လိုအပ်သောရမည်။
- c. မိမိအားကစားတစ်စုံတစ်ခုပြုလုပ်ခဲ့၍သာ ရုံးနိမ့်ရခြင်းဖြစ်သည်ဟုသိရမည်။
- d. အထက်ပါအချက်များအားလုံးမဟုတ်ပါ။

အဖြေ: d. အထက်ပါအချက်များအားလုံးမဟုတ်ပါ။

ရင်းပချက်: ပြင်းပြင်းထန်ထန်ကြိုးစားခြင်း၊ အားကစားတွင်စိတ်နှစ်ထားခြင်းနှင့် မိမိ၏လိုအပ်ချက်များအား ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်းတို့သည် အားကစားသမားကောင်း တစ်ဦးဖြစ်လာစေရန် အရေးကြီးသော အချက်များဖြစ်ပါသည်။ သို့ရာတွင် မိမိကျန်းမာရေးကိုအမှုမထား၊ မိမိယှဉ်ပြိုင်ဖက်များကို အလေးမထားဘဲ မည်သည့်နည်းဖြင့်မဆို အနိုင်ရရှိအောင် ဆောင်ရွက်ခြင်းသည် အားကစားစိတ်ဓါတ်နှင့် ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်ပါသည်။

34 ▶ မေးခွန်း: တားမြစ်ဆေးဝါးသုံးစွဲသော အားကစားသမားများသည် သန့်ရှင်းစွာယှဉ်ပြိုင်သော အားကစားသမားများ၏ အခွင့်အရေးကို လိမ်ညာလှည့် ဖြောင့်ရာရောက်သည်။

အဖြေ: မှန်ပါသည်။

ရင်းပချက်: အားကစားသမားတစ်ဦးသည် လိမ်ညာလှည့်ဖြောင့်ရာရောက်ခြင်းဖြင့် တားမြစ်ဆေးဝါးဆန့်ကျင်ရေးဥပဒေကို ချိုးဖောက်ရာရောက်သကဲ့သို့ တရားမျှတသောအားကစားစိတ်ဓါတ်ကို ဖျက်စီးရာရောက်ပါသည်။

35 ▶ မေးခွန်း: သွေးနမူနာပစ္စည်းယူရန် ဆောင်ရွက်ခွင့်ရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်မှာ မည်သူနည်း။

- a. သွေးနမူနာပစ္စည်းယူခွင့်ရအရာရှိ
- b. တားမြစ်ဆေးဝါးထိန်းချုပ်ရေး အရာရှိ
- c. တားမြစ်ဆေးဝါးစစ်ဆေးရန် ရှေးချယ်ခံရကခြင်း အကခြင်းကခြ်မည် ပုဂ္ဂိုလ်
- d. အထက်ပါအချက်များအားလုံး

အဖြေ: a. သွေးနမူနာပစ္စည်းယူခွင့်ရအရာရှိ

ရင်းပချက်: သွေးနမူနာပစ္စည်းယူခွင့်ရအရာရှိသည် တားမြစ်ဆေးဝါးဆန့်ကျင်ရေးအဖွဲ့အစည်းမှ အသိအမှတ်ပြုထားသော သွေးနမူနာပစ္စည်းယူရန် ဆောင်ရွက်ခွင့်ရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်သည်။

36 ▶ မေးခွန်း: ကျွန်ုပ်တို့သည် တားမြစ်ဆေးဝါးစစ်ဆေးရန် သွေး(သို့)ဆီး နမူနာပေးထားပြီးနောက် ၎င်းတို့က ယင်းနမူနာပစ္စည်းကို မည်မျှကြာအောင် ထိန်းသိမ်း၍ ပြန်လည်စစ်ဆေးနိုင်မည်နည်း။

- a. အချိန်အကန့်အသတ်မရှိ
- b. ၁၀ နှစ်
- c. ၂ နှစ်
- d. ဆက်လက်ထိန်းသိမ်းထားခြင်းမရှိပါ

အဖြေ: b. ၁၀ နှစ်

ရင်းပချက်: နမူနာပစ္စည်းများအားလုံးကို ၁၀ နှစ်အထိ ထိန်းသိမ်း၍ အချိန်မရွေး ၎င်းကာလအတွင်း ပြန်လည်စစ်ဆေးနိုင်သည်အပြင် များစွာ စစ်ဆေးတွဲရရှိခြင်းမရှိသည့် အရာများကို နောက်မှပြန်လည်စစ်ဆေးတွဲရရှိလျှင် ၎င်းအားကစားသမားအနေဖြင့် ပြစ်ဒဏ်ခံရမည် ဖြစ်ပါသည်။

37 ▶ မေးခွန်း: သွေး(သို့)ဆီး နမူနာပစ္စည်းတွင် တားမြစ်ဆေးဝါးအရာများ တွေ့ရှိခြင်း တစ်ခုတည်းကသာလျှင် အားကစားသမားအနေဖြင့် ပြစ်ဒဏ်ကျခံရမည် ဖြစ်ပါသည်။

အဖြေ: မှားပါသည်။

ရင်းပချက်: အားကစားသမား၏သွေး(သို့)ဆီး နမူနာပစ္စည်းတွင် တားမြစ်ဆေးဝါးအရာများ တွေ့ရှိခြင်းသည် တားမြစ်ဆေးဝါးမသုံးစွဲရေး စည်းကမ်း(ဆယ်တစ်)ခုမှ တစ်ခုသာဖြစ်ပါသည်။ သွေး(သို့)ဆီး နမူနာပစ္စည်းရယူရန် သတိပေးထားသောလည်း နမူနာပစ္စည်းရယူရန် ငြင်းဆန်ခြင်း၊ တားမြစ်ဆေးဝါးအရာ(သို့) နည်းလမ်းများ လက်ဝယ်တွဲရရှိခြင်း၊ တားမြစ်ဆေးဝါးသုံးစွဲမှု ဆန့်ကျင်သည် စည်းမျဉ်း၊ ဥပဒေများကို ချိုးဖောက်ရာတွင် ပါဝင်ပတ်သက်ခြင်း၊ တားမြစ်ဆေးဝါးသုံးစွဲရာတွင် အကာအညီပေးခြင်း ပြစ်ဒဏ်ချမှတ်ခြင်းခံထားရသော အဖွဲ့အစည်းများနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်း စသည်တို့ လုပ်ဆောင်လျှင်လည်း ပြစ်ဒဏ်ကျခံရမည် ဖြစ်ပါသည်။

- 38 ▶ **မေးခွန်း:** တားမြစ်ဆေးဝါးသုံးစွဲရာတွင် အကျအညီပေးခဲ့သဖြင့် ပြစ်ဒဏ်ချမှတ်ခြင်းခံထားရသော နည်းပြဆရာဝန် ၊ အသင်းအုပ်ချုပ်သူ ၊ အဖွဲ့အစည်းများနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်းသည် တားမြစ်ဆေးမသုံးစွဲရေး စည်းမျဉ်းဥပဒေကို ချိုးဖောက်ရာ ရောက်ပါသည်။  
**အဖြေ:** မှန်ပါသည်။  
**ရင်းပချက်:** တားမြစ်ဆေးဝါးသုံးစွဲရာတွင် အကျအညီပေးခဲ့သဖြင့် ပြစ်ဒဏ်ချမှတ်ခြင်းခံထားရသော အဖွဲ့အစည်းများနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်းသည် တားမြစ်ဆေးမသုံးစွဲရေး စည်းမျဉ်းဥပဒေ (၁၀)ချက်တွင် တစ်ခုအပါအဝင်ဖြစ်ပါသည်။
- 
- 39 ▶ **မေးခွန်း:** ဖြည့်စွက်စာတစ်မျိုးသည် အရည်အသွေးပြည့်ဝသည်ဟု သိရှိထားပါက တားမြစ်ထားသောအရာများ လုံးဝမပါဝင်ဟု အာမခံနိုင်ပါသည်။  
**အဖြေ:** မှားပါသည်။  
**ရင်းပချက်:** ဖြည့်စွက်ပစ္စည်းထုတ်လုပ်သော စက်ရုံများကို စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းဖြင့် တစ်ပြေးညီထိန်းချုပ်ထားမှု မရှိသောကြောင့် တားမြစ်ထားသောအရာများ လုံးဝမပါဝင်ဟု အာမခံနိုင်ခြင်းမရှိပေ။
-