

- 1 ▶ **Kérdés:** A sportoló felelős mindazért, amit lenyel, amilyen injekciót kap, illetve mindazon anyagokért, melyek szervezetébe bekerülnek.  
**Válasz:** Igaz  
**Magyarázat:** Minden sportoló gyógyszerek alkalmazását megelőzően kérdezzen, nehogy gondatlanság miatt kerüljön karrierje veszélybe. Amennyiben bármilyen kérdés, bizonytalanság merül fel a sportolóban, azonnal kérdezzen meg egy szakembert! Amennyiben bármilyen szer összetevőivel nincs teljesen tisztában, vagy az összetevőkkel kapcsolatban bizonytalanság merül fel, **NE VEGYE BE, NE HASZNÁLJA!**
- 
- 2 ▶ **Kérdés:** Csak azok a sportolók kötelesek dopping ellenőrzésnek alávetni magukat, akik, olimpián, paralimpián, vagy világbajnokságon indulnak.  
**Válasz:** Hamis  
**Magyarázat:** Sok ország és nemzetközi szövetség rendelkezik saját doppingellenes programmal. Amennyiben egy nemzeti válogatotthoz tartozik, (vagy bármilyen klubnak leigazolt versenyzője), történhet a versenyek alatt, de a versenydőszakon kívül is, akár otthonában, akár edzőtáborban vizsgálat. Magyarországon minden sportági szakszövetségnek saját dopping ellenes stratégiája van.
- 
- 3 ▶ **Kérdés:** Mit jelent a WADA? Világ Anti-Dopping Adminisztráció (World Anti-Dopping Administration) vagy Világ Anti-Dopping Ügynökség (World Anti-Dopping Agency)?  
**Válasz:** Világ Anti-Dopping Ügynökség  
**Magyarázat:** A Világ Anti-Dopping Ügynökség célja, hogy megvalósítsa küldetését, a dopping elleni harc minden formájának támogatását, koordinálását és ellenőrzését a sportban nemzetközi szinten.
- 
- 4 ▶ **Kérdés:** Olyan gyógyszer, amely a saját országunkban „rendben van”, külföldön is mindig vásárolható és alkalmazható.  
**Válasz:** Hamis  
**Magyarázat:** A gyógyszerek összetevői országonként változhatnak, néhány esetben akár tiltott anyagokat is tartalmazhatnak. Éppen ezért, mindig alaposan győződjön meg a gyógyszer összetevőiről, bizonytalanság esetén kérjen tanácsot orvosától.
- 
- 5 ▶ **Kérdés:** Egy versenyző 1 év során maximum hányszor vonható doppingvizsgálat alá? **Válasz:** Nincs korlátozás.  
a. 2  
b. 5  
c. 20  
d. Nincs korlátozás.  
**Válasz:** d. Nincs korlátozás.  
**Magyarázat:** Nincsen korlátozás arra vonatkozóan, hogy egy sportolót versenyen, versenyen kívül, szűrőpróba szerűen vagy célzottan hány alkalommal tesztelhetnek.
- 
- 6 ▶ **Kérdés:** Végezhető-e minden olyan laboratóriumban a sportban tiltott anyagok és módszerek vizeletből való kimutatása, amely a megfelelő technikai eszközökkel rendelkezik?  
**Válasz:** Hamis  
**Magyarázat:** sportban tiltott anyagok és módszerek vizeletből való kimutatása kizárólag a WADA által akkreditált laboratóriumokban, végezhető.
- 
- 7 ▶ **Kérdés:** A nem receptköteles táplálék kiegészítők használata engedélyezett a sportban.  
**Válasz:** Hamis  
**Magyarázat:** A táplálék kiegészítők és egyéb szerek bevételéért mindenki saját maga felelős. Sok táplálék-kiegészítő tartalmaz – gyakran a csomagolásán fel nem tüntetett – tiltott összetevőket. Mivel a táplálék-kiegészítők gyártását sok országban nem szabályozzák, mindig győződjünk meg az összetevőkről. Ehhez segítséget nyújt a bevizsgált táplálék kiegészítők listája. Bölcs tanács: amennyiben a hatás túl szép ahhoz, hogy igaz legyen, akkor a szer biztosan tiltott! A táplálék kiegészítők alkalmazásának jó alternatívája a megfelelő étrend.

- 8 ▶ **Kérdés:** Megfázás vagy influenza esetén minden olyan gyógyszert bevehetek, amely egészségem visszaállítását segíti.  
**Válasz:** Hamis  
**Magyarázat:** *Megfázás, influenza, vagy nátha esetén sem szabad semmilyen gyógyszert a nélkül bevenni, hogy meggyőződnénk róla, hogy nem tartalmaz tiltott összetevőket. Ez mind a receptköteles, mind a recept nélküli gyógyszerekre igaz. A pozitív eredmény minden esetben pozitív.*
- 
- 9 ▶ **Kérdés:** Az az edző, orvos, szakember, aki a sportolót tiltott szer használatára ösztönzi, vagy segíti, pozitív eredmény esetén szintén büntethető.  
**Válasz:** Igaz  
**Magyarázat:** *Aki a sportolót tiltott anyagok fogyasztására ösztönzi, vagy abban segít, a szabályokkal szemben súlyos vétséget követ el, és ennek megfelelően büntetendő.*
- 
- 10 ▶ **Kérdés:** A sportolót a vizsgálat előtt néhány órával a tervezett ellenőrzésről szükséges tájékoztatni.  
**Válasz:** Hamis  
**Magyarázat:** *Amikor csak lehetséges, a vizsgálatot előzetes értesítés nélkül kell végrehajtani. Ez azt jelenti, hogy a vizsgálat mindig és mindenhol végrehajtható. Természetesen fontos, hogy mindez a sportoló részére a legkevesebb kellemetlenséggel járjon.*
- 
- 11 ▶ **Kérdés:** Miután a vizelet leadásra került, a palackot lezárták, és a nyomtatványokat kitöltötték, minden olyan próbálkozás, nyilvánvaló doppingvétség, amely a minta kinyitására, megváltoztatására, vagy hamisítására irányul.  
**Válasz:** Igaz  
**Magyarázat:** *A sportoló bízhat abban, hogy a mintája nem hamisítható meg. A laboratóriumnak már az elemzés előtt feltűnik a manipulálás gyanúja.*
- 
- 12 ▶ **Kérdés:** A sportoló, amennyiben nagyon elfoglalt, elutasíthatja a doppingvizsgálatot.  
**Válasz:** Hamis  
**Magyarázat:** *A doppingvizsgálat elutasítása hasonló következményeket vonhat maga után, mint a pozitív teszt. Amennyiben a sportoló a vizsgálatot megtagadja, a nyomtatványon az alapos okokat fel kell tüntetni, és a nemzeti felügyeleti szervet azonnal értesíteni kell.*
- 
- 13 ▶ **Kérdés:** A sportolónak joga van ahhoz, hogy a sporteseményen történő dopping vizsgálathoz valaki elkísérje.  
**Válasz:** Igaz  
**Magyarázat:** *A sportolót egy általa kiválasztott személy elkísérheti doppingellenőrző helyiségbe. Ez a személy leggyakrabban a sportoló orvosa, vagy edzője. A kísérő személy az ellenőrzés során végig a sportolóval lehet, kivétel a vizeletadás helyszíne. A sportoló szükség esetén kérheti tolmács segítségét.*
- 
- 14 ▶ **Kérdés:** Mindenképpen azt a mintavevő egységcsomagot kell használnom, amelyet választottam, még akkor is, ha felmerül annak gyanúja, hogy az manipulált vagy nem tiszta. Nem kérhetek újat.  
**Válasz:** Hamis  
**Magyarázat:** *Mindig rendelkezésre kell állni több mintavevő eszköznek. Amennyiben a kiválasztott egységcsomag nem tetszik, nyugodtan kérhet egy másikat, kapni fog.*
- 
- 15 ▶ **Kérdés:** Mondanom kell az orvosnak, hogy sportoló vagyok, és dopping ellenőrzéseken eshetek át, és nem szedhetek tiltott szereket.  
**Válasz:** Igaz  
**Magyarázat:** *Orvosának fontos tudnia, hogy Ön sportoló, és semmilyen, a tiltólistán szereplő szert nem használhat. Ilyen esetekben egy alternatív gyógyszert fog Önnek felírni. Amennyiben ez nem lehetséges, a szer bevétele előtt kérjen TUE engedélyt a nemzetközi sportszövetségtől, vagy az NDK-tól. Orvosi szükségállapotok esetén léteznek olyan eljárások, amelyeket orvosának ismernie kell.*
-

- 16 ▶ **Kérdés:** Amennyiben nem sikerül megfelelő mennyiségű vizeletet leadni, vizeletvizsgálatot is végeznek.  
**Válasz:** Hamis  
**Magyarázat:** Amennyiben nem sikerül a megfelelő mennyiségű vizeletet leadni, a leadott részmennyiséget a megfelelő nyomtatványok kitöltése után átmenetileg lezárják, és a sportoló amint képes, ismét próbálkozhat. A folyamat annyi ideig ismétlődő, amíg a szükséges mennyiségű vizelet rendelkezésre nem áll.
- 
- 17 ▶ **Kérdés:** Gyógyszert bárkitől el szabad fogadni, akiben megbízunk, még akkor is, ha nem tudjuk, hogy az mit tartalmaz.  
**Válasz:** Hamis  
**Magyarázat:** A sportolónak mindig pontosan tudnia kell, hogy mit vesz be. Amennyiben olyan gyógyszert használ, amelynek összetételét nem ismeri, doppingtesztje pozitív lehet, esetleg a gyógyszernek egészségkárosító hatása is lehet.
- 
- 18 ▶ **Kérdés:** Doppingellenőr érkezik Önhöz a lakására, versenyen kívüli ellenőrzés céljából. Elhagyhatja egyedül a szobát, hogy pl. teát főzzön, esetleg valamit elintézzon.  
**Válasz:** Hamis  
**Magyarázat:** A doppingminta védelem érdekében fontos, hogy az ellenőr lássa Önt, egészen az ellenőrzés végéig. Amennyiben a helyiséget el kell hagynia, kérje meg az ellenőrt, és követni fogja Önt.
- 
- 19 ▶ **Kérdés:** A versenyen kívüli doppingellenőrzés esetén a következő ellenőrzés csak több hét után várható.  
**Válasz:** Hamis  
**Magyarázat:** A következő ellenőrzés történhet néhány hét, néhány nap, de esetleg néhány órát követően is. Az ellenőrzések nagyon rövid időközönként is történhetnek, hogy a csalók soha ne érezhessék biztonságban magukat.
- 
- 20 ▶ **Kérdés:** Amennyiben a dopping ellenőr nem tudja magát igazolni, a vizsgálatot vissza lehet utasítani.  
**Válasz:** Igaz  
**Magyarázat:** A dopping ellenőrnek mindig igazolnia kell magát, és azt hogy jogosult a vizsgálat elvégzésére. Amennyiben a dopping ellenőr erre nem képes, a vizsgálati nyomtatványon kell ezt feltüntetni, ennek egy példányát tartsa magánál, és azonnal vegye fel a kapcsolatot a sportági szakszövetséggel.
- 
- 21 ▶ **Kérdés:** A laboratóriumban dolgozó, mintát elemző munkatárs tudja, hogy kinek, mely sportolónak a mintáját elemzi.  
**Válasz:** Hamis  
**Magyarázat:** A mintát kísérő nyomtatványon nincs feltüntetve az Ön neve. A laboratórium csak a sportágról, versenyről, a nemről, a szövetségről és a mintavétel idejéről kap információt.
- 
- 22 ▶ **Kérdés:** A TUE lehetővé teszi a sportoló számára a dopping listán szereplő tiltott szer vagy módszer használatát. A TUE jelentése:  
**Válasz:** a. Terápiás Alkalmazási Kivétel (Therapeutic Use Exemption)  
**Magyarázat:** A nemzetközi sportolók a Terápiás Alkalmazási Kivétel iránti kérelmet a nemzetközi szövetséghez, míg a nemzeti szintű sportolók a Nemzeti Anti-Dopping Szövetséghez kell benyújtaniuk. A TUE feladata, hogy a sportolók által benyújtott dokumentumok alapján elbírálják, hogy a gyógykezeléshez felhasználni kívánt doppinglistás hatóanyag alkalmazása indokolt-e vagy sem.
- 
- 23 ▶ **Kérdés:** A tiltott szerek listája a tiltott anyagokat és módszereket tartalmazó lista, mely nemzetközileg egységesen meghatározza, hogy mely anyagok, ill. módszerek tiltottak verseny közben, ill. versenyen kívül.  
**Válasz:** Igaz  
**Magyarázat:** A tiltott szerek listáját minden évben egy nemzetközi szakértő csoport vizsgálja felül. Az aktuális tiltott szerek listája minden év január 01-jén lép életbe. Minden sportoló saját felelőssége, hogy a legújabb tiltott szerek listáját ismerje, amely elérhető a WADA honlapjáról, a [www.wada-ama.org](http://www.wada-ama.org) oldalon.
-

- 24 ▶ **Kérdés:** A doppingellenőrzés alá tartozó sportolónak esetleges sérülés, nem versenyzés esetén is kötelező a holléti nyilvántartást vezetni annak érdekében, hogy bármikor és bárhol ellenőrizhető legyen a doppingellenes szervezet által.  
**Válasz:** Igaz  
**Magyarázat:** *Holléti nyilvántartást minden doppingellenőrzés alá tartozó sportolónak kötelező vezetni, ez az előre be nem jelentett doppingellenőrzések alapja.*
- 
- 25 ▶ **Kérdés:** Akkor is kiválaszthatnak doppingvizsgálatra, ha csak a cserepadon ültem.  
**Válasz:** Igaz  
**Magyarázat:** *Mint egy csapatnak a tagja, függetlenül attól, hogy versenyez-e vagy sem, mindig kiválasztható ellenőrzésre.*
- 
- 26 ▶ **Kérdés:** Ha pozitív doppingtesztet produkál, a versenyzőnek joga van:  
a. kérelmezni a B minta analízisét  
b. részt venni vagy képviseltetni magát a B minta kinyitásakor és vizsgálatokor  
c. laboratóriumi vizsgálatok másolatának beszerzéséhez  
d. az imént említett összes állításhoz  
**Válasz:** d. az imént említett összes állításhoz  
**Magyarázat:** *A Nemzetközi Doppingellenes Szabályzat célja, a versenyzői jogok teljes mértékű figyelembe vételének biztosítása.*
- 
- 27 ▶ **Kérdés:** Milyen gyakran frissítik a tiltott szerek listáját?  
a. Havonta  
b. Évente egyszer  
c. Olimpia és Paraolimpia előtt  
d. Soha  
**Válasz:** b. Évente egyszer  
**Magyarázat:** *A tiltott szerek listáját minden évben egy nemzetközi szakértő csoport vizsgálja felül. Az aktuális tiltott szerek listája minden év január 01-jén lép életbe. Minden sportoló saját felelőssége, hogy a legújabb tiltott szerek listáját ismerje, amely elérhető a WADA honlapjáról, a [www.wada-ama.org](http://www.wada-ama.org) oldalon.*
- 
- 28 ▶ **Kérdés:** A doppingellenőrzésre történő kijelölésemet követően azonnal a dopping-mintavételi helyiségbe kell fáradnom?  
a. Igen  
b. Nem, erre 1 óra áll a rendelkezésemre  
c. Azt követően kell a dopping-mintavételi helyiségbe mennem, miután úgy érzem, elkészültem.  
d. Nem, erre 24 óra áll a rendelkezésemre.  
**Válasz:** a. Igen  
**Magyarázat:** *Amennyiben a doppingellenőr (doping control officer, DCO), vagy a hivatalos kísérő (chaperone) Önt doppingellenőrzés céljából kijelöli, haladéktalanul a dopping-mintavételi állomásra kell fáradnia, csak kivételesen, szűk körben, megfelelő indokkal van lehetősége nem azonnal megjelenni (pl.: eredményhirdetés). Ez utóbbi esetben is köteles lehetővé tenni, hogy a doppingellenőr és / vagy a hivatalos kísérő folyamatosan szemmel kísérje Önt egészen a mintaszolgáltatásig.*
- 
- 29 ▶ **Kérdés:** Attól függetlenül, hogy eltiltás alatt állok a sportágamban, más sportág versenyrendszerében még részt vehetek.  
**Válasz:** Hamis  
**Magyarázat:** *Amennyiben doppingvétség elkövetése miatt eltiltás büntetés alatt áll, nem vehet részt egyéb sportág semmilyen szintű versenyén, edzőtáborában és szervezett edzésein, és sportszakemberként sem tevékenykedhet az eltiltás időtartama alatt.*
-



- 30 ▶ Kérdés:** Attól függetlenül, hogy a saját országomban elvégzett doppingellenőrzésen szolgáltatott mintám pozitív eredményt mutatott, más országban még versenyezhetek.  
**Válasz:** Hamis  
**Magyarázat:** Amennyiben a saját országában doppingvétséget követett el, a doppingvétség nyilvántartásba kerül és a doppingvétséget a Nemzetközi Doppingellenes Szabályzatot aláíró valamennyi szervezet köteles elismerni, továbbá biztosítani a kiszabott eltiltás érvényre juttatását. Ennek megfelelően eltiltott sportolóként Ön nem jogosult más országban történő versenyzésre sem.
- 
- 31 ▶ Kérdés:** Doppingvétséget követek el, amennyiben az általam fogyasztott táplálék-kiegészítő tiltott szerrel szennyezett?  
**Válasz:** Igen  
**Magyarázat:** Az objektív felelősség elvének megfelelően a sportoló felelős a szervezetében valamennyi tiltott szer jelenlétéért. A doppingvétség megvalósul akkor is, ha az Ön szándéka - függetlenül az előzetesen megtett biztonsági intézkedésektől - nem terjedt ki a tiltott teljesítményfokozó szer fogyasztására! Mindig legyen elővigyázatos azon szerekkel, ételekkel (különös tekintettel az egyes országokból származó húsokra) és táplálék-kiegészítőkkel kapcsolatban, amelyeket fogyaszt.
- 
- 32 ▶ Kérdés:** Ki megállapítja meg, hogy a gyógyászati célú mentesség (Therapeutic Use Exemption - TUE) iránti kérelme alapján jogosulttá válok-e tiltott szer gyógyászati célú használatára?  
a. Egy sportolókból álló bizottság  
b. A nemzeti / nemzetközi sportági szakszövetség szakértőkből álló bizottsága  
c. Egy orvos-szakértőkből álló bizottság  
d. A nemzeti / nemzetközi sportági szakszövetség elnöke  
**Válasz:** c. Egy orvos-szakértőkből álló bizottság  
**Magyarázat:** A TUE engedély iránti kérelmének az illetékes doppingellenes szervezethez (nemzetközi sportági szakszövetség, vagy nemzeti doppingellenes szervezet és/vagy nagyobb sportesemények szervező testülete, pl.: Nemzetközi Olimpiai Bizottság) történő benyújtása után a kérelme egy független orvos-szakértőkből álló bizottság, az ún. TUE Bizottság által kerül elbírálásra. A nemzetközi sportági szakszövetségek, nemzeti doppingellenes szervezetek és a nagyobb sportesemények szervező testületei (pl.: Nemzetközi Olimpiai Bizottság) a TUE Bizottságukon keresztül jogosultak és kötelesek a TUE engedély megadására, vagy elutasítására.
- 
- 33 ▶ Kérdés:** Ha a sportágam tisztelete mellett a lehető legjobb sportoló szeretnék lenni,  
a. Be kell látnom, hogy a győzelem mindennél fontosabb  
b. Az előrelépés érdekében minden eszközt be kell vetnem  
c. Tudatosítanom kell magamban, hogy a kudarc azt jelenti, hogy valamit rosszul csináltam  
d. Egyik válasz sem igaz  
**Válasz:** d. Egyik válasz sem igaz  
**Magyarázat:** a. Be kell látnom, hogy a győzelem mindennél fontosabb
- 
- 34 ▶ Kérdés:** Azon sportolók, akik doppingolnak, valamennyi más tisztán sportoló jogait sértik azáltal, hogy ők maguk nem tisztán versenyeznek.  
**Válasz:** Igaz  
**Magyarázat:** Amikor egy sportoló csal, a szabályszerű játék keretein kívülre helyezi magát, azaz többé már nem a sport szellemében és a "fair" küzdelem elveinek megfelelően jár el. A doppingellenes szabályok megsértése egyenértékű az adott sportág versenyszabályainak megszegésével, holott ezen szabályokat - részvétele előfeltételeként - valamennyi résztvevő sportoló magára nézve kötelezőnek ismerte el.
- 
- 35 ▶ Kérdés:** Ki jogosult vérmintát venni?  
a. Megfelelő egészségügyi képzettséggel rendelkező, vérmintavételre feljogosított doppingellenőr  
b. Bármely doppingellenőr  
c. Az erre feljogosított hivatalos kísérő  
d. Valamennyi fent említett személy  
**Válasz:** a. Megfelelő egészségügyi képzettséggel rendelkező, vérmintavételre feljogosított doppingellenőr  
**Magyarázat:** Vérmintavételre feljogosított személynek minősül a doppingellenes szervezet által vérmintavétel foganatosítására kifejezetten kijelölt, egészségügyi végzettséggel és tapasztalattal bíró személy.

- 36 ▶ **Kérdés:** Az általam szolgáltatott vizelet- és vérminta mennyi ideig tárolható és vethető újabb analitikai vizsgálat alá?
- Határozatlan ideig
  - 10 évig
  - 2 évig
  - A minták tárolása és megőrzése újraanalízálás céljából tilos

**Válasz:** b. 10 évig

**Magyarázat:** Valamennyi minta legfeljebb 10 éven át tárolható és bármikor újraelemezhető. Mindez azt jelenti, hogy a korábban esetleg ki nem mutatott anyagok ugyanazon sportolói mintából később kimutathatóvá válhatnak. A tiltott teljesítményfokozó szert használó sportoló szankcionálhatóvá válik, amennyiben utóbb bebizonyosodik, hogy a szervezetéből származó minta tiltott teljesítményfokozó szert tartalmazott. E körben az eredeti mintavétel időpontjától számított valamennyi eredményét meg kell semmisíteni, nyereseményét vissza kell szolgáltatnia.

---

- 37 ▶ **Kérdés:** A sportolók kizárólag pozitív minta szolgáltatásával követhetnek el doppingvétséget.

**Válasz:** Hamis

**Magyarázat:** A Nemzetközi Doppingellenes Szabályzat mindösszesen 10 db doppingvétséget határoz meg. A "tiltott szer jelenléte a sportoló szervezetéből származó mintában" csupán 1 doppingvétséget jelent a fenti 11 db sportolói doppingvétségéből. További doppingvétségek elkövetése, így különösen a mintaszolgáltatás megtagadása, vagy elkerülése, tiltott szer birtoklása, a bűnrészesség és tiltott együttműködés ugyanúgy doppingvétségnek minősül és a sportoló szankcionálását vonhatja maga után.

---

- 38 ▶ **Kérdés:** Doppingvétséget követek el, amennyiben sportszakmai együttműködést tartok fenn olyan edzővel, sportorvossal, vagy egyéb sportszakemberrel, aki doppingvétség elkövetésére miatt eltiltását tölti.

**Válasz:** Igaz

**Magyarázat:** A "Tiltott együttműködés" doppingvétségét követi el a sportoló.

---

- 39 ▶ **Kérdés:** Amennyiben biztos vagyok abban, hogy egy táplálék-kiegészítő előállítása szigorú minőségellenőrzési kontroll alatt történik, akkor abban is biztos lehetek, hogy az adott termék nem tartalmaz a Tiltólistán szereplő tiltott szert.

**Válasz:** Hamis

**Magyarázat:** Miután jelenleg a táplálék-kiegészítők piaca e tekintetben nem szabályozott, nincs sem jogi, sem egyéb garancia arra, hogy egy táplálék-kiegészítő mindennemű tiltott szertől mentes. Nincs olyan szervezet, amely garantálni tudná egy meghatározott táplálék-kiegészítő termék biztonságát, különösen azt, hogy a táplálék-kiegészítő összetétele megfelel a címkéjén feltüntetett összetevőknek. A kiegyensúlyozott, és változatos étrend biztosítása azonban egyértelműen hozzájárul az optimális sportolói teljesítményhez.

---