

- 1 ▶ **Vprašanje:** Sam sem odgovoren za vse kar pojem, si vbrizgam ali nanese na svoje telo.
Odgovor: Drži
Razlaga: Vsi športniki morajo biti proaktivni in postavljati vprašanja, da ne ogrozijo svoje športne kariere. Če imate vprašanje - VPRAŠAJTE! Če niste 100 % prepričani o vsebini ali ne poznate statusa snovi - JE NE VZEMITE!
-
- 2 ▶ **Vprašanje:** Kontrolni dopinga so izpostavljeni le športniki, ki tekmujejo na olimpijskih igrah, paraolimpijskih igrah in na svetovnih prvenstvih.
Odgovor: Ne drži
Razlaga: Številne države in mednarodne zveze imajo programe za preprečevanje dopinga. Če ste član državne reprezentance ste lahko podvrženi testiranju bodisi med tekmovanjem ali izven tekmovanja na vašem domu ali na treningu.
-
- 3 ▶ **Vprašanje:** WADA pomeni: World Anti-Doping Administration, World Anti-Doping Agency (Svetovna protidopinška administracija, Svetovna protidopinška agencija)?
Odgovor: World Anti-Doping Agency (Svetovna protidopinška agencija)
Razlaga: Misija Svetovne protidopinške agencije (WADA) je promocija, koordinacija in nadzor na mednarodnem nivoju v boju proti dopingu v športu v vseh oblikah.
-
- 4 ▶ **Vprašanje:** Če je določeno zdravilo dovoljeno uporabljati v domači državi, ali lahko enako zdravilo kupim tudi v tujini?
Odgovor: Ne drži
Razlaga: Nekatera zdravila imajo v različnih državah nekoliko drugačno sestavo. V nekaterih primerih gre pri razlikah tudi za prepovedane snovi. Natančno preverite vsebino in se po potrebi posvetujte s svojim zdravnikom.
-
- 5 ▶ **Vprašanje:** Kolikokrat se lahko športnika testira v enem letu?
a. 2
b. 5
c. 20
d. Neomejeno
Odgovor: d. Neomejeno
Razlaga: Število letnih testiranj, vključno s testiranjem na tekmovanjih ali izven njih in naključnim ali ciljanim testiranjem ni omejeno.
-
- 6 ▶ **Vprašanje:** Analizo urina za prepovedane snovi in postopke v športu lahko izvaja katerikoli laboratorij s potrebno opremo.
Odgovor: Ne drži
Razlaga: Analiza urina za določanje prepovedanih snovi ali postopkov v športu se izvaja le v laboratorijih, ki ustrezajo visokim standardom WADA in imajo status akreditiranega laboratorija.
-
- 7 ▶ **Vprašanje:** Če prehransko dopolnilo kupim v lekarni (brez recepta) je gotovo dovoljeno v športu.
Odgovor: Ne drži
Razlaga: Vsako jemanje dopolnil in/ali snovi je na lastno odgovornost. Številna dopolnila vsebujejo prepovedane snovi. Industrija prehranskih dopolnil v številnih državah ni urejena, zato je zelo pomembno da zagotovo veste kaj določen izdelek vsebuje. NASVET: Če je slišati prelepo, da bi bilo res - je verjetno prepovedano! Najboljša alternativa uporabi prehranskih dopolnil je prilagojen program prehrane.
-
- 8 ▶ **Vprašanje:** Ali se v primeru bolezni dopušča jemanje katerihkoli zdravil?
Odgovor: Ne drži
Razlaga: Če imate prehlad, gripo ali seneni nahod NIKOLI NE jemljite zdravil ali snovi ne da bi se prej prepričali, da ne vsebujejo prepovedanih snovi. To velja tako za zdravila brez recepta, kot za tista, ki jih predpiše zdravnik. Pozitiven test je pozitiven test.
-

- 9 ▶ **Vprašanje:** V primeru pozitivnega testa športnika se lahko kaznuje tudi trenerja ali zdravnika, ki športniku pomaga ali ga napeljuje na jemanje prepovedanih snovi.
Odgovor: Drži
Razlaga: *Pomoč ali napeljevanje športnikov na uporabo prepovedanih snovi ali postopkov velja za resno kršitev dopinga, za katero so zagrožene sankcije v skladu s Svetovnim protidopinškim kodeksom.*
-
- 10 ▶ **Vprašanje:** Uradniki za kontrolo dopinga morajo športnike obvestiti o nameravanem testiranju nekaj ur pred njihovim prihodom.
Odgovor: Ne drži
Razlaga: *Kjer je mogoče, se testiranje izvede nenapovedano. To pomeni, da lahko uradniki za kontrolo dopinga (UKD) testiranja izvedejo kjerkoli in kadarkoli. Od njih pa se pričakuje, da testiranja izvajajo po lastni presoji tako, da športnikom ne povzročajo prevelikih nevšečnosti.*
-
- 11 ▶ **Vprašanje:** Ko se vzorec odvzame in zapečati ter se izpolnijo vsi potrebni obrazci, je vsak poskus odpiranja, kontaminacije ali kakršnegakoli poseganja v vzorce očiteno.
Odgovor: Drži
Razlaga: *Športnik lahko zaupa v varnost svojega vzorca pred posegi. Poleg tega laboratorij pred pričetkom analize opozori na vsak sum glede posegov v celovitost vzorca.*
-
- 12 ▶ **Vprašanje:** Športnik lahko zavrne sodelovanje v kontroli dopinga, če je prezaposlen.
Odgovor: Ne drži
Razlaga: *Zavrnitev sodelovanja v kontroli dopinga je izpostavljena enakim sankcijam kot pozitiven test. V primeru, da športnik zavrne sodelovanje v kontroli dopinga, mora čim prej navesti razloge za zavrnitev na ustrezen obrazec in o njih obvestiti pristojno nadzorno telo.*
-
- 13 ▶ **Vprašanje:** Ali me lahko na mojo zahtevo na kontrolo dopinga spremlja trener?
Odgovor: Drži
Razlaga: *Vsak športnik ima pravico, da ga na kontroli dopinga spremlja zastopnik.*
-
- 14 ▶ **Vprašanje:** Ali moram uporabiti izbrano opremo za odvzem vzorca tudi če menim, da ni ustrezna ali ni čista? Ali ne smem prositi za novo opremo?
Odgovor: Ne drži
Razlaga: *Športnik mora imeti na izbiro več kompletov opreme za odvzem vzorcev. Če s kompletom, ki ga je najprej izbral, ni zadovoljen, lahko prosi za novega.*
-
- 15 ▶ **Vprašanje:** Svojemu zdravniku moram povedati, da sem kot športnik izpostavljen kontrolam dopinga in ne smem uporabljati prepovedanih snovi.
Odgovor: Drži
Razlaga: *Pomembno je, da vaš zdravnik ve, da vam mora predpisati zdravila, ki niso na Listi prepovedanih snovi. Če to ni mogoče, mora športnik pred uporabo zdravil pri svoji mednarodni zvezi, državnem nadzornem organu ali državni protidopinški organizaciji zaprositi za izjemo za terapevtsko uporabo (TI). Za nujne primere obstajajo posebni postopki, o katerih prav tako velja obvestiti zdravnika.*
-
- 16 ▶ **Vprašanje:** Ali se v primeru, da športnik ne more zagotoviti zahtevane količine urina, poleg urinskega testa zahteva tudi krvni test?
Odgovor: Ne drži
Razlaga: *Če športnik ne more zagotoviti zahtevane količine urina, se delni vzorec zapečati in zabeleži, športnik pa mora zagotoviti dodatne vzorce za izpolnitev zahtevane količine.*
-

- 17 ▶ **Vprašanje:** Ali lahko sprejem zdravila od človeka, ki mu zaupam, tudi če ne vem, kaj le-ta vsebujejo?
Odgovor: Ne drži
Razlaga: Športniki morajo vedno vedeti kaj vnašajo v svoje telo. Jemanje zdravil brez poznavanja vsebine lahko povzroči pozitiven rezultat pri dopinških testih in lahko resno škoduje zdravju.
-
- 18 ▶ **Vprašanje:** Ali smem sam zapustiti sobo in si skuhati čaj ali urediti kakšno stvar, če me na domu obišče uradnik za kontrolo dopinga za izvedbo testa izven tekmovanja?
Odgovor: Ne drži
Razlaga: Pomembno je, da zaščitite celovitost svojega vzorca in ostanete v vidnem polju uradnika za kontrolo dopinga do zaključka testa. Če morate zapustiti prostor, uradniku za kontrolo dopinga povejte, da vas bo spremljal.
-
- 19 ▶ **Vprašanje:** Če sem v tem tednu že opravil test izven tekmovanja, bo do naslednjega testa gotovo minilo nekaj tednov.
Odgovor: Ne drži
Razlaga: Naslednji test se lahko zgodi čez nekaj tednov, nekaj dni ali nekaj ur. Opravljanje več preizkusov v kratkem času je koristno, saj goljufom ne dopušča občutka varnosti po opravljenem testiranju.
-
- 20 ▶ **Vprašanje:** Ali lahko zavrnem testiranje, če uradnik za kontrolo dopinga nima nobene identifikacije?
Odgovor: Drži
Razlaga: Uradnik za kontrolo dopinga mora dokazati, da je pooblaščen za izvajanje testov in da pripada pooblaščen organizaciji za zbiranje vzorcev. Če tega ne dokaže, to pojasnite na ustreznem obrazcu, ga podpišite, obdržite svoj izvod in nemudoma obvestite svojo zvezo.
-
- 21 ▶ **Vprašanje:** Ali oseba, ki sprejme moj vzorec v laboratoriju, ve kdo sem?
Odgovor: Ne drži
Razlaga: Dokumentacija, ki spremlja vaš vzorec v laboratorij, ne izdaja vaše identitete. Edini podatki, ki jih laboratorij prejme, so šport/tekmovanje/spol/zveza in datum testa.
-
- 22 ▶ **Vprašanje:** Program izjem za terapevtsko uporabo "TI" športnikom omogoča prejetje zdravil za resne zdravstvene težave, ki so sicer na seznamu prepovedanih snovi. Izjema za terapevtsko uporabo TI se dovoli le, če snov ne povzroča večjih zdravstvenih tveganj, ne izboljšuje zmogljivosti in če na voljo ni drugih snovi ali postopkov.
Odgovor: a. Izjema za terapevtsko uporabo - Therapeutic use exemption
Razlaga: Športniki mednarodnega nivoja morajo prošnje za izjeme za terapevtsko uporabo (TI) oddati svoji mednarodni zvezi, športniki državnega nivoja pa prošnje oddajo državnemu protidopinški agenciji. TI se podelijo za točno določen odmerek določenega zdravila za določen čas.
-
- 23 ▶ **Vprašanje:** Lista prepovedanih snovi vsebuje postopke in snovi, ki so prepovedane za uporabo med tekmovanji in izven njih.
Odgovor: Drži
Razlaga: Lista prepovedanih snovi letno pregleduje skupina mednarodnih strokovnjakov in posodobljena različica stopi v veljavo 1. januarja vsako leto. Vsi športniki morajo poskrbeti, da poznajo najnovejše informacije glede Liste, ki je na voljo na spletni strani WADA - www.wada-ama.org.
-
- 24 ▶ **Vprašanje:** Tudi če sem poškodovan in ne tekmujem sem dolžan sporočiti svojo lokacijo ustrezni športni zvezi za potrebe dopinških testov.
Odgovor: Drži
Razlaga: Kot športnik ste dolžni sporočiti svojo lokacijo protidopinški organizaciji tudi če ne tekmujete zaradi poškodbe ali bolezni.
-
- 25 ▶ **Vprašanje:** Na tekmovanju sem lahko podvržen testu dopinga tudi, če nisem tekmoval.
Odgovor: Drži
Razlaga: Če ste navedeni kot član ekipe ste lahko vključeni v kontrolo dopinga ne glede na to, ali ste tekmovali ali ne.
-

- 26 ▶ **Vprašanje:** V primeru, da je test pozitiven za prisotnost prepovedane snovi, ima športnik pravico:
- Zahtevati analizo vzorca B
 - Osebnost pristopiti ali imenovati zastopnika za pristopovanje odpiranju in analizi vzorca B
 - Zahtevati izvode laboratorijske dokumentacije
 - Vsi naštetih odgovori

Odgovor: d. Vsi naštetih odgovori

Razlaga: Svetovni protidopinški kodeks zagotavlja spoštovanje pravic športnikov.

- 27 ▶ **Vprašanje:** Kako pogosto se obnavlja Lista prepovedanih snovi?
- Enkrat mesečno
 - Enkrat letno
 - Pred vsakimi olimpijskimi in paraolimpijskimi igrami
 - Nikoli

Odgovor: b. Enkrat letno

Razlaga: *Listo prepovedanih snovi letno pregleduje skupina mednarodnih strokovnjakov in posodobljena različica stopi v veljavo 1. januarja vsako leto. Vsi športniki morajo poskrbeti, da poznajo najnovejše informacije glede Liste, ki je na voljo na spletni strani WADA - www.wada-ama.org.*

- 28 ▶ **Vprašanje:** Ali se moram po obvestilu, da sem izbran za kontrolo dopinga, takoj zglasti na postaji za kontrolo dopinga?
- Da
 - Ne – imam eno uro
 - Pridem lahko, ko sem pripravljen
 - Ne – imam 24 ur

Odgovor: a. Da

Razlaga: *Ko vas uradnik za kontrolo dopinga (UKD) ali nadzornik obvesti, da ste izbrani za kontrolo dopinga, se morate na Postaji za kontrolo dopinga zglasti nemudoma, razen v primeru opravičljivih razlogov. Tudi če imate opravičljiv razlog, MORATE vedno ostati pod stalnim nadzorom UKD in/ali nadzornika vse do konca postopka odvzema vzorca.*

- 29 ▶ **Vprašanje:** Če sem izločen iz svojega športa, lahko tekmujem v drugem športu.

Odgovor: Ne drži

Razlaga: *Če ste kaznovani zaradi kršitve protidopinških pravil, v obdobju izločitve ne smete sodelovati na tekmovanjih ali aktivnostih na kateremkoli nivoju.*

- 30 ▶ **Vprašanje:** Če imam pozitiven test v svoji državi, lahko tekmujem za drugo državo.

Odgovor: Ne drži

Razlaga: *Če ste kršili protidopinška pravila v vaši državi, bo vaša kršitev priznana v vseh državah, podpisnicah WADA Kodeksa. Med obdobjem izločitve zato ne morete tekmovati za drugo državo.*

- 31 ▶ **Vprašanje:** Ali sem lahko obdolžen kršitve protidopinških pravil, če sem zaužil prehransko dopolnilo, ki je kontaminirano s prepovedano snovjo?

Odgovor: Da

Razlaga: *V skladu z načelom objektivne odgovornosti je vsak športnik odgovoren za vsako prepovedano snov, najdeno v njegovem telesu. Očitana vam bo domnevna kršitev protidopinških pravil, ne glede na to, ali ste namerno zaužili prepovedano snov in ne glede na stopnjo vaše previdnosti. Vedno bodite previdni, ko uživata katerekoli snovi, hrano (predvsem meso v določenih državah) ali dopolnila.*

32 ▶ Vprašanje: Kdo odloči, ali bo prošnja za terapevtsko izjemo (TI), ki dovoljuje uporabo prepovedanih snovi zaradi zdravstvenega stanja, podeljena ali zavrnjena?

- a. Odbor športnikov
- b. Skupina strokovnjakov, ki dela za nacionalno / mednarodno športno zvezo
- c. Odbor medicinskih strokovnjakov
- d. Predsednih nacionalne ali mednarodne športne zveze

Odgovor: c. Odbor medicinskih strokovnjakov

Razlaga: Po vlogi prošnje za TI pristojni protidopinški organizaciji (MZ ali NADO in/ali organizatorju velikih tekmovanj, ko je to potrebno), bo vaša vloga primerno obravnavana s strani skupine neodvisnih zdravnikov, ki se ji reče Odbor za terapevtske izjeme (OTI). MZ, NADO in organizatorji velikih tekmovanj so preko svojih odborov nato pristojni za odobritev ali zavrnitev vaše prošnje.

33 ▶ Vprašanje: Če želim spoštovati svoj šport in biti najboljši športnik, kot sem lahko, moram:

- a. Priznati, da je zmaga najpomembnejša
- b. Narediti karkoli je potrebno, da pridobim prednost
- c. Se zavedati, da neuspeh pomeni, da sem naredil nekaj narobe
- d. Nič od naštetega

Odgovor: d. Nič od naštetega

Razlaga: Trdo delo, predanost in učenje na neuspehih so ključnega pomena, če želite postati najboljši športnik. Zmaga za vsako ceno brez spoštovanja do zdravja, sotekmovalcev ali pravil je v nasprotju s športnim duhom.

34 ▶ Vprašanje: Športniki, ki se dopingirajo, goljufajo športnikovo pravico, da tekmuje v čistem športu.

Odgovor: Drži

Razlaga: Ko športnik goljufa, se sam izloči iz igre, preneha tekrovati v športnem duhu, saj tekovanje ni več pošteno. Kršenje protidopinških pravil je enako kot kršenje tekrovvalnih pravil, ki jih upoštevajo vsi športniki kot pogoj za sodelovanje in pošteno tekovanje.

35 ▶ Vprašanje: Kdo je pooblaščen za odvzem krvnih vzorcev?

- a. Usposobljen uradnik za odvzem krvi (BCO)
- b. Usposobljen uradnik za kontrolo dopinga (UKD)
- c. Usposobljen nadzornik
- d. Vsi našteti

Odgovor: a. Usposobljen uradnik za odvzem krvi (BCO)

Razlaga: Uradnik za odvzem krvi (BCO) je uradnik, ki je usposobljen in pooblaščen s strani protidopinške organizacije za odvzem krvi športniku.

36 ▶ Vprašanje: Koliko časa po odvzemu vzorca (urina in/ali krvi) se lahko vzorce shrani in ponovno analizira?

- a. Za nedoločeno obdobje
- b. 10 let
- c. 2 leti
- d. Ne da se jih shraniti

Odgovor: b. 10 let

Razlaga: Vsi vzorci se lahko shranijo za največ 10 let in se v tem obdobju kadarkoli ponovno analizirajo, kar pomeni, da se lahko odkrijejo snovi, ki se jih prej ni dalo odkriti. Športniki so lahko kaznovani in njihovi rezultati so lahko diskvalificirani tudi veliko kasneje od datuma odvzema vzorca.

37 ▶ Vprašanje: Pozitiven test je edini način, da je lahko športnik kaznovan.

Odgovor: Ne drži

Razlaga: Prisotnost prepovedane snovi v vzorcu športnika je samo 1 izmed 11 kršitev protidopinških pravil. Zavračanje ali nepristop k odvzemu vzorca, posest prepovedane snovi, udeležba in prepovedano sodelovanje so nekatere izmed drugih kršitev, zaradi katerih je lahko športnik kaznovan.

- 38 ▶ Vprašanje:** Lahko sem kaznovan, ker sodelujem s trenerjem, zdravnikom ali drugim članom spremljevalnega osebja, ki prestaja obdobje izločitve zaradi kršitve protidopinških pravil.
Odgovor: Drži
Razlaga: *Prepovedano sodelovanje je kršitev protidopinških pravil zaradi katere je lahko športnik kaznovan.*
-
- 39 ▶ Vprašanje:** Če vem, da je bilo prehransko dopolnilo preverjeno s testom kakovosti, sem lahko prepričan, da ne vsebuje snovi, ki so na Listi prepovedanih snovi in postopkov.
Odgovor: Ne drži
Razlaga: *Ne obstaja način, da bi lahko garantirali, da dopolnila ne vsebujejo prepovedanih snovi, saj ta industrija ni nadzorovana. Nobena organizacija ne more garantirati varnosti prehranskega dopolnila ali njihove sestave. Uživanje uravnotežene prehrane iz naravnih živil je najboljši način za izboljšanje vaših sposobnosti.*
-