

- 1 > **คำถาม:** นักกีฬาต้องรับผิดชอบทุกสิ่งที่เข้าสู่ร่างกาย ไม่ว่าจะเป็นการกิน ฉีดหรือวิธีอื่น ๆ
คำตอบ: ใช่
คำอธิบาย: นักกีฬาทุกคนจะต้องเป็นคนแสวงหาข้อมูลอยู่เสมอ เพื่อลดความเสี่ยงของอาชีพการเป็นนักกีฬา ถ้าคุณมีข้อสงสัย ให้ ถามทันที !!! ถ้าคุณไม่มั่นใจ 100% เกี่ยวกับส่วนผสมหรือสถานะของสารใดๆ อย่ารีบประทวนเป็นเด็ดขาด!!!

- 2 > **คำถาม:** นักกีฬาที่เป็นกลุ่มเป้าหมายของการควบคุมสารต้องห้าม คือ นักกีฬาที่เข้าแข่งขันกีฬาโอลิมปิกเกมส์ พาราลิมปิกเกมส์ และรายการชิงแชมป์โลกเท่านั้น
คำตอบ: ไม่ใช่
คำอธิบาย: เนื่องจากแต่ละประเทศและสหพันธ์กีฬาต่าง ๆ มีกิจกรรมการต่อต้านสารต้องห้าม ซึ่งหมายความว่าหากคุณเป็นนักกีฬาทีมชาติแล้ว คุณมีสิทธิ์ถูกเก็บตัวอย่างได้ทุกที่ไม่ว่าจะเป็นในช่วงระหว่างการแข่งขันหรือนอกการแข่งขัน ไม่ว่าจะเป็นที่บ้านหรือสถานที่ฝึกซ้อม

- 3 > **คำถาม:** WADA ย่อมาจากอะไร?
คำตอบ: World Anti-Doping Agency
คำอธิบาย: ภารกิจขององค์กรต่อต้านการใช้สารต้องห้ามโลก(World Anti-Doping Agency: WADA) คือ ส่งเสริม ประสานงาน และเฝ้าระวัง เพื่อต่อต้านการใช้สารต้องห้ามในกีฬาทุกรูปแบบ ตามประมวลกฎต่อต้านการใช้สารต้องห้ามโลก (World Anti-Doping Code)

- 4 > **คำถาม:** หากยาที่คุณใช้ในประเทศของคุณมีความปลอดภัย ยานิดเดียวกันนี้ที่คุณซื้อใช้ในต่างประเทศก็ปลอดภัยเช่นกัน?
คำตอบ: ไม่ใช่
คำอธิบาย: ยาบางชนิดมีส่วนประกอบไม่เหมือนกัน ดังนั้น ควรตรวจสอบให้แน่ใจก่อนใช้เสมอว่ายาดังกล่าวไม่มีส่วนประกอบของสารต้องห้าม

- 5 > **คำถาม:** นักกีฬาสามารถถูกเก็บตัวอย่างเพื่อตรวจหาสารต้องห้ามได้สูงสุดกี่ครั้งต่อปี?
a. 2
b. 5
c. 20
d. ไม่จำกัด
คำตอบ: d. ไม่จำกัด
คำอธิบาย: นักกีฬาสามารถถูกเก็บตัวอย่างได้ไม่จำกัดในแต่ละปี ทั้งในช่วงเวลาการแข่งขันและนอกช่วงเวลาการแข่งขัน ไม่ว่าจะโดยวิธีการสุ่มหรือการระบุตัวก็ตาม

- 6 > **คำถาม:** การตรวจวิเคราะห์ตัวอย่างเพื่อหาสารหรือวิธีการต้องห้าม สามารถดำเนินการโดยห้องปฏิบัติการใดก็ได้
คำตอบ: ไม่ใช่
คำอธิบาย: การตรวจวิเคราะห์ตัวอย่างเพื่อหาสารต้องห้ามหรือวิธีการต้องห้าม จะดำเนินการโดยห้องปฏิบัติการที่องค์กรต่อต้านการใช้สารต้องห้ามโลก (WADA Accredited-Laboratory) ให้การรับรองเท่านั้น

- 7 > **คำถาม:** อาหารเสริมที่ซื้อจากเคาน์เตอร์ร้านขายยาทั่วไป คืออาหารเสริมที่ได้รับอนุญาตให้ใช้ได้ในการกีฬาอย่างแน่นอน
คำตอบ: ไม่ใช่
คำอธิบาย: เนื่องจากอาหารเสริมไม่จำเป็นต้องแสดงส่วนประกอบทั้งหมดไว้บนฉลาก จึงอาจมีสารต้องห้ามผสมอยู่ WORDS OF WISDOM: ถ้ามันฟังดูเหมือนว่าดีเกินจริง - มันน่าจะเป็นสารต้องห้าม!!! สิ่งที่ดีที่สุดในการเสริมอาหารคือการปรับโปรแกรมทางโภชนาการของนักกีฬา

- 8 > **คำถาม:** หากนักกีฬาเจ็บป่วย นักกีฬาสามารถใช้ยาใดๆ ก็ได้ในการรักษาตัวเอง?
คำตอบ: ไม่ใช่
คำอธิบาย: เมื่อนักกีฬามีอาการเจ็บป่วย เช่น ไข้หวัด หรือ ไข้หวัดใหญ่ ควรต้องปรึกษาแพทย์ก่อนใช้ยาเสมอ เนื่องจากยาที่นักกีฬาซื้อใช้เองอาจมีส่วนประกอบของสารต้องห้ามผสมอยู่

- 9 > **คำถาม:** ผู้ฝึกสอน แพทย์ หรือบุคคลอื่น ๆ อาจถูกลงโทษได้ หากช่วยเหลือนหรือสนับสนุนให้นักกีฬากระทำการละเมิดกฎการต่อต้านการใช้สารต้องห้าม
คำตอบ: ใช่
คำอธิบาย: การสนับสนุนหรือการช่วยนักกีฬาให้ใช้สารต้องห้ามหรือวิธีการต้องห้าม ถือว่าละเมิดกฎการต่อต้านการใช้สารต้องห้ามอย่างร้ายแรงและจะถูกลงโทษตามที่กำหนดไว้ในประมวลกฎการต่อต้านการใช้สารต้องห้ามโลก (World Anti-Doping Code)

- 10 > **คำถาม:** เจ้าหน้าที่ควบคุมสารต้องห้าม (DCO) จะต้องแจ้งนักกีฬาให้ทราบก่อนว่าจะมีการดำเนินการเก็บตัวอย่าง
คำตอบ: ไม่ใช่
คำอธิบาย: ตามประมวลกฎการต่อต้านการใช้สารต้องห้ามโลก (World Anti-Doping Code) การเก็บตัวอย่างจะไม่มีแจ้งให้ทราบล่วงหน้า ซึ่งหมายความว่าเจ้าหน้าที่ควบคุมสารต้องห้าม (DCO) สามารถดำเนินการเก็บตัวอย่างได้ทุกที่และควรเกิดขึ้นในสถานที่ที่เหมาะสม

- 11 > **คำถาม:** เมื่อตัวอย่างได้ถูกปิดสนิทและการกรอกเอกสารการเก็บตัวอย่างเสร็จสิ้นสมบูรณ์แล้ว หากมีการกระทำใดๆ เพื่อพยายามเปิด ทำให้เป็นเชื้อหรือแทรกแซงทำให้เกิดความเสียหายกับตัวอย่าง ย่อมปรากฏการกระทำนั้นๆ ให้เห็นอย่างชัดเจน
คำตอบ: ใช่
คำอธิบาย: นักกีฬาควรมั่นใจว่าตัวอย่างของพวกเขาจะไม่ถูกตัดแปลงได้ นอกจากนี้ ห้องปฏิบัติการจะรายงานข้อสงสัยใดๆ ที่เกี่ยวกับความสมบูรณ์ของตัวอย่างก่อนการตรวจวิเคราะห์เสมอ

- 12 > **คำถาม:** นักกีฬาสามารถปฏิเสธการให้ตัวอย่างได้ ในกรณีที่ไม่ว่าง
คำตอบ: ไม่ใช่
คำอธิบาย: ตามประมวลกฎการต่อต้านการใช้สารต้องห้ามโลก (World Anti-Doping Code) หากนักกีฬาปฏิเสธการให้ตัวอย่างหลังจากรับการแจ้งแล้ว เขาต้องให้คำอธิบายถึงการปฏิเสธแบบฟอร์มที่เกี่ยวข้อง และแจ้งผู้ที่เกี่ยวข้องของเขาโดยเร็วที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้

- 13 > **คำถาม:** นักกีฬาสามารถร้องขอให้ผู้ฝึกสอนติดตามไปยังสถานี่ควบคุมสารต้องห้ามได้
คำตอบ: ใช่
คำอธิบาย: นักกีฬาทุกคนมีสิทธิ์ที่จะมีตัวแทนติดตามเข้าไปยังสถานี่ควบคุมสารต้องห้ามได้

- 14 > **คำถาม:** นักกีฬาต้องใช้อุปกรณ์เก็บตัวอย่างที่ได้เลือกไว้แล้ว แม้ว่ามันอาจจะถูกตัดแปลงหรือดูสกปรก นักกีฬาไม่สามารถขอเปลี่ยนได้
คำตอบ: ไม่ใช่
คำอธิบาย: นักกีฬาควรเลือกของอุปกรณ์เก็บตัวอย่างที่ปิดสนิท หากนักกีฬาไม่พอใจดูตรวจอันเดิมที่เลือก นักกีฬามีสิทธิ์ที่จะขอเลือกอุปกรณ์ชุดใหม่ได้

- 15 > **คำถาม:** นักกีฬาต้องแจ้งแพทย์ก่อนการรักษาเสมอ ว่าตนเองเป็นนักกีฬาที่อยู่ภายใต้การควบคุมสารต้องห้ามและแพทย์ไม่ควรจ่ายยาหรือใช้วิธีการรักษาที่เป็นข้อห้าม
คำตอบ: ใช่
คำอธิบาย: มันเป็นเรื่องสำคัญที่แพทย์ผู้ทำการรักษานักกีฬา จำเป็นต้องรู้ถึงข้อห้ามของการใช้สารและวิธีการต้องห้าม รวมถึงกระบวนการขออนุญาตใช้สารหรือวิธีการต้องห้ามเพื่อการรักษา (TUE) หากมีความจำเป็น
- 16 > **คำถาม:** หากนักกีฬาไม่สามารถให้ตัวอย่างปัสสาวะได้ตามจำนวนที่กำหนด คุณสามารถให้ตัวอย่างเลือดเพิ่มเติมลงไปตัวอย่างปัสสาวะของคุณได้
คำตอบ: ไม่ใช่
คำอธิบาย: หากคุณไม่สามารถให้ตัวอย่างปัสสาวะได้ตามปริมาณที่กำหนด ตัวอย่างปัสสาวะที่ได้มานั้นจะถูกปิดผนึกและบันทึกปริมาณไว้ และเมื่อคุณพร้อม คุณจะต้องปัสสาวะต่อไปจนกว่าจะปัสสาวะได้ปริมาณที่ต้องการ
- 17 > **คำถาม:** นักกีฬาสามารถซื้อขายที่รับจากคนที่ไว้ใจได้เสมอ แม้นักกีฬาจะไม่ทราบว่ามันมีส่วนประกอบอะไรบ้าง
คำตอบ: ไม่ใช่
คำอธิบาย: เป็นหน้าที่ของนักกีฬาที่จะต้องทราบและรับผิดชอบกับทุกสิ่งที่ได้รับเข้าสู่ร่างกาย การซื้อขายโดยไม่ทราบถึงส่วนประกอบของอาจส่งผลให้การตรวจวิเคราะห์พบสารต้องห้ามได้ รวมทั้งยังเป็นอันตรายต่อสุขภาพของนักกีฬาด้วย
- 18 > **คำถาม:** หากเจ้าหน้าที่ควบคุมสารต้องห้าม (DCO) มาเก็บตัวอย่างในช่วงเวลานอกการแข่งขันที่บ้านของนักกีฬา นักกีฬาสามารถออกจากห้องเพื่อไปหาเครื่องดื่มตามลำพังได้หรือไม่?
คำตอบ: ไม่ได้
คำอธิบาย: ในกระบวนการเก็บตัวอย่าง นักกีฬาไม่สามารถอยู่ตามลำพังได้จนกว่ากระบวนการจะเสร็จสิ้น หากต้องการออกจากห้องให้แจ้งเจ้าหน้าที่ควบคุมสารต้องห้าม เขาจะไปกับคุณ
- 19 > **คำถาม:** หากนักกีฬาให้ตัวอย่างนอกช่วงเวลาการแข่งขันไปแล้วในสัปดาห์นี้ กว่าจะนักกีฬาจะถูกเก็บตัวอย่างครั้งต่อไปคงใช้เวลาอีกหลายสัปดาห์?
คำตอบ: ไม่ใช่
คำอธิบาย: การให้ตัวอย่างครั้งต่อไปสามารถเกิดขึ้นได้อีกภายในสัปดาห์หน้า พรุ่งนี้ หรือแม้กระทั่งภายในไม่กี่ชั่วโมงข้างหน้า เพื่อป้องกันไม่ให้นักกีฬาใช้สารต้องห้ามหลังได้รับการตรวจไปแล้วก็ตาม
- 20 > **คำถาม:** หากเจ้าหน้าที่ควบคุมสารต้องห้าม (DCO) ไม่ได้แสดงบัตรประจำตัว นักกีฬาสามารถปฏิเสธการให้ตัวอย่างได้
คำตอบ: ใช่
คำอธิบาย: เจ้าหน้าที่ควบคุมสารต้องห้าม (DCO) ต้องแสดงบัตรเพื่อยืนยันว่ามีอำนาจในการตรวจหาสารต้องห้ามในแต่ละครั้งได้ หากไม่ปฏิบัติตามที่กล่าวมานักกีฬาสามารถทำการเขียนรายงานเป็นลายลักษณ์อักษรไว้ในแบบฟอร์มที่เกี่ยวข้อง และแจ้งเหตุที่เกิดขึ้นไปยังสมาคมกีฬา หรือสหพันธ์กีฬาที่เกี่ยวข้องทันที
- 21 > **คำถาม:** บุคคลซึ่งรับตัวอย่าง ณ ห้องปฏิบัติการสามารถทราบถึงตัวตนของนักกีฬาได้
คำตอบ: ไม่ใช่
คำอธิบาย: ข้อมูลส่วนตัวของนักกีฬาจะไม่ถูกเปิดเผยต่อห้องปฏิบัติการ ยกเว้นชนิดกีฬา/ประเภทกีฬา/เพศ/สหพันธ์กีฬาและวันเดือนปีที่เกิดตัวอย่างเท่านั้น
- 22 > **คำถาม:** TUE ย่อมาจากอะไร
คำตอบ: a. Therapeutic Use Exemption
คำอธิบาย: นักกีฬาระดับนานาชาติควรส่งแบบฟอร์ม TUE ไปยังสหพันธ์กีฬานานาชาติของพวกเขา และนักกีฬาระดับชาติควรส่งฟอร์มของตนให้แก่องค์กรต่อต้านการใช้สารต้องห้ามแห่งชาติของตนเอง โดย TUE จะได้รับอนุญาตให้ใช้กับยาที่เฉพาะเจาะจงเป็นไปตามปริมาณและระยะเวลาที่ระบุไว้ใน TUE เท่านั้น
- 23 > **คำถาม:** รายการต้องห้าม (Prohibited List) จะระบุชื่อสารและวิธีการที่มีสถานะต้องห้ามไว้ ทั้งที่ห้ามใช้ในช่วงเวลาการแข่งขันและนอกช่วงเวลาการแข่งขัน
คำตอบ: ใช่
คำอธิบาย: รายการสารต้องห้ามมีการปรับปรุงทุกปี โดยคณะผู้เชี่ยวชาญสาขาต่าง ๆ จากทั่วโลก ทำเนียบสารต้องห้ามของแต่ละปีจะถูกประกาศใช้ในวันที่ 1 มกราคมของทุกปี นักกีฬาทุกคนควรตรวจสอบให้แน่ใจว่าพวกเขามีความตระหนักถึงข้อมูลล่าสุดของทำเนียบสารต้องห้าม ซึ่งจะปรากฏอยู่บนเว็บไซต์ของ WADA – www.wada-ama.org
- 24 > **คำถาม:** ถึงแม้ว่านักกีฬาที่บาดเจ็บหรือไม่ได้ร่วมแข่งขัน นักกีฬายังคงมีหน้าที่แจ้งข้อมูลถิ่นที่อยู่ของตนเองในระบบ (Whereabout Information) ให้องค์กรกีฬาที่เกี่ยวข้องกับสารต้องห้ามทราบ เพราะบางกรณีพวกเขาอาจจะเข้าเก็บตัวอย่างตามสถานที่นั้นๆ ได้
คำตอบ: ใช่
คำอธิบาย: ในฐานะนักกีฬา คุณต้องส่งข้อมูลรายงานถิ่นที่อยู่ (Whereabout Information) แม้ว่า คุณจะไม่มีการแข่งขันเนื่องจากบาดเจ็บหรือป่วย เพื่อให้้องค์กรต่อต้านการใช้สารต้องห้ามสามารถดำเนินการเก็บตัวอย่างนอกช่วงเวลาการแข่งขันได้ตลอดเวลา
- 25 > **คำถาม:** ในระหว่างการแข่งขัน นักกีฬาที่เป็นผู้เล่นสำรองก็สามารถถูกตรวจหาสารต้องห้ามได้
คำตอบ: ใช่
คำอธิบาย: เพียงแค่นักกีฬามีชื่ออยู่ในทีม นักกีฬาอาจถูกสุ่มให้ตัวอย่างได้ โดยไม่คำนึงว่าจะลงแข่งขันหรือไม่ก็ตาม
- 26 > **คำถาม:** หากผลการวิเคราะห์พบสารต้องห้าม นักกีฬามีสิทธิในข้อใดดังต่อไปนี้
a. ขอตรวจยืนยันผลตัวอย่างขวด B
b. เข้าร่วมหรือแต่งตั้งตัวแทนเป็นพยานในการเปิดตัวอย่างขวด B
c. ร้องขอสำเนารายงานผลการตรวจวิเคราะห์จากห้องปฏิบัติการ
d. ถูกทุกข้อ
คำตอบ: d. ถูกทุกข้อ
คำอธิบาย: ประมวลกฎหมายต่อต้านการใช้สารต้องห้ามโลกมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้นักกีฬาได้มั่นใจว่าได้รับความเคารพในสิทธิของเขาย่างถูกต้อง
- 27 > **คำถาม:** รายการต้องห้าม (Prohibited List) มีการปรับปรุงบ่อยแค่ไหน?
a. เดือนละครั้ง
b. อย่างน้อยปีละครั้ง
c. ก่อนการแข่งขันกีฬาโอลิมปิกเกมส์และพาราลิมปิกเกมส์
d. ไม่มีการปรับปรุงเลย
คำตอบ: b. อย่างน้อยปีละครั้ง
คำอธิบาย: ทำเนียบสารต้องห้ามมีการทบทวนเป็นประจำทุกปี โดยคณะผู้เชี่ยวชาญจากต่างประเทศและทำเนียบสารต้องห้ามที่มีการปรับปรุงนั้นจะมีผลบังคับใช้วันที่ 1 มกราคมของทุกปี นักกีฬาทุกคนควรแน่ใจว่าพวกเขามีความตระหนักมากที่สุดในการที่อัปเดตข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับทำเนียบสารต้องห้ามที่สามารถใช้ได้ในเว็บไซต์ขององค์กรต่อต้านการใช้สารต้องห้ามโลก (WADA) - www.wada-ama.org

- 28 > **คำถาม:** เมื่อนักกีฬาได้รับการแจ้งว่าจะต้องให้ตัวอย่าง นักกีฬาจะต้องไปรายงานตัวที่สถานคุ้มครองสารต้องห้ามในทันทีใช่หรือไม่?
 a. ใช่
 b. ไม่ใช่ นักกีฬามีเวลาไปรายงานตัวภายใน 1 ชั่วโมง
 c. สามารถไปรายงานตัวเมื่อใดก็ได้ หากนักกีฬาพร้อมที่จะไป
 d. ไม่ใช่ นักกีฬามีเวลาไปรายงานตัวภายใน 24 ชั่วโมง
คำตอบ: a. ใช่
คำอธิบาย: เมื่อนักกีฬาได้รับการแจ้งจากเจ้าหน้าที่คุ้มครองสารต้องห้าม (DCO) หรือเจ้าหน้าที่ติดตามนักกีฬา (Chaperone) เกี่ยวกับการเก็บตัวอย่าง นักกีฬาจะต้องไปรายงานตัวที่สถานคุ้มครองสารต้องห้ามทันทีหลังจากที่ได้รับแจ้ง เว้นแต่มีเหตุผลที่สมควร อย่างไรก็ตาม นักกีฬาจะได้รับการติดตามจากเจ้าหน้าที่ตลอดเวลามากกว่าจะเสร็จกระบวนการ
-
- 29 > **คำถาม:** หากนักกีฬาถูกลงโทษห้ามเข้าร่วมการแข่งขันในชนิดกีฬาที่ตนเองเล่นอยู่ นักกีฬาคนนั้นสามารถเข้าร่วมแข่งขันกีฬานี้อื่นได้หรือไม่?
คำตอบ: ไม่ได้
คำอธิบาย: หากนักกีฬาถูกลงโทษห้ามเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเนื่องจากละเมิดต่อกฎต่อต้านการใช้สารต้องห้าม (ADRV) ในระหว่างการถูกลงโทษ นักกีฬาไม่สามารถเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาใดๆ หรือมีส่วนร่วมในกิจกรรมของกีฬาอื่นๆ ได้ไม่ว่าจะเป็นในระดับใดก็ตาม
-
- 30 > **คำถาม:** ถ้าฉันถูกตรวจพบสารต้องห้ามในประเทศของฉัน ฉันก็ยังเข้าร่วมการแข่งขันในประเทศอื่นได้
คำตอบ: ไม่ใช่
คำอธิบาย: ถ้าคุณละเมิดกฎต่อต้านการใช้สารต้องห้าม (ADRV) ในประเทศของคุณ จะมีกระบวนการบันทึกข้อมูลของคุณ และส่งข้อมูลของคุณไปยัง WADA ดังนั้น ในระหว่างช่วงเวลาที่คุณถูกลงโทษ คุณจะไม่ได้สิทธิ์ให้เข้าร่วมการแข่งขันอื่นใด และจะไม่สามารถเข้าร่วมการแข่งขันในประเทศอื่นได้เลย
-
- 31 > **คำถาม:** หากนักกีฬาพบประทานอาหารเสริมที่มีส่วนผสมของสารต้องห้าม จะถือเป็นการละเมิดกฎต่อต้านการใช้สารต้องห้าม ใช่หรือไม่?
คำตอบ: ใช่
คำอธิบาย: ภายใต้กฎการต่อต้านการใช้สารต้องห้ามทางการกีฬา เมื่อนักกีฬาถูกตรวจพบสารหรือวิธีการต้องห้ามในร่างกาย นักกีฬาจะต้องรับผิดชอบต่อสิ่งที่ตรวจพบนั้น ไม่ว่านักกีฬาจะเจตนาใช้หรือไม่เจตนาก็ตาม อีกทั้ง นักกีฬาคงจะระมัดระวังเป็นอย่างดีในการรับประทาน ยา อาหารเสริม หรือแม้กระทั่งการรับประทานอาหาร (โดยเฉพาะเนื้อสัตว์ในบางประเทศ)
-
- 32 > **คำถาม:** ใครเป็นผู้พิจารณาอนุญาตหรือไม่อนุญาต กรณีที่นักกีฬายื่นขออนุญาตใช้สารต้องห้ามเพื่อการรักษา(TUE) ?
 a. คณะกรรมการของนักกีฬา
 b. กลุ่มของผู้เชี่ยวชาญที่ทำงานให้กับระดับชาติ/ นานาชาติและสหพันธ์กีฬานานาชาติ
 c. คณะกรรมการการแพทย์
 d. ประธานสหพันธ์กีฬาระดับชาติหรือนานาชาติ
คำตอบ: c. คณะกรรมการการแพทย์
คำอธิบาย: หลังจากส่งคำร้องขออนุญาตใช้สารหรือวิธีการต้องห้ามเพื่อการรักษา (TUE) ให้กับองค์กรต่อต้านสารต้องห้ามแห่งชาติแล้วจะมีคณะกรรมการการแพทย์ (TUEC) ที่เป็นผู้พิจารณาการอนุญาตหรือไม่อนุญาต
-
- 33 > **คำถาม:** หากคุณเคารพในกีฬาและอยากเป็นนักกีฬาที่ดีที่สุดเท่าที่คุณสามารถที่จะเป็นได้ คุณจำเป็นต้อง...
 a. ริ่ไว้ว่า ชัยชนะคือสิ่งที่สำคัญที่สุด
 b. ทำอย่างไรก็ได้เพื่อให้ตัวคุณเองได้เปรียบคนอื่นมากที่สุด
 c. จำไว้ว่า หากเกิดข้อผิดพลาด มันคือความผิดของคุณเอง
 d. ไม่มีข้อใดถูก
คำตอบ: d. ไม่มีข้อใดถูก
คำอธิบาย: การฝึกซ้อมอย่างหนัก ทุ่มเท และการเรียนรู้จากความผิดพลาด เป็นสิ่งจำเป็นที่จะทำให้นักกีฬาที่ดีที่สุด อย่างไรก็ตามชัยชนะไม่ใช่ทั้งหมดของกีฬา เราต้องเคารพกฎกติกาของกีฬา ให้ได้มาซึ่งชัยชนะที่ชาวสะอาด โดยปราศจากสารต้องห้ามและเล่นกีฬาด้วยจิตวิญญาณของนักกีฬาอย่างแท้จริง
-
- 34 > **คำถาม:** นักกีฬาทุกคนมีสิทธิ์ที่จะแข่งขันกันด้วยความใสสะอาดปราศจากสารต้องห้าม นักกีฬาที่ใช้สารหรือวิธีการต้องห้าม จึงถือเป็นการโกง
คำตอบ: ใช่
คำอธิบาย: เมื่อนักกีฬาโกงแล้วจะทำให้ทุกกีฬาคุณนั้นก็หมดโอกาสที่จะเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาต่างๆ การละเมิดกฎการต่อต้านการใช้สารต้องห้ามก็เปรียบเสมือนการละเมิดกฎของการเล่นกีฬา ซึ่งนักกีฬาทุกคนได้ยอมรับเงื่อนไขดังกล่าวและเข้าร่วมการแข่งขันอย่างชาวสะอาดตั้งแต่วินาทีแรกที่เริ่มเล่นกีฬาแล้ว
-
- 35 > **คำถาม:** ใครเป็นผู้มีอำนาจในการดำเนินการเก็บตัวอย่างเลือดในนักกีฬา?
 a. เจ้าหน้าที่เก็บตัวอย่างเลือด (BCO)
 b. เจ้าหน้าที่ควบคุมสารต้องห้าม (DCO)
 c. เจ้าหน้าที่ติดตามนักกีฬา (Chaperone)
 d. ถูกทุกข้อ
คำตอบ: a. เจ้าหน้าที่เก็บตัวอย่างเลือด (BCO)
คำอธิบาย: เจ้าหน้าที่เก็บตัวอย่างเลือด (BCO) ที่ได้รับการฝึกอบรมและผ่านการคัดเลือกจากองค์กรต่อต้านการใช้สารต้องห้าม(ADO) จะถูกแต่งตั้งให้ทำหน้าที่เก็บตัวอย่างเลือดในนักกีฬา
-
- 36 > **คำถาม:** หลังจากให้นักกีฬาได้ให้ตัวอย่างเรียบร้อยแล้ว (ไม่ว่าจะเป็นตัวอย่างเลือดหรือตัวอย่างปัสสาวะ) ตัวอย่างดังกล่าวสามารถเก็บรักษาและอาจถูกนำกลับมาตรวจวิเคราะห์ซ้ำได้ภายในระยะเวลาอีกกี่ปี?
 a. ระยะเวลาไม่จำกัด
 b. 10 ปี
 c. 2 ปี
 d. ไม่สามารถเก็บไว้ได้เลย
คำตอบ: b. 10 ปี
คำอธิบาย: ตัวอย่างทั้งหมดจะถูกเก็บรักษาไว้ได้นานถึง 10 ปี และสามารถนำกลับมาวิเคราะห์ใหม่ได้ ซึ่งบางสารที่ตรวจอาจไม่พบในขณะนี้ แต่อาจจะมาตรวจพบได้ในภายหลัง นั่นหมายถึงนักกีฬาจะถูกลงโทษย้อนหลังตั้งแต่วันที่เก็บตัวอย่าง รวมถึงยกเลิกผลการแข่งขันที่ผ่านมาทั้งหมดด้วย
-
- 37 > **คำถาม:** การตรวจพบสารต้องห้ามในร่างกายของนักกีฬา เป็นเพียงทางเดียวที่ทำให้นักกีฬาถูกดำเนินการลงโทษได้
คำตอบ: ไม่ใช่
คำอธิบาย: การตรวจพบสารต้องห้ามในร่างกายของนักกีฬา เป็นเพียงแค่ 1 ใน 10 ข้อ ของการละเมิดกฎต่อต้านการใช้สารต้องห้าม (ADRVs) การปฏิเสธหรือไม่ให้ความร่วมมือในกระบวนการเก็บตัวอย่าง การมั่วสารต้องห้ามไว้ในครอบครอง หรือเป็นผู้สมรู้ร่วมคิด และเป็นผู้จัดให้มีการใช้สารต้องห้าม ซึ่งเหล่านี้เป็นส่วนหนึ่งของการละเมิดกฎต่อต้านการใช้สารต้องห้ามที่สามารถทำให้นักกีฬาถูกลงโทษได้

- 38 > **คำถาม:** นักกีฬาจะถูกลงโทษ หากร่วมมือกับผู้ฝึกสอน แพทย์ หรือบุคคลอื่นๆ เพื่อกระทำการละเมิดกฎต่อต้านการใช้สารต้องห้าม
คำตอบ: ใช่
คำอธิบาย: การกระทำดังกล่าวเป็นการละเมิดกฎต่อต้านการใช้สารต้องห้าม (ADRVs) ที่สามารถทำให้นักกีฬาถูกลงโทษได้ นักกีฬาอาจจะถูกถอดถอนด้วยเหตุอันเนื่องมาการเป็นผู้จัดให้มีการใช้สารต้องห้าม
-
- 39 > **คำถาม:** หากอาหารเสริมได้ผ่านมาตรฐานกระบวนการผลิตและตรวจสอบคุณภาพแล้ว (QC) มันใจได้เลยว่าอาหารเสริมเหล่านั้นไม่มีส่วนประกอบของสารต้องห้ามอยู่เลย ใช่หรือไม่
คำตอบ: ไม่ใช่
คำอธิบาย: ไม่มีทางใดที่จะรับประกันได้ว่าผลิตภัณฑ์อาหารเสริมนั้นปราศจากสารต้องห้าม เช่นเดียวกับอุตสาหกรรมการผลิตภัณฑ์เหล่านี้ไม่ได้มีการควบคุมที่ถูกต้อง และไม่มีองค์กรใดสามารถรับประกันว่าผลิตภัณฑ์อาหารเสริมและส่วนประกอบต่างๆนั้นปลอดภัย ดังนั้นการบริโภคอาหารให้ครบ 5 หมู่ ตามหลักโภชนาการจึงเป็นสิ่งที่ดีที่สุดที่จะช่วยพัฒนาสุขภาพของนักกีฬา