

- 1 ▶ မေးခွန်း:** ကျွန်ုပ်အနေဖြင့် မိမိသောက်သုံးမည်ဆေးဝါးအား သုံးစွဲရန်ခွင့်ပြုထားခြင်း ရှိ/မရှိ မည်သို့သိနိုင်သနည်း။

**အဖြေ:** အားကစားဆိုင်ရာတားမြစ်ထားသော ဆေးဝါးများနှင့်နည်းလမ်းများစာရင်းတွင် မပါဝင်မှသာ သုံးစွဲရန် ယုံကြည်စိတ်ချ ရပါသည်။

**ရှင်းပခြင်း:** မိမိအနေဖြင့် ဆေးဝါးတစ်မျိုးကို သောက်သုံးမည်ဆိုပါက အားကစားတွင်တားမြစ်ထားသော ဆေးဝါးများနှင့်နည်းလမ်းများစာရင်းတွင် ပါဝင်ခြင်း ရှိ/မရှိ စစ်ဆေးရပါမည်။ မရှင်းလင်းပါက ဆရာဝန်(သို့မဟုတ်)ဆေးဝါးပညာရှင်များနှင့် တိုင်ပင်ရပါမည်။ အဆိုပါစာရင်းကို ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်း မြစ်ဆေးဝါး ဆန့်ကျင်ရေးအဖွဲ့ချုပ်၏ ဝက်ဘ်ဆိုဒ်စာမျက်နှာတွင်လည်းကောင်း (သို့မဟုတ်) မိမိနိုင်ငံ၏ တားမြစ်ဆေးဝါးဆန့်ကျင်ရေးအဖွဲ့အစည်း၏ ဝက်ဘ်ဆိုဒ်စာမျက်နှာတွင်လည်းကောင်း (သို့မဟုတ်) သက်ဆိုင်ရာအပြည်ပြည်ဆိုင်ရာအားကစားအဖွဲ့ချုပ်တွင် လည်းကောင်း ကြည့်ရှု စစ်ဆေးနိုင်သည်အပြင် သိရှိလျှင်များကို အဆိုပါအဖွဲ့အစည်းများသို့ ဆက်သွယ် မေးမြန်းနိုင်ပါသည်။

---

- 2 ▶ မေးခွန်း:** ဖြည့်စွက်စာများသည် သုံးစွဲရန် ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်းမှု ရှိ/မရှိ မည်သို့ ပြောနိုင်သနည်း။

**အဖြေ:** ဖြည့်စွက်စာများအားလုံးသည် သုံးစွဲရန် ယုံကြည်စိတ်ချ ရသည်ဟု မပြောနိုင်ပါ။

**ရှင်းပခြင်း:** ဖြည့်စွက်စာထုတ်လုပ်သော စက်ရုံများကို စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းဖြင့် တစ်ပြိုင်တည်း ချုပ်ထားမှု မရှိသောကြောင့် သင့်အနေဖြင့် ၎င်းဖြည့်စွက်စာတွင် မည်သည့်ပစ္စည်းများပါဝင်နေသည်ကို အတိအကျမသိနိုင်ပေ။ ၎င်းဖြည့်စွက်စာများကို စားသုံးခြင်းသည် မိမိကိုယ်တိုင် စွန့်စား၍ အသုံးပြုခြင်းသာဖြစ်သည်။ ပစ္စည်းစစ်မှန်၍ ကောင်းမွန်သည်ဟု ဖော်ပြထားသောလည်း တားမြစ်ထားသောအရာများ ပါဝင်ကောင်း ပါဝင်နိုင်သည်ဟု သတိပြုရမည်။

---

- 3 ▶ မေးခွန်း:** ကျွန်ုပ်အနေဖြင့် အားကစားဆိုင်ရာတားမြစ်ဆေးဝါးစစ်ဆေးခြင်း ခံရနိုင်ပါသလား။

**အဖြေ:** ကျွန်ုပ်သည် အခြားအားကစားသမား များနည်းတူ စစ်ဆေးခံရနိုင်ပါသည်။

**ရှင်းပခြင်း:** အားကစားဆိုင်ရာတားမြစ်ဆေးဝါးဆန့်ကျင်ရေးနှင့်ပတ်သက်သော စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများကို နိုင်ငံတိုင်း၊ အားကစားနည်းတိုင်းမှ အားကစားသမားတိုင်းက လိုက်နာရမည်ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် မည်သည့်အားကစားသမားမဆို တားမြစ်ဆေးဝါးစစ်ဆေးခံရနိုင်ပါသည်။

---

- 4 ▶ မေးခွန်း:** ကျွန်ုပ်သည် အားကစားဆိုင်ရာတားမြစ်ဆေးဝါး သုံးစွဲထားသည်ဟု စစ်ဆေးတွဲရပါက ကျွန်ုပ်မည်ပုံဖြတ်ခံရမှုများမှာ အဘယ်နည်း။

**အဖြေ:** သတိပေးတားမြစ်ခံရခြင်းမှစ၍ ရာသက်ပန်ပွဲပွဲပွဲခံရခြင်းအထိ ပုံစံမျိုးမျိုးခံရနိုင်ပါသည်။

**ရှင်းပခြင်း:** ကျူးလွန်သည်ပုံစံမျိုးမျိုးတို့၍ ဆက်ဆံပုံသမားခံရခြင်း၊ ပွဲပွဲပွဲခံရခြင်း၊ ဒဏ်ငွေဆောင်ရခြင်းနှင့် တားမြစ်ဆေးဝါးဆန့်ကျင်ရေး ဥပဒေချိုးဖောက်သူအဖြစ် ထုတ်ပြန်ခံရခြင်းစသည် ပုံစံမျိုးမျိုးကျခံရမည်ဖြစ်ပါသည်။

---

- 5 ▶ မေးခွန်း:** ကျွန်ုပ်သည် အားကစားဆိုင်ရာတားမြစ်ဆေးဝါး သုံးစွဲထားသည်ဟု စစ်ဆေးတွဲရပါက ကျွန်ုပ်၏နည်းပညာ(သို့မဟုတ်)ကုသပေးသည့်ဆရာဝန်အနေဖြင့် ပုံစံမျိုးမျိုးခံရခြင်း ခံရနိုင်ပါသလား။

**အဖြေ:** အားကစားသမားများသာမက အားကစားသမားအား ပံ့ပိုးပေးသည့်ပုဂ္ဂိုလ်များပါ ပုံစံမျိုးမျိုးခံရမည်ဖြစ်ပါသည်။

**ရှင်းပခြင်း:** ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းမြစ်ဆေးဝါးဆန့်ကျင်ရေးဥပဒေအရ တားမြစ်ဆေးဝါးဆန့်ကျင်ရေးဆိုင်ရာစည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများကို ချိုးဖောက်လာပါက အားကစားသမားနည်းတူ အားကစားသမားအားပံ့ပိုးပေးသည့်ပုဂ္ဂိုလ်များပါ ပုံစံမျိုးမျိုးခံရမည်ဖြစ်ပါသည်။ အားကစားသမားအား ပံ့ပိုးပေးသည့်ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုသည်မှာ ပါဝင်ပွဲဝင်အားကစားသမား လေ့ကျင့်ပညာဆိုင်ရာနှင့်အညီ အကျအညီပေးခဲ့သော နည်းပညာလေ့ကျင့်ပေးသူ၊ မန်နေဂျာ၊ အုပ်ချုပ်သူ၊ ဆေးပညာရှင်(သို့မဟုတ်)ဆေးဘက်အကျပညာရှင်များကို ဆိုလိုပါသည်။

---

- 6 ▶ မေးခွန်း:** အားကစားသမား၏ ခန့်စာကိုယ်ထဲမှ စစ်ဆေးတွဲရပါက အရာအားလုံးအတွက် မည်သို့ တာဝန်ရှိသနည်း။

**အဖြေ:** အားကစားသမား

**ရှင်းပခြင်း:** တားမြစ်ထားသောဆေးဝါးကို မသိ၍သုံးမိခြင်း(သို့မဟုတ်)တစ်စုံတစ်ဦးက စိတ်ချရသည်ဟုပြော၍ သုံးမိခြင်းဖြစ်စေကာမူ မိမိခန့်စာကိုယ်တွင် စစ်ဆေးတွဲရခြင်းဖြစ်သည်အတွက် မိမိတိုင်သာ တာဝန်ရှိပါသည်။ သုံးစွဲမည်ဆေးဝါးနှင့်ပတ်သက်၍ ၁၀၀% သေချာမှုမရှိလျှင် (သို့မဟုတ်) ၎င်းဆေးဝါး၏အခြေအနေကိုမသိလျှင် မိမိအနေဖြင့် အားကစားဆိုင်ရာတားမြစ်ထားသော ဆေးဝါးများနှင့်နည်းလမ်းများစာရင်းတွင် မစစ်ဆေးဘဲ(သို့မဟုတ်) မိမိတို့ သက်ဆိုင်ရာ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာအားကစားအဖွဲ့ချုပ်(သို့မဟုတ်)မိမိနိုင်ငံရှိ တားမြစ်ဆေးဝါးဆန့်ကျင်ရေးအဖွဲ့အစည်းအား မမေးမြန်းဘဲ မသုံးစွဲပါနှင့်။

---

- 7 ▶ မေးခွန်း:** ဆရာဝန်တစ်ဦးအနေဖြင့် ကျွန်ုပ်အား ကုသပေးရန် မည်သည့်ဆေးဝါးမဆို သုံးစွဲနိုင်ပါသလား။

**အဖြေ:** အားကစားဆိုင်ရာတားမြစ်ထားသော ဆေးဝါးများပါဝင်ခြင်း ရှိ/မရှိ စစ်ဆေးရမည်။

**ရှင်းပခြင်း:** ဆေးကုသပေးသည့်ဆရာဝန်အနေဖြင့် ပေးမည်ဆေးဝါးသည် တားမြစ်ထားသောဆေးဝါးများနှင့်နည်းလမ်းများစာရင်းတွင် ပါဝင်ခြင်းရှိ/မရှိ စစ်ဆေးရပါမည်။ ၎င်းကုသမှုမရှိ၍ အခြားနည်းလမ်းမရှိလျှင် အားကစားသမားအနေဖြင့် ဆေးဝါးသုံးစွဲမှုကင်းလွတ်ခွင့် (TUE) တင်ပြနိုင်ရပါမည်။ ဆရာဝန်တိုင်းသည် ၎င်းလုပ်ငန်းစဉ်ကို မသိနိုင်သည်အတွက် မိမိအနေဖြင့် ဆေးကုသမှုမရှိဘဲ တိုင်း မိမိသည်အားကစားသမား ဖြစ်ကြောင်း၊ တားမြစ်ဆေးဝါးဆန့်ကျင်ရေး စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းဥပဒေများကို လိုက်နာရကြောင်း ပြောပြရမည်ဖြစ်ပါသည်။

---

- 8 ▶ မေးခွန်း:** တားမြစ်ဆေးဝါးထိန်းချုပ်ရေးအခန်းသို့ သွားရောက်၍စစ်ဆေးမှုခံယူရန် ကျွန်ုပ်နှင့်အတူ နည်းပညာ(သို့မဟုတ်)ကိုယ်စားလှယ်တစ်ယောက်ယောက်ကို ခေါ်သွားနိုင်ပါသလား။

**အဖြေ:** ခေါ်သွားနိုင်ပါသည်။

**ရှင်းပခြင်း:** အားကစားသမားတိုင်းသည် တားမြစ်ဆေးဝါးထိန်းချုပ်ရေးဌာနသို့ သွားရောက်သောအခါ ၎င်းအားကစားသမားနှင့်အတူ ကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးလိုက်ပါခွင့်ရှိပါသည်။



- 9 ▶ **မေးခွန်း:** တားမြစ်ဆေးဝါးထိန်းချုပ်မှုဆောင်ရွက်ရန် မည်သို့ ကို တာဝန်ပေးအပ်ထားပါသလဲ။  
**အဖြေ:** တားမြစ်ဆေးဝါးဆန့်ကျင်ရေးအဖွဲ့အစည်းမှ အသိအမှတ်ပြုထားမြစ်ဆေးဝါးထိန်းချုပ်ရေးအရာရှိ  
**ရင်းပစ္စည်း:** အသိအမှတ်ပြုထားမြစ်ဆေးဝါးထိန်းချုပ်ရေးအရာရှိမှသာ တားမြစ်ဆေးဝါးစစ်ဆေးခြင်းလုပ်ငန်းစဉ်ကို ဆောင်ရွက်ခွင့်ရှိပါသည်။

---

- 10 ▶ **မေးခွန်း:** အားကစားဆိုင်ရာတားမြစ်ဆေးဝါးသုံးစွဲခြင်းသည် ကျွန်ုပ်၏ကိုယ်ထွားဖွံ့ဖြိုးမှုအပေါ် အကျိုးသက်ရောက်မှု ရှိနိုင်ပါသလား။  
**အဖြေ:** တားမြစ်ဆေးဝါးများသည်ခန္ဓာကိုယ်ကြီးထွားမှုအပေါ် ဆိုးကျိုးသက်ရောက်မှုရှိပါသည်။  
**ရင်းပစ္စည်း:** တားမြစ်ဆေးဝါးသုံးစွဲခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သည်။ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများစွာအနက် တစ်ခုမှာ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးထွားဖွံ့ဖြိုးမှု အပေါ် ဆိုးကျိုးသက်ရောက်မှုရှိနိုင်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

---

- 11 ▶ **မေးခွန်း:** ကျွန်ုပ်အနေဖြင့် အားကစားဆိုင်ရာတားမြစ်ဆေးဝါးစစ်ဆေးမှု ခံယူခြင်းကို ငြင်းပယ်နိုင်ပါသလား။  
**အဖြေ:** ငြင်းပယ်၍ မရပါ။  
**ရင်းပစ္စည်း:** အားကစားသမားအနေဖြင့် တားမြစ်ဆေးဝါးစစ်ဆေးမှုခံယူရန် ငြင်းပယ်၍မရပါ။တားမြစ်ဆေးဝါးစစ်ဆေးမှုခံယူရန် ငြင်းပယ်ခြင်းကပင်လျှင် ပြစ်မှုမကြောက်ပါသည်။

---

- 12 ▶ **မေးခွန်း:** အားကစားဆိုင်ရာ တားမြစ်ဆေးဝါးသုံးစွဲမှုဆန့်ကျင်ရေးနှင့်ပတ်သက်သည့် သတင်းအချက်အလက်များကို မည်သည့်နေရာတွင် ရှာဖွေနိုင်သနည်း။  
**အဖြေ:** အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာအားကစားအဖွဲ့ချုပ်များ၊မိမိနိုင်ငံရှိ တားမြစ်ဆေးဝါးဆန့်ကျင်ရေးအဖွဲ့အစည်းနှင့် ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းတားမြစ်ဆေးဝါးဆန့်ကျင်ရေးအဖွဲ့ချုပ်  
**ရင်းပစ္စည်း:** ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းတားမြစ်ဆေးဝါးဆန့်ကျင်ရေးအဖွဲ့ချုပ်သည် တားမြစ်ဆေးဝါးဆန့်ကျင်ရေးအတွက် သတင်းအချက်အလက်များ၏ အရင်းအမြစ်ဖြစ်ပြီး အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာအားကစားအဖွဲ့ချုပ်များ၊မိမိနိုင်ငံရှိတားမြစ်ဆေးဝါးဆန့်ကျင်ရေးအဖွဲ့အစည်း၊ဒေသဆိုင်ရာတားမြစ်ဆေးဝါးဆန့်ကျင်ရေးအဖွဲ့အစည်း၊မိမိနိုင်ငံရှိအိတ်လံပစ်ကော်မတီနှင့် အားကစားအဖွဲ့ချုပ်များမှလည်း တားမြစ်ဆေးဝါးဆန့်ကျင်ရေးအတွက် သတင်းအချက်အလက်များ ရရှိနိုင်ပါသည်။

---

- 13 ▶ **မေးခွန်း:** ကျွန်ုပ်အနေဖြင့် အားကစားဆိုင်ရာတားမြစ်ဆေးဝါး စစ်ဆေးမှုခံယူရမည်ဆိုပါက မည်သို့ ကြိုတင်နိုင်သနည်း။  
**အဖြေ:** တားမြစ်ဆေးဝါးထိန်းချုပ်ရေးအရာရှိမှ ကျွန်ုပ်အား တားမြစ်ဆေးဝါးစစ်ဆေးမှု ခံယူရမည်ဖြစ်ကြောင်း အကြောင်းကြားမည်။  
**ရင်းပစ္စည်း:** တားမြစ်ဆေးဝါးထိန်းချုပ်ရေးအရာရှိမှ သင့်အား တားမြစ်ဆေးဝါးစစ်ဆေးမှု ခံယူရန် ရွေးချယ်ခံရကြောင်း အကြောင်းကြားပြီးပါက တားမြစ်ဆေးဝါး ထိန်းချုပ်ရေးဌာနသို့ ၎င်းအရာရှိနှင့်အတူ သွားရောက်ရပါမည်။ ရောက်ရပါက သင့်အနေဖြင့် ဆီးနမူနာပစ္စည်းရယူရန် ပစ္စည်းများ ရွေးချယ်ရပါမည်။ထို့နောက် မိမိနှင့်လိင်တူ စောင့်ကြည့်သူ၏ရဲ့တွင် ဆီးသွားရပါမည်။ ဆီးသွားပြီးပါက ပုလင်းထဲသို့ ထည့်၍ သေချာလုံအောင် ပိတ်ရပါမည်။ အချို့သော အခြေအနေများတွင် သွေးစစ်ဆေးမှုခံယူရန် ကြိုတင်ရရှိနိုင်ပါသည်။