

- 1 ▶ Jautājums:** Kā es varu zināt vai viela ir atļauta?
Atbilde: Vielu ir droši lietot, ja tā nesatur vielas no aizliegto vielu saraksta.
Paskaidrojums: *Vienmēr, kad tu vēlies vai tev ir nepieciešams lietot kādu vielu, pārbaudi aizliegto vielu un metožu sarakstu. Ja neesi pārliecināts, konsultējies ar farmaceitu vai ārstu. Tu vari atrast aizliegto vielu, metožu sarakstu Pasaules Antidopinga aģentūras mājaslapā, Valsts sporta medicīnas centra Antidopinga nodaļas mājaslapā (www.antidopings.lv) vai savas Starptautiskās federācijas mājaslapā. Esi laipni aicināts arī personīgi sazināties ar sev tuvāko antidopinga organizāciju.*

- 2 ▶ Jautājums:** Kā es varu zināt vai uztura bagātinātāju ir droši lietot?
Atbilde: Tu nevari zināt vai uztura bagātinātāju ir droši lietot.
Paskaidrojums: *Uztura bagātinātāju kompānijas netiek pārāk stingri uzraudzītas, tādēļ tu nevari būt īsti drošs, ko tu lieto. To sastāvā var būt aizliegtas vielas. Tev pašam ir jāuzņemas pilna atbildība par uztura bagātinātāju lietošanu. Ja uzraksts uz etiķetes ir pārāk labs, lai būtu patiess – visticamāk sastāvā ir kāda aizliegtā viela!*

- 3 ▶ Jautājums:** Vai mani var pārbaudīt?
Atbilde: Jā, jebkuram sportistam var veikt dopinga kontroli.
Paskaidrojums: *Antidopinga noteikumi attiecas uz visiem sportistiem, visos sporta veidos un visās valstīs. Līdz ar to jebkuram sportistam var tikt veikta dopinga kontrole.*

- 4 ▶ Jautājums:** Kādas ir sankcijas, ja mani pieķer dopinga lietošanā?
Atbilde: Sākot ar brīdinājumu, līdz pat mūža diskvalifikācijai.
Paskaidrojums: *Sankcijas var būt: rezultātu anulēšana, aizliegums piedalīties sacensībās, naudas sods un obligāta antidopinga noteikumu pārkāpumu publicēšana. Sods atkarīgs no pārkāpuma smaguma.*

- 5 ▶ Jautājums:** Vai arī manam trenerim, ārstam var piemērot sankcijas?
Atbilde: Jā, visi sportisti un viņu atbalstošais personāls var tikt sodīti.
Paskaidrojums: *Pasaules antidopinga kodeksā (kodekss) noteikts, ka gan sportisti, gan viņu atbalsta personāls var tikt sodīti par antidopinga noteikumu pārkāpšanu. Sportistu atbalsta personāls: treneris, menedžeris, aģents, komandas darbinieks, amatpersona, medicīniskais vai para-medicīniskais darbinieks, kurš strādā ar sportistu vai ārstē sportistu, kurš piedalās vai gatavojās sacensībām.*

- 6 ▶ Jautājums:** Kam ir jāuzņemas atbildība, ja sportista ķermenī tiek atrasta aizliegtā viela?
Atbilde: Sportistam.
Paskaidrojums: *Sportistam vienmēr ir jāuzņemas atbildība par vielām, kas tiek atrastas viņa ķermenī, pat ja aizliegtā viela tikusi lietota nejauši vai kāds cits iedevis vielu, sakot, ka tā ir droša. Tas tiek dēvēts par stingras atbildības principu. Ja sportists nav 100% pārliecināts par vielas sastāvdaļām un lietošanas drošumu – to nevajadzētu lietot pirms aizliegto vielu saraksta pārbaudīšanas vai konsultēšanās ar Starptautisko federāciju vai Valsts sporta medicīnas centra Antidopinga nodaļu.*

- 7 ▶ Jautājums:** Ko darīt, ja manam ārstam jāpielieto kādi medikamenti manai ārstēšanai?
Atbilde: Ārstam ir jāpārbauda vai medikaments satur aizliegtas vielas.
Paskaidrojums: *Ārstam vajadzētu pārbaudīt vai medikamenti satur aizliegto vielu. Ja medikaments satur aizliegto vielu un nav nekādu citu alternatīvu ārstēšanas metožu, tad sportistam jāpieprasa terapeitiskās lietošanas izņēmumu (TUE) atļauja. Ne visi ārsti zina par šo procesu, tādēļ ir svarīgi informēt savu ārstu par to, ka esi sportists un ka uz tevi attiecas antidopinga noteikumi.*

- 8 ▶ Jautājums:** Vai mans treneris vai kāda cita manis izvēlēta persona var nākt man līdzī uz dopinga kontroli?
Atbilde: Jā!
Paskaidrojums: *Ja sportists vēlas, viņu uz dopinga kontroli var pavadīt vecāki, treneris, komandas darbinieks, ārsts. Visi nepilngadīgie sportisti uz dopinga kontroli ir obligāti jāpavada. Ja neviens nevar pavadīt nepilngadīgo sportistu uz dopinga kontroli, dopinga kontrolieris var izvēlēties kādu, kas viņu pavada. Ja ir nepieciešams un pieejams, sportistam līdzī var nākt arī tulks vai interpretētājs.*

- 9 ▶ Jautājums:** Kas drīkst veikt dopinga kontroli?
Atbilde: Dopinga kontrolieris, kurš var uzrādīt attiecīgus identifikācijas dokumentus un nosūtījumu no antidopinga organizācijas, dopinga kontroles veikšanai.
Paskaidrojums: *Tikai akreditētam dopinga kontrolierim ir tiesības veikt dopinga kontroli. Kontrolierim ir jāpierāda, ka viņš ir dopinga kontrolieris un ka antidopinga organizācija viņu ir nosūtījusi veikt dopinga kontroli.*
-
- 10 ▶ Jautājums:** Vai dopings var ietekmēt manu augšanu?
Atbilde: Jā, dopings var ietekmēt manu augšanu.
Paskaidrojums: *Dopinga lietošanai var būt daudz dažādu blakusefektu. Viens no iespējamajiem blakusefektiem ir ietekme uz augšanu un fizisko attīstību. Visi pārējie minētie blakusefeti arī ir iespējami. Daļējs iemesls dopinga lietošanas aizliegšanai ir negatīvā ietekme uz sportista veselību.*
-
- 11 ▶ Jautājums:** Vai es varu atteikties no dopinga kontroles?
Atbilde: Nē!
Paskaidrojums: *Sportisti nedrīks atteikties no dopinga kontroles. Atteikšanās no dopinga kontroles būtībā ir pielīdzināma pozitīvam dopinga kontroles testa rezultātam un līdz ar to sportistam var tikt piemērotas attiecīgas sankcijas, piemēram, aizliegums piedalīties sacensībās. Tas ir tādēļ, ka sportisti, kuri lieto dopingu, varētu vienkārši atteikties no dopinga kontroles un nekad netikt pieķerti un sodīti.*
-
- 12 ▶ Jautājums:** Kur es varu atrast ticamu informāciju par antidopingu?
Atbilde: Starptautiskās federācijas, Valsts sporta medicīnas centra Antidopinga nodaļa, Pasaules Antidopinga aģentūra
Paskaidrojums: *Starptautiskās federācijas (IFs), Valsts sporta medicīnas centra Antidopinga nodaļa, Nacionālā Olimpiskā komiteja un Nacionālās sporta federācijas var sniegt sportistiem informāciju par dopinga kontroli, kā arī atbildēt uz jautājumiem par aizliegtajām vielām, sportista atrašanās vietu norādīšanu un terapeitiskās lietošanas izņēmumu (TUE) pieteikšanu. Arī Pasaules Antidopinga aģentūra ir vērtīgs un uzticams informācijas avots.*
-
- 13 ▶ Jautājums:** Kā notiek dopinga kontrole?
Atbilde: Dopinga kontrolieris mani informē par parauga paņemšanu.
Paskaidrojums: *Ja tu būsi izvēlēts dopinga kontrolei, dopinga kontrolieris ieradīsies pie tevis. Tev būs jānododas ar viņu uz dopinga kontroles telpu. Tur tev būs jāaizpilda nepieciešamie dokumenti un tad tu varēsi izvēlēties urīna parauga savākšanas trauciņu no vairākiem piedāvājumiem trauciņiem. Pēc tam, sava dzimuma kontroliera pavadībā, tu dosies uz tualeti, kur dopinga kontroliera tiešā kontrolē, iečurāsi trauciņā. Tiešā kontrole ir tādēļ, lai kontrolieris varētu būt pārliecināts, ka savāktais urīns tiešām pieder tev. Pēc tam tu dosies atpakaļ uz dopinga kontroles telpu un tiks aicināts izvēlēties aizzīmogotu un kodētu pudelišu komplektu. Tad urīna paraugs no trauciņa būs jāsadala izvēlētajās pudelītēs, tās jāaizver un jāaizzīmogo. Sekos vēl dažu dokumentu aizpildīšana un tas arī viss! Vienkārši, ne?! Dažreiz var tikt veikta arī asins parauga dopinga kontrole.*