

- 1 ▶ **Soalan:** Bagaimana hendak saya tahu jika sesuatu bahan itu di izikan?
Jawapan: Bahan selamat untuk digunakan jika ia tidak mengandungi sebarang bahan yang tersenarai dalam Senarai Bahan yang dilarang
Penjelasan: *Setiap kali anda ingin atau perlu menggunakan sebarang bahan, pastikan anda menyemak Senarai Bahan dan Kaedah yang dilarang. Jika anda tidak pasti, sila tunjukkan Senarai itu kepada ahli farmasi atau doktor dan tanya nasihat daripada mereka. Anda juga boleh mendapatkan Senarai di Laman Web WADA, atau di Laman Web Anti-Doping Pertubuhan Kebangsaan (NADO) atau Persekutuan Antarabangsa anda (IF). Anda juga boleh menghubungi NADO atau IF dan tanya mereka.*

- 2 ▶ **Soalan:** Bagaimana hendak tentukan suplemen nutrisi itu selamat untuk dimakan?
Jawapan: Anda tidak boleh memberitahu jika suplemen nutrisi adalah selamat untuk digunakan
Penjelasan: *Industri suplemen nutrisi tidak dikawal ketat dan oleh itu anda pasti tidak tahu apa kandungan sebenar bahan-bahan didalamnya. Menggunakan suplemen nutrisi adalah atas risiko anda sendiri. Jika adanya descripsi kandungan pada bungkusan yang terlalu baik untuk menjadi kenyataan - ia mungkin mengandungi bahan yang dilarang dalam sukan.*

- 3 ▶ **Soalan:** Bolehkah saya diuji juga?
Jawapan: Ya, mana-mana atlet berpotensi untuk diuji
Penjelasan: *Peraturan anti-doping diamalkan kepada semua atlet, dalam semua acara sukan dan semua negara. Oleh itu, mana-mana atlet berpotensi diuji.*

- 4 ▶ **Soalan:** Apakah tindakan jika saya ditangkap doping?
Jawapan: Dari amaran kepada larangan seumur hidup
Penjelasan: *Sekatan mungkin termasuk kehilangan kelayakan keputusan, diharamkan daripada bersaing dalam semua sukan, sekatan kewangan, dan penerbitan mandatori peraturan pelanggaran anti-doping semua ini bergantung kepada keseriusan kesalahan.*

- 5 ▶ **Soalan:** Bolehkah jurulatih saya atau doktor dihukum?
Jawapan: Ya, semua atlet dan semua kakitangan sokongan atlet boleh disekat
Penjelasan: *Di bawah Kod Anti-Doping Dunia (Kod), atlet dan kakitangan sokongan atlet boleh dihukum bila melanggar peraturan anti-doping. Kakitangan sokongan atlet ditakrifkan sebagai mana-mana jurulatih, jurulatih, pengurus, ejen, kakitangan pasukan, pegawai, kakitangan perubatan atau separa-perubatan yang bekerja dengan atau merawat atlet yang mengambil bahagian di dalam atau persediaan untuk pertandingan sukan.*

- 6 ▶ **Soalan:** Siapa yang bertanggung jawab apabila bahan ditemui dalam badan atlet?
Jawapan: Atlet
Penjelasan: *Atlet sentiasa bertanggungjawab untuk apa yang terdapat di dalam badan beliau, walaupun bahan yang diharamkan telah digunakan secara tidak sengaja, atau jika orang lain memberi bahan dengan mengatakan ia selamat. Ini disebut sebagai prinsip liabiliti ketat. Jika atlet tidak pasti 100% bahan-bahan atau tidak pasti status bahan yang diberi - mereka tidak patut mengambilnya sebelum memeriksa dengan Senarai Larangan, atau meminta Persekutuan mereka (IF) atau Negara Anti-Dadah Pertubuhan (NADO).*

- 7 ▶ **Soalan:** Bagaimana kalau doktor saya terpaksa rawat saya dengan ubat tertentu?
Jawapan: Doktor perlu menyemak jika ubat berkenaan mengandungi bahan yang dilarang
Penjelasan: *Doktor perlu menyemak jika ubat berkenaan mengandungi bahan yang dilarang. Jika ia, dan mungkin jika tidak ada rawatan lain, maka atlet mempunyai hak untuk memohon Pengecualian Terapeutik Penggunaan dengan dokumen mewajarkan rawatan. Pakar perubatan tidak sentiasa tahu tentang proses ini, jadi ia adalah tanggung jawab anda memberitahu doktor bahawa anda adalah seorang atlet dan peraturan anti-doping tertentu dikenakan kepada anda.*

- 8 ▶ **Soalan:** Adakah jurulatih atau seorang yang saya kenali dibenarkan mengikuti saya ke dalam stesen kawalan doping?
Jawapan: Ya
Penjelasan: Atlet boleh mempunyai seseorang wakil, seperti ibu bapa, jurulatih, pegawai pasukan atau pakar perubatan, menemani dia ke stesen kawalan doping, jika dia mahu. Semua atlet dibawah 18 tahun (minor) wajib mempunyai seseorang dengan mereka di stesen kawalan doping. Jika tidak ada yang dapat mengiringi atlet, Pegawai Kawalan Doping boleh memilih seseorang untuk menemani dia. Atlet juga boleh mempunyai bantuan bahasa atau juru bahasa jika perlu dan kalau boleh didapati.
-
- 9 ▶ **Soalan:** Siapakah yang dibenarkan untuk mengendalikan ujian kawalan doping?
Jawapan: Pegawai Kawalan Doping yang boleh menunjukkan kad akreditasi pengenalan diri dan bukti kebenaran dari Pertubuhan Anti-Doping
Penjelasan: Hanya pegawai kawalan doping yang bertauliah dibenarkan untuk meneruskan dengan proses kawalan doping. Dia harus membuktikan bahawa mereka adalah pegawai kawalan doping dan pertubuhan anti-doping telah tugaskan mereka untuk menjalankan kawalan doping.
-
- 10 ▶ **Soalan:** Dapatkah doping memberi kesan yang besar terhadap tubuh saya?
Jawapan: Ya, bahan doping boleh mempunyai kesan langsung kepada pertumbuhan anda
Penjelasan: Doping mempunyai banyak kesan sampingan. Salah satu kesan sampingan adalah untuk memberi kesan kepada pertumbuhan dan pembangunan fizikal anda. Semua kesan-kesan sampingan lain yang disebut dalam jawapan mungkin juga benar. Bahan doping yang diharamkan sebahagiannya kerana mereka boleh membawa kesan teruk terhadap kesihatan anda.
-
- 11 ▶ **Soalan:** Bolehkah saya menolak daripada diuji?
Jawapan: Tidak
Penjelasan: Atlet tidak boleh menolak untuk mengemukakan sampling kepada kawalan doping. Keengganan boleh membawa hukuman yang sama seperti ujian positif - sebagai contoh larangan mengambil bahagian dalam semua sukan. Ini adalah kerana atlet yang doping boleh sengaja menolak untuk diuji dan tidak ditangkap atau disekat dari bertanding.
-
- 12 ▶ **Soalan:** Dari manakah boleh saya mendapat maklumat terperinci tentang anti-doping?
Jawapan: Persekutuan Antarabangsa, Organisasi Anti-Doping Kebangsaan, Agensi Anti-Doping Dunia
Penjelasan: Persekutuan Antarabangsa (IFS), National Anti-Doping Organisasi (NADOs) dan Wilayah Anti-Doping Organisasi (RADOs), Jawatankuasa-jawatankuasa Kebangsaan Olimpik dan Persekutuan Negara boleh menyediakan atlet dengan maklumat mengenai semua aspek kawalan doping, termasuk menjawab soalan mengenai Senarai Larangan, mengemukakan tempat dan permohonan Pengecualian Penggunaan Terapeutik (TUE). Agency Anti-Doping Dunia (WADA) juga merupakan sumber maklumat penting.
-
- 13 ▶ **Soalan:** Bagaimana berlakunya kawalan doping?
Jawapan: Seorang pegawai kawalan doping memberitahu saya bahawa saya perlu menyediakan sampel
Penjelasan: Apabila anda dipilih untuk menjalani ujian kawalan doping, Pegawai Kawalan Doping akan datang berjumpa anda. Anda akan pergi dengan dia ke Stesen Kawalan Doping. Disitu, ada sedikit kertas kerja yang perlu dilakukan, seterusnya anda akan memilih kit untuk mengumpul sampel anda (kotak dengan 2 botol dan cawan). Kemudian anda akan pergi ke bilik air dan kencing ke dalam cawan di hadapan seseorang jantina yang sama seperti anda (untuk memastikan air kencing adalah milik anda). Dalam beberapa kes, anda boleh diminta untuk memberikan sampel darah. Anda akan kembali ke Stesen Kawalan Doping, mengisi botol yang anda pilih dan ketatkan botol berkenaan. Terdapat sedikit kertas kerja, dan anda selesai. Semudah 1-2-3.
-