

- 1 ▶ **soru:** Bir maddeye izin verilip verilmediğini nasıl anlarsın?
a. Eğer eczaneden satın almış iseniz, bu maddeyi kullanabilirsiniz.
b. Eğer kutu üzerinde "doping içermez" yazıyorsa, bu maddeyi kullanabilirsiniz.
c. Bitkisel bir ürün ise, bu maddeyi kullanabilirsiniz.
d. Yasaklanmış Maddeler'de yer alan maddelerden hiçbirini içermiyorsa, bu maddeyi kullanabilirsiniz
cevap: d. Yasaklanmış Maddeler'de yer alan maddelerden hiçbirini içermiyorsa, bu maddeyi kullanabilirsiniz
açıklama: Bir madde kullanmak istediğinizde veya kullanmanız gerektiğinde, Yasaklanmış Maddeler ve Yöntemler Listesine göz attığınızdan emin olun. Eğer emin değilseniz, Listeyi eczacınıza veya doktorunuza gösterin ve kendilerine sorun. Bu Listeyi WADA Web Sitesinde veya Ulusal Doping Mücadele Organizasyonu'nda veya (NADO) Uluslararası Federasyon'da (IF) bulabilirsiniz. Ayrıca NADO veya IF ile iletişime geçip kendilerine sorabilirsiniz.
-
- 2 ▶ **soru:** Gıda katkı maddelerinin kullanımının güvenli olup olmadığını nasıl anlayabiliriz?
a. Tüm gıda katkı maddeleri güvenle kullanılabilir
b. Gıda katkı maddelerinin kullanımının güvenli olup olmadığını bilemeyiz
c. Etiket üzerinde güvenli olduğu yazıyorsa
d. Eğer doktor size vermişse
cevap: b. Gıda katkı maddelerinin kullanımının güvenli olup olmadığını bilemeyiz
açıklama: Gıda katkı maddeleri kontrol edilmemektedir. Bu nedenle, katkı maddelerinde hangi madde/bileşenin bulunduğundan emin olamayız. Gıda katkı maddelerinin kullanım riski size aittir. Ambalaj üzerindeki yazılar çok iddialı ise, sporcular için yasaklanmış bir madde içeriyor olabilir!
-
- 3 ▶ **soru:** Doping testine girer miyim?
a. Hayır, çünkü yaşım küçük
b. Hayır, çünkü uluslararası müsabakalarda oynamıyorum
c. Evet, tüm sporcular test olabilir
d. Hayır, çünkü oynadığım alan çok riskli bir spor alanı değil
cevap: c. Evet, tüm sporcular test olabilir
açıklama: Doping Mücadele kuralları tüm spor dallarındaki ve tüm ülkelerdeki sporcular için geçerlidir. Bu nedenle, tüm sporcular test olabilir.
-
- 4 ▶ **soru:** Doping yaptığım belirlenirse, karşı karşıya kalacağım yaptırımlar ne olur?
a. Doping için herhangi bir yaptırım yoktur
b. Eğer reşit değilsem, herhangi bir yaptırım yoktur
c. Uyarı cezasından ömür boyu yasağa kadar değişebilir
d. Maddeyi kimin verdiğine bağlıdır
cevap: c. Uyarı cezasından ömür boyu yasağa kadar değişebilir
açıklama: İhlal edilen yasağın büyüklüğüne bağlı olarak, yaptırımlar arasında sonuçlarda diskalifiye olmak, tüm spor müsabakalarında yarışmaktan men edilmek ve doping mücadele kural ihlalinin zorunlu olarak yayınlanması sıralanabilir.
-
- 5 ▶ **soru:** Antrenörüm veya doktorum ceza alır mı?
a. Hayır, sadece sporcuya ceza verilir
b. Hayır, sadece sporcu ve antrenöre ceza verilir
c. Hayır, doping için herhangi bir yaptırım yoktur
d. Evet, tüm sporcular ve sporcuyla birlikte çalışan personele ceza verilebilir
cevap: d. Evet, tüm sporcular ve sporcuyla birlikte çalışan personele ceza verilebilir
açıklama: Dünya Doping Mücadele Kanunu'na (Kanun) göre, sporcular ve sporcuları destekleyen personel doping mücadele kuralının ihlal edilmesi nedeniyle ceza alabilir. Sporcuyla destekleyen personel arasında şunlar yer alır: antrenör, çalıştırıcı, yönetici, ajans, takım personeli, hakem, bir spor müsabakasına katılan veya müsabakaya hazırlık yapan sporcularla çalışan veya bu sporcuları çalıştıran medikal veya para-medikal personel.

- 6 ▶ **soru:** Sporcu vücudunda bir madde bulunduğunda bunun sorumlusu kim olur?
- Sporcunun doktoru
 - Sporcunun antrenörü
 - Sporcu
 - Maddeyi sporcuya kimin verdiğiine bağlıdır

cevap: c. Sporcu

açıklama: Yasaklı bir madde yanlışlıkla bulunmuş ya da maddeyi veren kişi güvenli olduğunu söylemiş olsa bile, sporcu her zaman için vücudunda bulunan maddelerden sorumludur. Bu, kusursuz sorumluluk prensibi olarak adlandırılır. Sporcunun kullanacağı malzemeden %100 emin olmaması ya da maddenin durumu hakkında yeterli bilgiye sahip olmaması durumunda, Yasaklı Madde Listesini kontrol etmeden veya Uluslararası Federasyon'a (IF) veya Ulusal Doping Mücadele Organizasyonu'na (NADO) sormadan bu maddeyi almamalıdır.

- 7 ▶ **soru:** Doktorum bazı ilaçları kullanmam gerektiğini söylemişse ne olur?
- Doktorun, ilacın yasaklanmış bir madde içerip içermediğini kontrol etmesi gerekir
 - Doktorum ne vermişse, güvenlidir
 - Doktorumun verdiği bir madde nedeniyle test sonucu pozitif çıkmışsa, bu onun hatasıdır
 - Tıbbi nedenlerle ne almam gerekiyorsa alabilirim

cevap: a. Doktorun, ilacın yasaklanmış bir madde içerip içermediğini kontrol etmesi gerekir

açıklama: Doktorun, ilacın yasaklanmış bir madde içerip içermediğini kontrol etmesi gerekir. Eğer yasaklı madde içeriyorsa ve başka bir tedavi yolu mümkün değilse, bu durumda sporcunun tedavi yapıldığını gösteren belgeler ile birlikte Tedavi Edici Kullanım Muafiyetini talep etmesi gerekir. Doktorlar bu süreç hakkında bilgi sahibi olmayabilirler, bu nedenle doktora sporcunun olduğunu ve bazı doping mücadele kurallarına tabi olduğunuzu açıklamamız gerekir.

- 8 ▶ **soru:** Antrenörüm veya seçtiğim başka biri benimle birlikte doping kontrol merkezine gelebilir mi?
- Evet
 - Eğer reşit değilsem
 - Ancak Doping Kontrol Merkezi Görevlisi bir temsilcinin hazır bulunmasını isterse
 - Sporcunun yanında doping kontrol istasyonuna giderken kimse bulunmamalıdır

cevap: a. Evet

açıklama: Sporcunun istemesi halinde doping kontrol merkezine kendisine eşlik edecek anne-baba, antrenör, takım görevlisi veya doktorunu getirebilir. Reşit olmayan tüm sporcular, doping kontrol merkezine kendilerine eşlik edecek bir yetişkinle gelmelidir. Sporcuya kimse eşlik edemiyorsa, Doping Kontrol Görevlisi kendisine eşlik edecek birini seçebilir. Gerekmesi ve hazır bulunması durumunda, sporcunun yanında tercüman da bulunabilir.

- 9 ▶ **soru:** Doping kontrolünü kimler gerçekleştirebilir?
- Doping Mücadele Kurumundan aldığı kimlik bilgisini ve yetki belgesini gösterebilen bir Doping Kontrol Görevlisi
 - Herhangi bir antrenör
 - Herhangi bir doktor
 - Herhangi bir polis memuru

cevap: a. Doping Mücadele Kurumundan aldığı kimlik bilgisini ve yetki belgesini gösterebilen bir Doping Kontrol Görevlisi

açıklama: Sadece, doping kontrol işlemi yapmasına izin verilmiş akredite bir doping kontrol görevlisi bu işlemi yapabilir. Bu kişinin doping kontrol görevlisi olduğunu ve doping mücadele kurumunun doping kontrolü yapmak üzere kendisini görevlendirdiğini kanıtlayabilmesi gerekir.

- 10 ▶ **soru:** Dopingün büyümem üzerinde etkisi olur mu?
- Evet, doping maddeleri büyümem üzerinde doğrudan bir etkiye sebep olabilir
 - Hayır, sadece sivilcelerimizi çoğaltabilir
 - Hayır, sadece yaşlandığımızda etkilerini görürsünüz
 - Hayır, sadece iç organlarımızı etkiler

cevap: a. Evet, doping maddeleri büyümem üzerinde doğrudan bir etkiye sebep olabilir

açıklama: Dopingün çok sayıda yan etkisi vardır. Bu olası yan etkilerden birisi büyümemizi ve fiziksel gelişimimizi etkilemesidir. Bahsi geçen diğer tüm yan etkiler de doğrudur. Doping maddelerinin yasaklanmasının bir sebebi de ciddi olumsuz sağlık sorunlarına neden olmasıdır.

11 ▶ **soru:** Doping testine girmeyi reddedebilir miyim?

- a. Hayır
- b. Evet, eğer ailevi yükümlülüklerim varsa
- c. Evet, eğer çok meşgul isem
- d. Evet, eğer okul ödevlerim varsa

cevap: a. Hayır

açıklama: Sporcular, doping kontrolüne girmeyi reddedemez. Testi reddettiğinizde test pozitif çıkmış gibi ceza alırsınız. Yani tüm müsabakalardan men cezası alabilirsiniz. Bunun sebebi, doping kullanan sporcuların test olmayı reddetmesi, böylece yakalanmayıp ceza almayacaklarını düşünmesidir.

12 ▶ **soru:** Doping ile mücadele hakkında daha fazla bilgiyi nerede bulabilirim?

- a. Uluslararası Federasyonlar, Ulusal Doping ile Mücadele Kurumları, Dünya Doping ile Mücadele Ajansı
- b. İnternet
- c. Kas geliştirme ve spor dergileri
- d. Arkadaşlarım

cevap: a. Uluslararası Federasyonlar, Ulusal Doping ile Mücadele Kurumları, Dünya Doping ile Mücadele Ajansı

açıklama: Uluslararası Federasyonlar (IF), Ulusal Doping ile Mücadele Organizasyonları (NADO) ve Bölgesel Doping ile Mücadele Organizasyonları (RADO) Ulusal Olimpiyat Komiteleri ve Ulusal Federasyonlar Yasaklanmış Maddeler Listesi hakkındaki sorulara yanıt vermek, Adres bilgilerinin sunulması ve Tedavi Edici Kullanım için başvuru gibi doping kontrolünün tüm yönleri hakkında sporculara bilgiler sunulabilir. Dünya Doping ile Mücadele Ajansı'na (WADA) da bu konuda başvuruda bulunulabilir.

13 ▶ **soru:** Doping kontrolü nasıl gerçekleşir?

- a. Doping kontrol görevlisi bana örnek vermem gerektiği konusunda bildirimde bulunur
- b. Saç kılı örneği vermem gerekir
- c. Sol dirseğim sağ dizim üzerinde olacak şekilde ayak parmaklarım üzerinde dikilirim
- d. Yukarıdakilerin hepsi

cevap: a. Doping kontrol görevlisi bana örnek vermem gerektiği konusunda bildirimde bulunur

açıklama: Doping kontrolü için seçildiğinizde, bir Doping Kontrol Görevlisi sizi ziyaret eder. Kendisiyle Doping Kontrol Merkezine gidersiniz. Doldurmanız gereken evraklar olur ve ardından sizden örnek alınması için bir kit seçersiniz (2 şişe ve bardak içeren bir kutu). Ardından tuvalete gidip, sizinle aynı cinsiyette olan birinin yanında bardağa işersiniz (böylece idrarın size ait olduğundan emin olurlar). Bazı durumlarda, kan örneği de vermeniz istenir. Daha sonra Doping Kontrol Merkezine geri dönersiniz, seçtiğiniz şişeleri doldurur ve kapatırsınız. Biraz daha evrak doldurma faslında sonra, işlemler biter! Gördüğünüz gibi yapılması gereken işler çok kolay!