



Antidopingový výbor ČR

Czech Anti-Doping Committee

**CHRÁNÍME ČISTÝ SPORT**

**NUTREND<sup>®</sup>**

**SPORT BEZ DOPINGU**



**PŘÍRUČKA DO KAPSY**



## Obsah

- I. Úvodní slovo
- II. Proč je doping zakázán
- III. Řízení boje proti dopingů ve sportu
- IV. Hlavní antidopingová pravidla
- V. Seznam zakázaných látek a metod
- VI. Jak sportovat čistě
- VII. Komentář k některým zakázaným látkám a metodám
- VIII. Vysvětlení pojmů a výrazů
- IX. Nebezpečí doplňků stravy
- X. Rekreační drogy
- XI. Užívání léků

### Kontakty v ČR – Antidopingový výbor:

- Adresa: Za Císařským mlýnem 1063/5, Praha 7
- Webové stránky: [www.antidoping.cz](http://www.antidoping.cz)
- E-mail: [info@antidoping.cz](mailto:info@antidoping.cz)
- Telefon: + 420 233 381 602

### Kontakty v zahraničí – Světová antidopingová agentura WADA:

- Adresa: Stock Exchange Tower, 800 Place Victoria (Bureau 1700),  
Montréal (Québec), H4Z 1B7 Canada
- Webové stránky: [www.wada-ama.org](http://www.wada-ama.org)
- E-mail: [info@wada-ama.org](mailto:info@wada-ama.org)
- Telefon: + 1 514 904 9232

## I. Úvodní slovo

Vážení,

předkládáme novou publikaci, která je určena především našim olympionikům, kteří se zúčastní Her 2018 v Jižní Koreji. Potřebné informace však v ní naleznou i ostatní výkonnostní a vrcholoví sportovci jak ze zimních, tak i letních sportů.

Podle našeho hesla „Chráníme čistý sport“ chceme přispět touto publikací k tomu, aby sportovci měli maximum informací o tom, jak závodit čistě bez dopingů.

Přeji mnoho úspěchů všem, kteří se věnují pohybovým aktivitám v duchu fair play a přispívají tak k zachování integrity sportu.

RNDr. Miloš Vrabec  
ředitel ADV ČR

## II. Proč je doping zakázán

Zákaz dopingů patří mezi pravidla provozování drtivé většiny sportů na naší planetě. Prostřednictvím Světového antidopingového kodexu WADA jsou pravidla čistého sportování harmonizována po celém světě a platí jak pro registrované sportovce, tak i sportovní federace.

Doping je zakázán ze dvou důvodů – jak pro jeho zdravotní závadnost, tak i pro zamezení výhody dopujících sportovců oproti těm, kteří sportují čistě v duchu fair play. Doping je zkrátka podvod. Do boje proti dopingům se zapojily i komise sportovců Světové antidopingové agentury WADA, Mezinárodní olympijského výboru a mezinárodních federací s cílem zabránit v účasti na všech akcích těm sportovcům, kteří si nezákoně pomáhají k lepším výkonům. Tato snaha se projevila ve Světovém antidopingovém kodexu platném od 1. ledna 2015, kde došlo ke zpřísnění základní sazby trestu za doping ze dvou let na čtyři a dále se prodloužila doba skladování odebraných vzorků z osmi na deset let.

Nešťastná je někdy prezentace dopingových hříšníků, jinými slovy podvodníků, v některých médiích, kde jsou představeni jako mučedníci a oběti spiknutí dopingových komisařů a dalších funkcionářů proti nim. Pravý opak je však pravdou. Každý registrovaný sportovec podle základního dopingového pravidla zodpovídá za všechny látky, které má v těle. Sám nese sám odpovědnost za doping, i když může být třeba neúmyslný. Když však chceme bránit čisté sportovce je nutné se všemi dopingovými prohřešky zabývat a také je spravedlivě vyřešit a rozhodnout o vině či nevině dotyčného sportovce nebo jeho doprovodu.

### III. Řízení boje proti dopingům ve sportu

#### a) Ve světě

Boj proti dopingům ve sportu se na všech kontinentech a v drtivé většině mezinárodních sportovních federací řídí pravidly Světové antidopingové agentury WADA (World Anti-Doping Agency, dále jen WADA) se sídlem v Montrealu.

Byla založena v listopadu 1999. Dříve se zabýval bojem proti dopingům ve sportu Mezinárodní olympijský výbor.

Nejdůležitějším úkolem WADA je vytvářet a vydávat Světový antidopingový kodex (dále jen Kodex), který je závaznou normou pro činnost národních a regionálních antidopingových organizací, mezinárodního olympijského a paralympijského výboru, mezinárodních a národních sportovních federací a dalších sportovních organizací, a dohlížet na jeho plnění.

Další důležitou činností WADA je vydávat závazné normy, tzv. standardy pro akreditované antidopingové laboratoře a také normy pro udělování terapeutických výjimek. Dále WADA stanovuje standardy pro testování, ochranu osobních údajů a v neposlední řadě každoročně vydává seznam zakázaných látek a metod dopingů a to vždy k 30.9. s platností od 1. ledna následujícího roku.

WADA rovněž napomáhá jednotlivým národním a regionálním antidopingovým organizacím zavádět na jejich územích schválená pravidla a normy, které jsou jednotné po celém světě a platí pro všechny registrované sportovce i sportovní federace.

Bojem proti dopingům se zabývá také UNESCO, které přispívá především na projekty vzdělávání v rozvojových zemích celého světa. Tato organizace vydala již v roce 2005 Konvenci o boji proti dopingům, kterou zatím ratifikovalo téměř 190 zemí. Na našem kontinentě přispívá k boji proti dopingům ve sportu také Rada Evropy např. i tím, že se snaží přimět jednotlivé země, aby zařadily problematiku dopingů do učebních osnov všech stupňů škol (základních, středních i vysokých škol a univerzit).

#### b) V České republice

Na našem území řídí boj proti dopingům ve sportu Antidopingový výbor České republiky (dále jen ADV ČR) se sídlem v Praze.

Jeho hlavním posláním je chránit čistý sport prostřednictvím Směrnice pro kontrolu a postih dopingů ve sportu (dále jen Směrnice), kterou po schválení WADA vydal v tištěné i elektronické podobě.

ADV ČR je příspěvkovou organizací Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy a vyvíjí svoji činnost od roku 1999 na základě zřizovací listiny a jejích dodatků. Do té

doby (od roku 1993) byl boj proti dopingů řízen nezávislou organizací, která pracovala ve formě občanského sdružení.

Podle Kodexu je na našem území ADV ČR zodpovědný za uplatňování antidopingové politiky, norem a nařízení z nich plynoucích a dále ručí za přijímání a zavádění antidopingových pravidel dle Kodexu.

ADV ČR nařizuje odběry vzorků sportovců, a to jak moči, tak i krve a též odpovídá za nakládání s jejich výsledky.

Kromě toho ADV ČR vede registry vybraných sportovců, u kterých eviduje a kontroluje také hlášení míst pobytu a případné udělování terapeutických výjimek.

V neposlední řadě je i konzultačním místem k otázkám ohledně povolených či zakázaných léků a látek pro sportovce.

Účastní se též zasedání disciplinárních komisí sportovních svazů a případně i Rozhodčí komise Českého olympijského výboru při řešení porušení antidopingových pravidel.

V oblasti osvěty a vzdělávání pořádá školení, semináře i besedy pro různé subjekty jako jsou školy všech stupňů, sportovní svazy a další organizace a instituce. Pravidelně (jedenáctkrát ročně) vydává svůj bulletin, jehož prostřednictvím informuje o novinkách a rozhodnutích v této oblasti. Každoročně publikuje také seznam zakázaných léků v tištěné a elektronické podobě a další tiskoviny pro potřeby sportovců a jejich doprovodu, případně i pro účastníky školení, seminářů a besed, případně i pro média.

Rovněž poskytuje různé informace a dává stanoviska k problematice dopingů ve sportu.

Zástupci ADV ČR také vystupují v rozhlase a televizi a účastní se tiskových konferencí.

## IV. Hlavní antidopingová pravidla

Uvádíme jenom nejdůležitější, podle kterých sportovec nikdy nesmí:

1. Být pozitivně testován na zakázanou látku, kromě dopředu schválené terapeutické výjimky na její užití
2. Použít nebo se pokusit použít zakázanou látku
3. Odmítnout poskytnout vzorek moči nebo krve při dopingové kontrole
4. Neodeslat hlášení nebo mylně informovat o místech svého pobytu (platí pouze pro sportovce v mezinárodním nebo národním registru)
5. Podvádět nebo se pokusit podvádět v průběhu dopingové kontroly
6. Mít v držení zakázanou látku nebo metodu

7. Přepřavovat zakázané látky nebo napomáhat k získání zakázané látky či metody
8. Podílet se na výrobě zakázané látky nebo ji sám vyrábět
9. Vyhýbat se potrestání nebo je nerespektovat
10. Být v jakémkoli kontaktu s potrestanými osobami uvedenými na černé listině WADA („persona non grata“) – týká se doprovodu sportovců – trenérů, lékařů a funkcionářů.

## V. Seznam zakázaných látek a metod

### a) Látky zakázané celoročně

Dělíme je do následujících skupin:

#### S0. Neschválené látky

Jedná se o skupinu látek (zavedenou teprve od roku 2011), které jsou ve stádiu klinického výzkumu a testování.

Od roku 2012 patří mezi zakázané látky také všechny veterinární léky a uměle vyráběné drogy.

#### S1. Anabolické látky

Anabolika jsou steroidní hormony, které mohou zvětšit objem svalové hmoty a tím zlepšit silové schopnosti sportovce. Jsou zneužívány především sprintery a v silových sportech – atletice, kulturistice, vzpírání aj.

Do této skupiny patří i clenbuterol, který má obdobné účinky jako anabolika a je často nepovoleně užíván také ve vytrvalostních sportech.

Látky z této skupiny mají mnoho nebezpečných vedlejších účinků jako je např. vznik rakoviny, nebezpečí kardiovaskulárních chorob, poškození vnitřních orgánů (játra, ledviny aj.).

#### S2. Peptidové hormony, růstové faktory a příbuzné látky

Z této skupiny se nejčastěji zneužívá erythropoetin (EPO), který je jinak také přirozeně produkován v těle a ovlivňuje množství červených krvinek, které mají vliv na zvýšení vytrvalosti, oddálení únavy i rychlejší regeneraci.

Do této skupiny jsou nově zařazeny i vzácné plyny argon a xenon, u kterých se předpokládá, že mají obdobné dopingové účinky jako EPO. Při zneužívání EPO dochází k zahušťování krve, a tím vzniká velké nebezpečí trombózy, infarktu, případně i smrti!

Dále sem patří růstový hormon (Human Growth Hormone – hGH), který také patří mezi peptidové hormony a je přirozeně vyráběn v těle.

Při užívání růstového hormonu může docházet k tzv. akromegalii, což je nepřirozený růst určitých částí obličeje jako je brada, lícní kosti nebo případně i prstů končetin. Může také způsobit rakovinu či cukrovku.

### **S3. Beta-2 agonisté**

Tyto zakázané látky rozšiřují průdušky (bronchy) v plicích. V případě, že jsou podávány ve větším množství, mohou mít vliv na růst svalů.

Jako vedlejší a nežádoucí účinky mají za následek zrychlení činnosti srdce (tachykardii) a při delším užívání mohou přivodit i angínu pectoris.

### **S4. Hormonové a metabolické modulátory**

V běžné medicíně se používají k léčbě nádorových, hormonálních a metabolických onemocnění. Při jejich zneužívání sportovci dochází ke změně v endokrinním systému těla, což může mít neblahé zdravotní důsledky.

Do této skupiny patří např. inzulín, který je jinak svým složením peptidový hormon. V běžné medicíně se využívá k léčbě cukrovky (diabetu). Jeho zneužívání ohrožuje činnost srdce a také ovlivňuje hladinu cukru v těle. Fatální nedostatek této látky může zapříčinit i smrt. Zneužíván je především pro jeho anabolické účinky.

### **S5. Diuretika a ostatní maskovací látky**

Tyto látky slouží především k zakrytí užívání jiných zakázaných látek.

Diuretika se také zneužívají ke snížení hmotnosti. Tato látka způsobuje velký úbytek vody a minerálů v těle, v jehož důsledku dochází k zahuštění krve a následně k případnému nebezpečí poškození ledvin a jater. Může zapříčinit i infarkt myokardu.

## **b) Zakázané metody (též zakázané celoročně)**

Sportovec nikdy nesmí provádět:

### **M1. Manipulace s krví a krevními komponentami**

Tato metoda je především zakázaná proto, že zvyšuje přepravní kapacitu krve pro kyslík. Všechny manipulace s krví jsou proto zakázané.

Při manipulaci s krví se mohou dostat do těla i různé nemoci jako je žloutenka a HIV. Nepovolená manipulace s ní způsobuje i vážná onemocnění ledvin.

### **M2. Chemickou a fyzikální manipulaci**

Při dopingových kontrolách se nesmí podvádět. Trestají se i pokusy o záměnu či výměnu vzorků.

Je též zakázaná nitrožilní infúze např. za účelem urychlení regenerace po výkonu (zákaz je uváděn pod pojmem „no needle policy“).



### **M3. Genový doping (někdy se používá také genetický doping)**

Je zakázán transfer polymerů nukleových kyselin a použití normálních nebo geneticky upravených buněk.

Rozdíl mezi „klasickým“ a genovým dopingem je v tom, že namísto zakázaných látek se vpravuje do těla genový materiál, jako jsou např. buňky.

### **c) Látky zakázané pouze při soutěžích**

Do této skupiny jsou zařazeny tyto látky:

#### **S6. Stimulancia**

Všeobecně lze říci, že tyto látky zvyšují fyzickou i mentální aktivitu a také agresivitu. Oddalují také pocity únavy. Mezi nejznámější látky této skupiny patří kokain a extáze, které jsou silně návykové.

Mohou způsobit kardiovaskulární problémy. Mezi nejčastěji užívané látky této skupiny patří efedrin a jemu příbuzné látky. Patří sem také tzv. taneční drogy a pervitin (metamfetamin).

#### **S7. Narkotika**

Mezi tyto látky patří opiáty, které mj. snižují práh bolestivosti. Jejich uživatelé si velmi rychle vytvoří závislost na ně.

Mimo jiné ovlivňují činnost centrálního nervového systému. Předávkování narkotiky může vést ke smrti. Mezi nejznámější narkotika můžeme zařadit např. heroin, methadon a morfin.

#### **S8. Kanabinoidy**

Aktivní látkou u této skupiny je THC (tetrahydrokanabinol), který se získává z marihuany (další užívaná pojmenování jsou konopí nebo také tráva).

Může snižovat předzávodní nervozitu a zlepšit krátkodobou paměť. Její nebezpečí tkví v tom, že se často stává startovací drogou pro pozdější užívání silnějších a také mnohem nebezpečnějších drog. V současnosti pěstovaná a vyšlechtěná marihuana má mnohonásobně vyšší obsah THC, než ta, která byla původně pěstovaná na polích.

V současnosti převládá v mnoha zemích trend na její postupné uvolňování k běžnému prodeji. Pro sportovce je však při soutěžích i nadále striktně zakázána a její metabolit karboxy-THC se do moči uvolňuje i několik týdnů až měsíců po jejím užití.

#### **S9. Glukokortikosteroidy**

Tyto dopingové látky mají přímý vliv na metabolismus organismu. Ve svém důsledku mohou negativně ovlivnit imunitní systém a také zapříčinit vznik osteoporózy (řídnutí kostí).

## d) Látky zakázané v určitých sportech

### Beta-blokátory

Jsou zakázány v automobilovém sportu, sportovní střelbě a několika dalších odvětvích sportu. Ovlivňují činnost tzv. stresových hormonů, jako je např. adrenalin. Snižují frekvenci tlukotu srdce a omezují třes rukou. Mohou zapříčinit astma nebo také přivodit depresivní náladu.

## VI. Jak sportovat čistě

Každý sportovec má právo soutěžit v čistém prostředí a na úrovni, která odpovídá míře jeho talentu, kvalitnímu tréninku i vlastnímu očekávání. Úroveň, které dosáhne, by měla být výsledkem tvrdé práce a snahy bez zneužití zakázaných prostředků a metod.

V případě, že sportovec závodí na výkonnostní a vrcholové úrovni, musí počítat s tím, že může být kdykoliv, bez předchozího upozornění, vyzván k dopingové kontrole. Jeho povinností je se jí bezpodmínečně podvolit. V opačném případě ho čeká trest.

Sportovec proto musí celoročně dbát na vše, co konzumuje – na potraviny, léky, doplňky stravy a nápoje, zkrátka na všechno!

Není důležité, zda si vezme zakázanou látku nebo užije zakázanou metodu úmyslně či neúmyslně, v obou případech mu hrozí trest a doživotní nálepka dopujícího podvodníka.

Podle Světového antidopingového kodexu platí, že každý sportovec je sám zodpovědný za vše, co má ve svém těle, bez ohledu na to, jak se mu případně zakázaná látka do těla dostala – úmyslně či neúmyslně nebo třeba i nevědomě.

## VII. Komentář k některým zakázaným látkám a metodám

Níže uvedený seznam není úplný, ale zahrnuje nejčastěji zneužívané látky a metody. Příkladem, jak se může do těla dostat zakázaná látka nevědomě, jsou třeba doplňky stravy a přípravky na hubnutí. Existují případy, kdy je na přebalu výrobku uvedena úmyslně matoucí informace: 100% přírodní původ a to i přesto, že obsahuje jednu nebo více zakázaných látek.

## Androgenní anabolické steroidy (skupina S1)

Jedná se o tělu vlastní (tj. v těle produkované) anabolické steroidy a také syntetické steroidy (tj. uměle vyráběné a tělu dodávané zvenčí).

Někteří sportovci se mylně domnívají, že tělu vlastní steroidy (např. testosteron) nemohou být v těle zjištěny, a proto je také často zneužívají. Z těchto důvodů byly zavedeny biologické pasy sportovců a steroidní moduly, které „hlídají“ jejich hladinu, aby mohli být podvodníci usvědčeni z dopingů.

*Příklady: testosteron, stanozolol a nandrolon.*

*Hříšník: Ben Johnson, atletický sprinter a ve své době nejrychlejší muž planety.*

## Krevní doping (M1)

Tato zakázaná metoda se vyvíjela po mnoho let. Nejdříve si sportovci nezákonně pomáhali transfúzemi cizí krve, později přešli k transfúzím krve vlastní. Obě tyto metody lze v dnešní době celkem úspěšně odhalit. Nyní podvodníci přešli k ještě sofistikovanějším metodám a zneužívají mikrodávky vlastní krve (např. 0,5 dcl denně). Po zavedení krevních modulů biologických pasů v systému ADAMS je možno těmto podvodníkům dokázat uvedenou zakázanou metodu.

*Hříšníci: Lance Armstrong, Tyler Hamilton, silniční cyklistika*

## CERA (S2)

Jedná se o látku, která podporuje erytropoézu („Continuous Erythropoiesis Receptor Activator“, zkratka CERA). Jedná se o již třetí generaci zakázaného EPO. Zvyšuje tvorbu červených krvinek v kostní dřeni a tím (stejně jako některé jiné látky) zvyšuje přepravní kapacitu kyslíku v těle. Urychluje též regeneraci organismu.

*Hříšník: Rashid Ramzi, běh na 1.500 m, atletika*

## Clenbuterol (S1)

Podle chemického vzorce by měl patřit mezi beta-2 agonisty, ale je zařazen mezi anabolika do skupiny S1, protože má vliv na růst svalové hmoty a zároveň na odbourávání tuku v těle.

V poslední době ho někteří farmáři (hlavně v Asii a Jižní Americe) přimíchávají do krmných směsí jatečných zvířat, a tak se může nevědomě dostat i do těl sportovců.

Konkrétní případy nevědomého dopingů způsobené touto kontaminací z masa a uzenin byly zjištěny v Mexiku a v Číně.

*Hříšník: Alberto Contador, silniční cyklistika (vědomé zneužití)*

## Diuretika (S5)

Dříve byla hlavně zneužívána pro snížení hmotnosti, v současné době slouží podvodníkům k zamaskování užití jiných zakázaných látek např. anabolik.

*Příklady: furosemid a metolazon*

*Hříšník: Kolo Touré (Pobřeží Slonoviny), fotbal*

## Efedrin (S6)

Tato látka patří do skupiny stimulantů a ovlivňuje činnost centrálního nervového systému. Nejčastěji je zneužíván ve vytrvalostních sportech a může být obsažen i v přípravcích na hubnutí.

*Hříšník: Kenny Paddy (Anglie), fotbal*

## Endurobol (S4)

Jedná se o celoročně zakázanou látku, která patří mezi antagonisty a modulátory hormonů. Na přebalech výrobků se někdy uvádí pod označením jako GW 501 516.

## Higenamin (S3)

Tato látka je zakázaná celoročně a patří do skupiny beta-2agonisté.

Umožňuje přijímat plicím více kyslíku, a proto je zneužívána hlavně ve vytrvalostních sportech. Její nebezpečí tkví také v tom, že se přidává do některých doplňků stravy a na přebalech suplementů je často uváděna jako „přírodní“ látka pod těmito názvy: Aconicum japonicum, Asarum heterotropoides, Demethylcoclaurine, Gnetum parvifolium, Nandina domestica, Norcoclaurine, Tinospora crispa aj.

## Genový doping (M3)

*„Gene doping“, někdy se používá také označení genetický doping.*

Světová antidopingová agentura WADA ho zařadila mezi zakázané metody.

Je velkým nebezpečím pro zachování integrity sportu, protože se zatím obtížně odhaluje.

Může mít vliv na růst svalové hmoty a zvýšení tvorby červených krvinek.

## Růstový hormon (S2)

*„Human Growth Hormone“ (hGH)*

Je zařazen mezi peptidové hormony a je zakázán celoročně. Ovlivňuje tělesnou výšku a má též anabolické účinky.

Tento hormon je produkován v lidském těle v hypofýze. Mimo růstových účinků má i vliv na snížení tvorby tuků v těle a na rychlejší regeneraci hlavně po silových výkonech.

*Hříšníci: Terry Newton, (Anglie), ragby, Patrick Mendez (USA), vzpírání*

## **Inzulín (S4)**

Inzulín je zařazen mezi metabolické modulatory. Jeho zneužívání vede k závažnému snížení hladiny cukrů v krvi (k tzv. hypoglykémii), které může způsobit poškození organismu nebo až smrt.

Jeho nezákonné užívání vede k tomu, že tělo produkuje více cukrů, které se potom ukládají ve svalcích a to ve formě glykogenu. Zneužívají ho tak hlavně vytrvalostní sportovci.

Může mít také vliv na růst svalové hmoty, stejně jako růstový hormon nebo steroidy.

*Hříšníci: Gianpaolo Mondini, (Itálie), silniční cyklistika*

## **Meldonium (S4)**

Patří mezi metabolické modulatory a bylo zakázáno WADA teprve od 1. ledna 2016. Tuto látku objevil lotyšský lékař Ivars Kalviņš v roce 1979 a doporučil ji k užívání ruským vojákům tehdy bojujícím v Afganistánu pro posílení psychické odolnosti a lepší regeneraci organismu. Posléze se dostala látka také mezi sportovce bývalého Sovětského svazu, kteří ji, podle zjištění WADA z odebraných dopingových vzorků, masivně užívali. Lék Mildronat, který obsahuje tuto zakázanou látku, je v distribuční síti lékáren mimo území České republiky.

*Hříšnice: Mária Šarapovová (Rusko), tenis*

## **Methylhexaneamin (S6)**

Tato zakázaná látka patří do skupiny stimulantů a je zakázaná pouze při soutěžích. Často ho obsahují doplňky stravy pro zlepšení duševních i fyzických schopností jedince.

Může mít vliv i na snížení hmotnosti, a proto se často přidává do prostředků na hubnutí a na přebalech výrobků je často uváděn pod těmito názvy: Geranamin, Dimethylpentylamin, Floradén aj.

## **Nosiči kyslíku (M1)**

*„Oxygen Carriers“*

V klasické medicíně se užívají umělí nosiči kyslíku hlavně v případě rychlé ztráty krve (nehody, operace).

Ve sportu jsou však zakázány po celý rok (mimo soutěž i při soutěži). Jsou hlavně zneužívány ve vytrvalostních sportech, protože zvyšují přepravní kapacitu krve. Oddalují také nástup anaerobního metabolismu a tím nepřímo snižují hladinu laktátu v těle.

## **Tetrahydrogestrinon (S1)**

*„The Clear“ (THG)*

Jedná se o anabolický steroid, který je svým složením příbuzný gestrinonu nebo trenbolonu. Stejně jako ostatní anabolika je zakázán celoročně.

V minulosti byl sportovci často zneužíván, protože dříve neexistovaly účinné laboratorní analýzy k jeho zjištění. Z tohoto důvodu byli někteří sportovci potrestáni dodatečně se zpětnou platností. Má stejné účinky jako v těle produkovaný testosteron. Pomáhá zvětšovat objem svalové tkáně, a proto je zneužíván hlavně v silových sportech a sprintech. Může se také podílet na oddálení nástupu únavy i na rychlejší regeneraci.

*Hříšníci: Marion Jonesová (USA), atletika, Dwain Chambers (Velká Británie), atletika*

## **Xenon a argon (S2)**

Oba vzácné plyny patří do skupiny peptidových hormonů, růstových faktorů a příbuzných látek.

Byly zakázány po zimních olympijských hrách v Soči 2014 od 1. září téhož roku, když byl prokazatelně zjištěn jejich dopingový účinek. Dříve byl xenon masivně zneužíván především ruskými olympioniky ve vytrvalostních soutěžích. Oba plyny podporují zvýšenou tvorbu červených krvinek, což má za následek zvýšenou transportní schopnost organismu při distribuci kyslíku ke svalům.

# **VIII. Vysvětlení pojmů a výrazů**

## **Porušení antidopingových pravidel**

*„Anti-Doping Rule Violation“ (ADRV)*

Jsou to jednak případy, kdy je v těle objevena zakázaná látka, na kterou nemá sportovec schválenou terapeutickou výjimku. Nemusí se vždy jednat o zjištění zakázané látky v těle sportovce, ale může také znamenat odchylky v biologických pasech, např. v krevních či steroidních modulech. Dále se může jednat o odmítnutí dopingové kontroly, držení zakázaných látek a další přestupky.

## **Biologický pas (sportovce)**

*„Athlete Biological Passport“ (zkratka ABP)*

Jedná se o počítačovou databázi informací o sportovci získanou z jednotlivých antidopingových odběrů a jejich analýz v akreditovaných laboratořích WADA. Hodnoty a množství některých látek z jednotlivých kontrol jsou dlouhodobě sledovány a významné odchylky mohou vést k zahájení disciplinárního řízení se sportovcem. Pod kontrolou jsou především endogenní steroidní látky, které tělo samo produkuje – testosteron nebo u vytrvalostních sportů hemoglobin aj.

## Místo dopingové kontroly

### *„Doping Control Station“*

Je to prostor, kde se provádí dopingová kontrola.

Po skončení závodů nebo utkání může být sportovec vyzván dopingovým komisařem či jeho asistentem („chaperonem“), aby se podrobil dopingové kontrole.

## Chaperon

Takto se nazývá asistent dopingového komisaře, který má právo předávat sportovci výzvu k dopingové kontrole a doprovázet ho na místo dopingové kontroly.

## Seznam zakázaných látek

### *„Prohibited List“*

Jedná se o seznam zakázaných látek, který každoročně vydává WADA vždy k 30. září s platností od 1. ledna roku následujícího.

## Poskytnutí vzorku

### *„Sample Provision“*

Jde o odběr vzorku moči nebo krve (případně obojího) sportovce. Vzorky jsou následně odesílány do akreditovaných laboratoří WADA k analýze. Nově (od 1. ledna 2015) mohou být skladovány po dobu 10 let (dříve 8 let).

## Osobní zodpovědnost

### *„Strict Liability“*

Každý sportovec je osobně zodpovědný za všechny látky, které se dostanou do jeho těla. Jedinou výjimku poskytuje sportovci terapeutická výjimka umožňující z léčebných důvodů používat zakázanou látku či metodu podle přesně stanovených kritérií a také podávaného množství.

## Terapeutická výjimka (TV)

### *„Therapeutic Use Exemption“ (TUE)*

Jedná se o povolení, na základě kterého může sportovec z léčebných důvodů užívat (a to buď krátkodobě či dlouhodobě) určené zakázané léky v přesně stanoveném množství na základě dopředu udělené výjimky.

## Hlášení míst pobytu

### *„Whereabouts“*

Vybraní vrcholoví sportovci jsou povinni hlásit místa svého pobytu za účelem umožnění mimosoutěžních odběrů. Registry sportovců tvoří buď sportovní federace (mezinárodní registr) nebo národní antidopingové organizace (národní registr). O zařazení do některého ze dvou výše uvedených registrů je sportovec informován předem.

## Pozitivní nález

*„Adverse Analytical Finding“ (AAF)*

**Pozitivní nález zakázané látky nebo metody v těle sportovce nemusí automaticky znamenat porušení antidopingových pravidel. Pozitivní nález může např. znamenat užití léku dle již dříve schválené terapeutické výjimky. Jinak je to konečný důkaz porušení antidopingových pravidel.**

## Krevní a steroidní moduly

*„Blood and Steroid Modules“*

Moduly sledují množství a případné odchytky několika vybraných endogenních (v těle také produkovaných) látek od stanoveného množství pro jednotlivé sportovce. V případě překročení těchto limitů se může jednat o doping. Jsou zavedeny dva moduly:

1. Krevní (též krvetvorný neboli hematologický) byl zaveden v prosinci 2009 a jeho prostřednictvím se sleduje nedovolené zvyšování přepravní kapacity kyslíku prostřednictvím zakázaného (exogenního) podávání EPO nebo krevní transfúze
2. Steroidní se sleduje od 1. ledna 2014 s cílem objevit endogenní (tělu vlastní) steroidy podávané exogenně (tj. zvenčí)

## Mezinárodní standardy

*„International Standards“ (IS)*

Mezinárodní standardy vydává WADA s cílem sjednotit boj proti dopingům ve sportu po celém světě.

Výše uvedené normy též stanovují zásady pro testování sportovců, udělování terapeutických výjimek a činnost akreditovaných laboratoří WADA.

Součástí těchto standardů je i každoroční vydávání seznamu zakázaných látek a v poslední době i ochrana osobních dat sportovců.

## ADAMS

*„Anti-Doping Administration and Management System“ (volně přeloženo: Antidopingový administrativní a řídicí systém).*

Jedná se o internetový databázový sběr dat, který umožňuje vkládat, uchovávat, sdílet a poskytovat informace o jednotlivých sportovcích a místech jejich pobytu, dopingových kontrolách, případně i udělování terapeutických výjimek.



## Sportovní arbitrážní soud

*„The Court of Arbitration for Sport“ (CAS)*

Je nejvyšším soudem pro sport a má sídlo v Lausanne. Rozhoduje ve sportovních kauzách (a to nejenom dopingových) bez možnosti odvolání a jeho nález je definitivní. Platnost verdiktu tohoto soudu je celosvětová a zároveň závazná pro všechny sportovce a jejich doprovod (trenéry, lékaře, fyzioterapeuty aj.) a také pro sportovní svazy a organizace.

## Rozhodčí komise

Rozhodčí komise Českého olympijského výboru (RK ČOV) je nejvyšším odvolacím orgánem v České republice a slouží k případnému odvolání sportovců, kteří nesouhlasí s rozhodnutím sportovního svazu ohledně trestu za doping či s jinými rozhodnutími z dalších oblastí sportovní činnosti.

Proti rozhodnutí RK ČOV je možno se odvolat ke Sportovnímu arbitrážnímu soudu (CAS) do Lausanne (viz výše).

## Černá listina WADA

*(„WADA Black List“)*

Jedná se o nově zřízený seznam nežádoucích osob („persona non grata“), se kterými nesmí sportovci udržovat žádný styk (telefonické spojení, e-maily, osobní setkání, bankovní převody apod.). Na této nechvalně známé listině figurují osoby nejčastěji ze sportovního prostředí, tj. trenéři, fyzioterapeuti, lékaři, funkcionáři a další doprovod. Tyto osoby se v minulosti dopustily nežádoucího jednání a chování (např. napomáhaly sportovcům k doping), které bylo v rozporu se Světovým antidopingovým kodexem WADA, a proto se nesmí dále ve sportovním prostředí pohybovat ani nesmí být jinak kontaktováni.

## IX. Doplnky stravy

U nás i v zahraničí je nabízeno nepřehledné množství různých suplementů. Bohužel jsou mnohé z nich kontaminovány zakázanými látkami (např. steroidy pro „rychlejší růst svalů“ či různými stimulanty pro „usnadnění hubnutí“). Zjištění zakázaných látek z takto kontaminovaných suplementů v těle sportovce může způsobit vážné problémy v kariéře! Jejich nebezpečí také tkví v tom, že nejsou tak přísně kontrolovány jako léky, a tak se snadněji mohou zakázané látky „nepozorovaně“ dostat do těla. Pro snížení tohoto rizika by měl sportovec brát pouze ty doplňky, které potřebuje, a také v tom množství, které je na přebalu doporučeno. Nakupovat by je měl pouze

v kamenných obchodech od jemu známých nebo jinak prověřených výrobců. I přesto by měl počítat s možností, že ne všichni výrobci informují své zákazníky o všech látkách, které jsou obsaženy ve výrobku. Klamavé reklamy typu: „Výrobek zvýší výkonnost“ nebo „100% přírodní přípravek“ by měly sportovce varovat, aby takové zboží nikdy nekupoval.

## X. Rekreační drogy

Tento umělý pojem vymysleli dealeri drog, aby především mladí lidé začali co nejdříve s jejich konzumací.

Každý sportovec však musí velice pečlivě dbát o své tělo a ani tento druh drog nesmí nikdy brát. Jedná se hlavně o marihuanu a různé taneční drogy, které se připravují na bázi pervitinu. I jenom jedna pilulka s touto drogou může zcela zničit kariéru sportovce, protože v případě pozitivního nálezu mu hrozí až čtyřletý zákaz činnosti.

Každý sportovec by měl vědět o těchto drogách následující:

- Skrývají potencionální nebezpečí pro zdraví a jejich případné zneužití je v rozporu s duchem fair play a také s antidopingovými pravidly, která je povinen respektovat
- Nejčastěji zneužívanou drogou mezi mládeží je marihuana (nazývaná také konopí či tráva) a další její syntetické formy jsou zakázány při soutěžích. Metabolit marihuany – THC zůstává v těle i několik měsíců, a tak její zneužití mimo soutěž může způsobit pozitivní nález při soutěži. Již mnoho sportovců bylo takto potrestáno
- Také všechny ostatní rekreační drogy např. kokain, amfetamin a pervitin zůstávají dlouho v organismu
- Sportovec by měl také vědět, že pozitivní test na marihuanu může být způsoben skrytou konzumací různých potravin s touto látkou (např. různé koláčky a jiné pekařské výrobky).

## XI. Užívání léků

Sportovec může také onemocnět a potom je nutné brát léky proti nachlazení, chřipce, angíně nebo různým bolestem. Často se mu nevyhnou ani alergie nebo dokonce astma a třeba i cukrovka.

Mnoho běžných léků obsahuje určité látky, které jsou ve sportu zakázány, a proto musí být sportovec velice obezřetný, co všechno konzumuje. U léků to platí dvojnásob.

Je bezpodmínečně nutné pečlivě kontrolovat, zdali některý medikament není na seznamu zakázaných léků. Ke snadnějšímu zjištění, zda konkrétní lék není v tomto seznamu, slouží publikace „Zakázané léky“, kterou každoročně vydává Antidopingový výbor. Je k dispozici i na webových stránkách ADV ČR.

V případě, že sportovec plánuje nějakou operaci, je nutné dopředu požádat o terapeutickou výjimku. To samé platí i pro užití zakázaného medikamentu.

Ve vlastním zájmu by měl sportovec informovat všechny své ošetřující lékaře (nejenom praktického, ale i lékaře specialisty a zubaře) o tom, že je výkonnostním sportovcem, a proto nesmí konzumovat zakázané léky ani dostat injekce se zakázanou látkou.

Sportovec by se nikdy neměl nechat zmást tvrzením, že se jedná o běžně dostupný lék. I takové často obsahují pro sportovce zakázané látky. Musí je vždy pečlivě zkontrolovat ještě před vlastní konzumací.

Sportovec musí také kontrolovat mimo léků i různé masti, spreje, kapky, injekce a také doplňky stravy, zdali neobsahují zakázané látky.

V případě cesty do zahraničí by si měl sportovec dopředu zajistit ještě v Česku všechny potřebné medikamenty, a to i ty, které běžně doma neužívá, ale mohl by je potřebovat v případě nějaké nenadálé události.

Pozor také na skutečnost, že některé léky zakoupené v zahraničí mohou mít odlišné složení a dokonce obsahovat zakázanou látku.

## SPORTOVAT ČISTĚ SE ZKRÁTKA VYPLÁCÍ!



Vydal: Antidopingový výbor ČR  
Za Císařským mlýnem 1063, 170 00 Praha 7  
[www.antidoping.cz](http://www.antidoping.cz), [info@antidoping.cz](mailto:info@antidoping.cz)  
Zpracoval: Mgr. Michal Polák  
Praha, prosinec 2017

