

# Anti-doping og mig

- en håndbog om  
retningslinier  
og regler





## **Anti Doping Danmark (ADD)**

er et uafhængigt program mellem Regeringen og idrættens organisationer for at samle en forstærket indsats mod dopingmisbruget.

ADD er ansvarlig for dopingkontrol i Danmark. ADDs anti-dopingprogram skal styrke og udvikle de grundlæggende værdier i elite-idrætten og den brede folkelige idræt gennem oplysning,

holdningsbearbejdning og forskning. Gennem dopingkontrol, internationale aktiviteter og uddannelse arbejder ADD på at holde idrætsudøvere fra dopingstoffer og -metoder.

**Anti-doping og mig** er navnet på en håndbog for idrætsudøvere, som ADD udgiver.

Håndbogen erstatter den lille folder "Information om doping", der har været udgivet siden 1990.

### **Bemærkninger til dopinglisten:**

*Bemærk at der er sket ændringer i indelingen af dopinglisten. Der er ikke længere "dopingklasser".*

*Listen beskriver fremover på samme sted samtlige forbudte stoffer frem for "eksempler" på stoffer.*

*Beta-2-agonister er blevet en selvstændig gruppe.*

*Koffein og pseudoefedrin er taget af dopinglisten, hvorimod efedrin stadig er forbudt. Bemærk også, at der nu skal "Medical Certificate/Notification" ved brug af enhver form for præparater med kortikosteroider, såsom salve, øjen/næsedråber m.v.*

# Indhold



Hvordan foregår  
dopingkontrollen ..... **7**



Analyseprocedure ..... **14**

Dopinglisten ..... **17**



Medical Certificate/Notification . **31**

Orientering om stoffers  
anvendelse, virkning/bivirkning . **33**



Tilladt medicin (eksempler) ..... **42**



Love og regler om doping ..... **47**



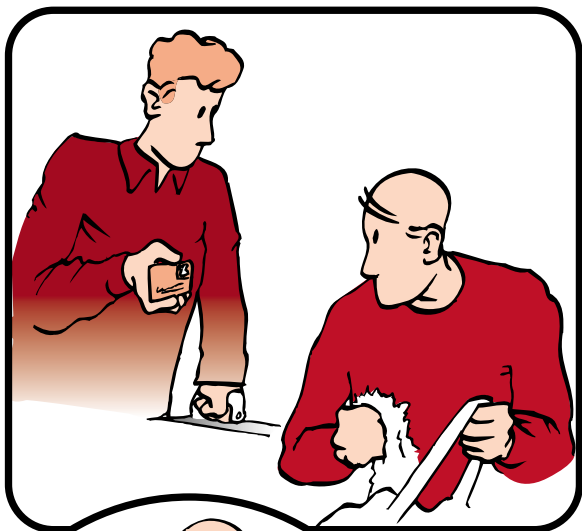
A  
N  
T  
I  
-  
D  
O  
D  
A  
N  
M  
A

A stylized orange hand with five fingers, holding a white heart. The hand is positioned in the center of the page, with the fingers pointing upwards and the palm facing left. The heart is a simple white shape with a slight shadow, resting in the palm of the hand. The entire graphic is rendered in a light orange color.

# Dopingkontrol i Danmark

Efter at du er indkaldt til dopingkontrol, er det din pligt at afgive en urin- og/eller en blodprøve. Som medlem af en klub eller forening i et specialforbund under Danmarks Idræts-Forbund, er du forpligtet til at medvirke ved en dopingkontrol på det tidspunkt og det sted, som bestemmes af kontroludvalget under Anti Doping Danmark. I det følgende beskrives, hvordan en dopingkontrol gennemføres:

Dopingkontrollen skal foretages efter de gældende procedurer, som er fastsat af Anti Doping Danmark. Kontrollen kan foretages både i og udenfor konkurrencer her og i udlandet. Den foretages af et uddannet og autoriseret Anti Doping Danmark kontrolteam. Kontrolvirksomheden er 9001/2000 ISO-certificeret.



**Indkaldelse**



**Underskrift**

# Sådan foregår en dopingkontrol

## Indkaldelse af idrætsudøver til dopingkontrol

Når en dopingkontrollant indkalder dig til dopingkontrol, skal han eller hun legitimere sig over for dig. For at kontrollanten kan være sikker på din identitet, skal du fremvise legitimation (det kan være i form af pas, kørekort, Dankort eller lignende).

Derefter vil kontrollanten informere dig om dine rettigheder og pligter og bede dig om at underskrive indkaldelse til dopingkontrol.

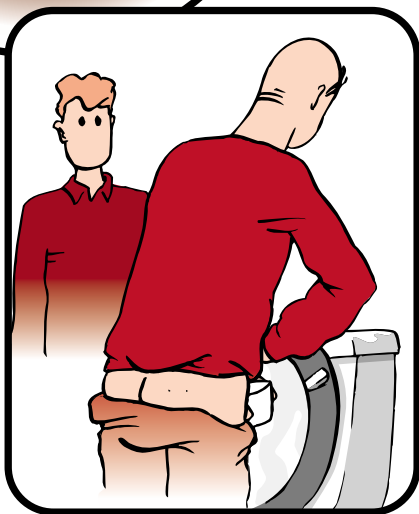
Du får derefter en kopi af indkaldelsen. Indkaldelsen kan også ske pr. brev eller telefon.

## Idrætsudøverens rettigheder og pligter

Efter at du er indkaldt til dopingkontrol, er det din pligt at afgive en urinprøve. Hvis du nægter eller på anden måde forsøger at undgå kontrollen, vil dette blive tolket på samme måde som en positiv prøve.

Fra indkaldelsen, til dopingkontrollen er afsluttet, vil en dopingkontrollant/eskorte holde dig under konstant opsyn. Eskorten er en Anti-Doping Danmark autoriseret person, som bistår dopingkontrollanten med at udføre en række opgaver under dopingkontrollen.

## Valg af urinbæger



## Urinprøve

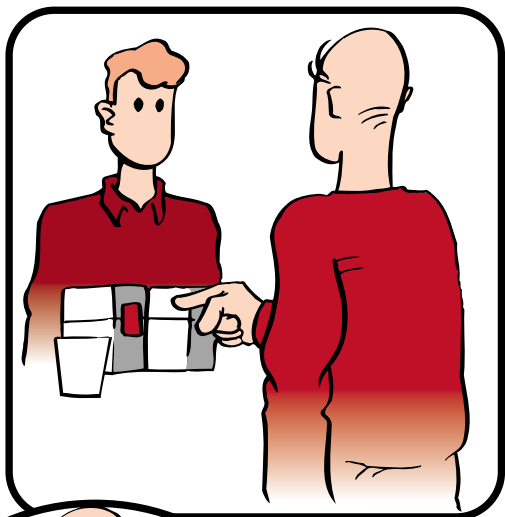
Du har ret til at tage en personlig ledsager med ved kontrollen. Hvis du har spørgsmål vedrørende kontrollen, har du ret til at få information om, hvad kontrollen indebærer. Før du skal afgive selve dopingprøven, kan dopingkontrollanten afgøre, om du skal have mulighed for at deltage i interview med medierne, medvirke i sejrsceremoni, eller lignende.

### **Afgivelse af urinprøve**

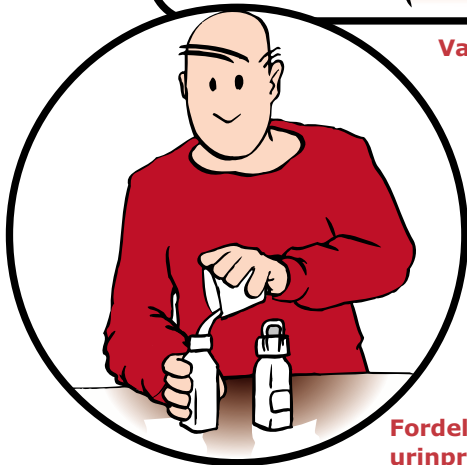
Prøvetagningsudstyr til urinprøve består af urinbæger, glasflasker til forsegling af prøven, protokolformular samt af udstyr til måling af prøvens pH-værdi og massefylde.

Når du er klar til at afgive din urinprøve, skal du vælge et forseglet urinbæger. Du bør efterse, at forseglingen omkring urinbægeret ikke er brudt, og at udstyret er rent. Urinprøven skal afgives i et egnet rum under direkte påsyn af kontrollanten/eskorten.

Kontrollanten/eskorten, som bevidner, at du har foretaget urinprøven, skal være af samme køn som dig. (Hvis du er over 18 år, må kun du og kontrollanten/eskorten være til stede, når urinprøven afgives. Hvis du er under 18, kan du også give tilladelse til, at din personlige ledsager er til stede ved afgivelsen af urinprøven). Når du har afgivet tilstrækkelig med urin, skal du tage dit urinbæger med og sammen med kontrollanten/eskorten gå til kontrolområdet.



**Valg af forsejlet  
prøvesæt**



**Fordeling af  
urinprøve**

Det er vigtigt, at det kun er dig, der håndterer urinbægeret. Kontrollanten/eskorten må kun håndtere bægeret, såfremt du beder hende eller ham om det.

### **Valg af forseglede prøvesæt**

Til at forsegle urinprøven skal du vælge et prøvesæt bestående af to forseglede flasker i en forseglede flamingokasse.

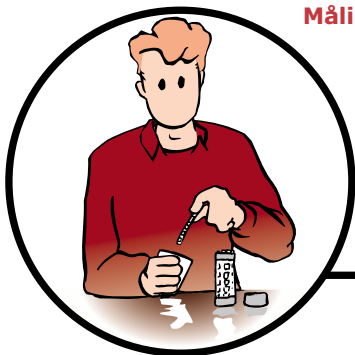
Du skal efterse, at forseglingen på udstyret ikke er brudt, at udstyret er rent, at det ikke er ødelagt eller defekt, samt at alle de påtrykte kodenumre er ens.

Du skal derefter fordele urinen i to flasker, en A- og en B-prøve. Flaskerne skal derefter forsegles efter anvisning fra dopingkontrollanten. Det er vigtigt, at du forsikrer dig om, at flaskerne og de tilhørende låg er mærket med ens kodenumre.

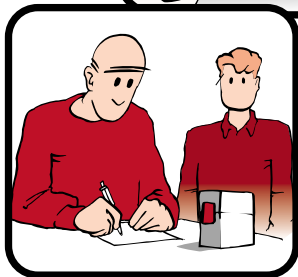
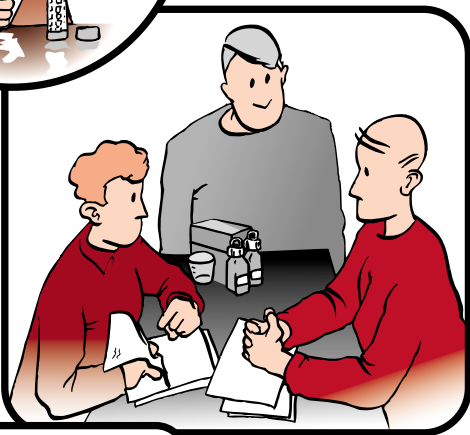
### **Afgivelse af midlertidig prøve**

Hvis du ikke er i stand til at afgive en tilstrækkelig mængde urin i første forsøg, skal du forsegle den midlertidige urinprøve i A-flasken, og afgive mere urin indtil prøven er tilstrækkelig stor. Når du har afgivet tilstrækkeligt med urin, skal forseglingen på den midlertidige prøve brydes og prøverne blandes. Derefter fordeles og forsegles urinen på flasker til en A- og en B- prøve, sådan som det er forklaret ovenfor.

## Måling af urinen



## Udfyldelse af protokol



## Underskrift af protokollen

## **Måling af urinprøvens pH-værdi og massefylde**

Efter at du har fordelt urinen i A- og B flaskerne, vil dopingkontrollanten bruge nogle dråber af den urin, der er til rest i urinbægre til at måle urinens massefylde og urinens pH-værdi.

Hvis målingerne ligger udenfor de fastsatte grænseværdier, kan dopingkontrollanten forlange, at du afgiver en ny prøve.

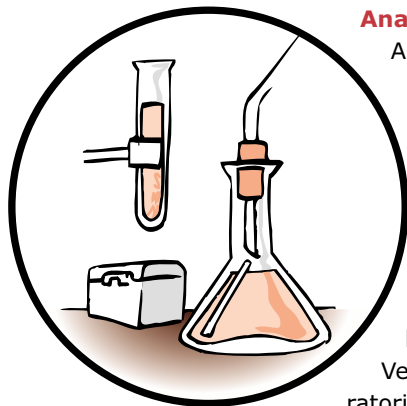
## **Udfyldelse af protokol til dopingkontrol**

Du skal oplyse om, hvad du har brugt af medikamenter, vitaminpræparater og helsekostprodukter inden for de seneste 7 dage.

Før du underskriver protokollen, er det vigtigt, at du kontrollerer, at de personlige oplysninger og prøvens kodenummer er korrekt anført i protokollen.

Såfremt du eller din ledsager mener, at proceduren for dopingkontrollen ikke er blevet fulgt, skal dette noteres i protokollen, før den bliver underskrevet. Dopingkontrollanten skal give dig en kopi af den færdigudfyldte protokolformular.

Laboratoriet får tilsendt en kopi af protokolformularen, hvoraf der udelukkende fremgår oplysninger om den egentlige prøve, prøvens kodenummer og medikamentbrug. Dit navn vil således ikke være kendt på laboratoriet. Når du har modtaget en kopi af protokolformularen, er du færdig med kontrollen.



## Analyseprocedurer

Alle dopingprøver bliver, så hurtigt som muligt efter dopingtestens gennemførelse, sendt til et IOC/WADA-godkendt laboratorium. For danske prøver vil det sige til et laboratorium i Oslo.

Ved ankomsten til laboratoriet bliver en række

fastsatte kvalitets-procedurer fulgt.

Laboratoriet skal analysere A-prøven for stoffer og metoder, der står opført på dopinglisten.

Analyseresultatet bliver derefter (3-6 uger) sendt til Anti Doping Danmark. Du vil blive skriftligt orienteret om resultatet af analysen, uanset om prøven er negativ (dvs at analysen ikke har afsløret nogen ulovlighed i henhold til dopingbestemmelserne) eller positiv (dvs at analysen har afsløret stoffer og eller metoder, som står på dopinglisten).

Laboratoriet vil opbevare B-prøven på en forsvarlig måde, hvis det skulle blive nødvendigt at analysere den for at få bekræftet en eventuel positiv A-prøve. Hvis A-prøven er negativ, bliver B-prøven tilintetgjort.

## **Hvad sker der, hvis A-prøven viser et positivt resultat?**

Efter at Anti Doping Danmark har modtaget en melding om, at der foreligger et positivt analyse-resultat, informeres Danmarks Idræts-Forbunds dopingudvalg. Dopingudvalget informerer udøver, klub og specialforbund. Et analyseresultat er positivt, når A-prøven indeholder forbudte stoffer fra WADA's dopingliste. Udøveren kan dog forlange B-prøven analyseret. Skulle analyseresultatet af B-prøven være negativt, vil dopingsagen blive hævet.

Ved rapport fra den ansvarlige dopingkontrol-lant om en idrætsudøvers nægtelse, udeblivelse eller forsøg på manipulation ved en dopingkontrol behandles sagen som ved en positiv prøve.

## **Afgivelse af blodprøve**

Dopingkontrollen kan også indebære, at du må afgive en blodprøve.

Prøvetagningsudstyret for blodprøver kan variere. Udstyret består af en forseglede pakke, som indeholder kanyler og blodprøverør. Antal af blodprøverør kan variere. Blodprøver forsegles i egen forseglingspakke. Forseglingsudstyret kan variere.

Blodprøver vil blive foretaget af kvalificeret uddannet personale. Anti Doping Danmark har egne dopingkontrollanter, som er godkendt til at tage blodprøver.

Når blodprøven skal tages, skal du vælge en forseget pakke. Du skal se efter, at forseglingen ikke er brudt, før du åbner den for at kontrollere, at indholdet er korrekt og intakt, samt at alle kodenumre på forseglingspakken og blodprøverør er ens.

En godkendt blodprøvetager/dopingkontrollant vil foretage blodprøven fra en blodåre – fortrinsvis i armen. Blodmængden, som bliver tappet, vil ikke få nogen indflydelse på din idrætspræstation. Efter at blodprøverørene er fyldt med blod, skal du forsegle dem efter anvisning fra dopingkontrollanten.

# Dopinglisten 2004

## Forbudte stoffer

- S1. Stimulerende stoffer.
- S2. Narkotika.
- S3. Cannabinoider (Marihuana/hash)
- S4. Anabole stoffer
  - 1. Anabole androgene steroider (AAS)
  - 2. Andre anabole stoffer.
- S5. Peptidhormoner.
- S6. Beta-2-agonister.
- S7. Stoffer med anti-østrogen virkning.
- S8. Sløringstoffer.
- S9. Glukokortikosteroider

## Forbudte metoder

- M1. Forøgelse af ilttransporten
  - a. Bloddoping.
  - b. Anvendelse af stoffer der øger optagelsen, transporten og/eller afgivelsen af ilt.
- M2. Farmakologisk, kemisk og fysisk manipulation.
- M3. Gendoping.

## Stofgrupper forbudte i visse sportsgrene

- P1. Alkohol.
- P2. Beta-blokkere.
- P3. Diuretika (vanddrivende stoffer).

WADA's liste over forbudte stoffer revideres mindst en gang årligt og ADD følger til enhver tid WADA's dopingliste. Listen er inddelt i forbudte stoffer, forbudte metoder og stofgrupper forbudt i visse sportsgrene. Derudover er der som noget nyt en fjerde gruppe kaldet "Specifikke stoffer".

I fremtiden vil WADA's medicinske komité have ansvaret for ændringer til dopinglisten.

## Stoffer og metoder forbudt i konkurrence

### Forbudte stoffer

#### S1. Stimulerende stoffer:

Følgende stimulerende stoffer er forbudt inklusive såvel L- som D isomere.

**Adrafinil, amfepramon, amifenazol, amfetamin, amfetaminil, benzfetamin, bromantan, carphedon, cathin\*, clobenzorex, dimethylamfetamin, efedrin\*\*, etilamfetamin, etilefrin, fencamfamin, fenetyllin, fenfluramin, fenproporex, furfenorex, kokain, mefenorex, mefentermin, mesocarb, methamfetamin, methylamfetamin, metylendioxyamfetamin, metylendioxyamfetamin, metylefedrin\*\*, metylfenidat, modafinil, niketamid, norfenfluramin, parahydroxyamfetamin, pemolin, phendimetrazin, phentmetrazin, phentermin, prolintan, selegilin, stryknin....** og andre stoffer med lignende kemisk struktur eller lignende farmakologisk effekt\*\*\* .

\***Cathin** er forbudt, hvis koncentrationen i urinen er større end 5 mikrogram pr. milliliter.

\*\* Både **efedrin** og **metylefedrin** er forbudt, hvis dets koncentration i urinen er større end 10 mikrogram pr. milliliter.

\*\*\* Stofferne inkluderet i "2004 Monitoring Program" betragtes **ikke** som forbudte stoffer. (Stofferne i ovennævnte program er: koffein, phenylephrin, phenylpropanolamin, pipradol, pseudoefedrin, synephrin, morfin/codein ratio – alle stoffer monitoreres kun i konkurrence)

## **S2. Narkotiske stoffer:**

Følgende narkotiske stoffer er forbudt:

**buprenorfin, dextromoramid, diamorfin (heroin), hydromorphon, methadon, morfin, oxycodon, oxymorphon, pentazocin, pethidin.**

## **S3. Cannabinoider:**

**Cannabinoider (f.eks. hash, marihuana) er forbudt.**

## **S4. Anabole stoffer:**

### **1. Anabole androgene steroider (AAS)**

a. eksogene\* AAS omfatter, men er ikke begrænset til:

**androstadienon, bolasteron, boldenon, boldion, clostebol, danazol, dehydrochlor-methyltestosteron, delta 1-androsten-3,17-**

**dion, drostanolon, drostandiol, fluoxymesteron, formebolon, gestrinon, 4-hydroxytestosteron, 4-hydroxy-19-nortestosteron, mestenolon, mesterolone, metandienon, metenolon, methandriol, methyltestosteron, miboleron, nandrolon, 19-norandrostendiol, 19-norandrostendion, norbolethon, norethandrolon, oxabolon, oxandrolon, oxymesteron, oxymetholon, quinbolon, stanozolol, stenbolon, 1-testosteron (delta 1-dihydrotestosteron), trenbolon** ..... og beslægtede stoffer.

b. endogene\*\*AAS omfatter, men er ikke begrænset til:

**androstendiol, androstendion, dehydroepiandrosteron (DHEA), dihydrotestosteron, testosteron**..... og beslægtede stoffer.

Hvor et forbudt stof (som nævnt ovenfor) er i stand til at blive produceret naturligt i kroppen, vil en prøve blive anset for positiv, hvis koncentrationen af det forbudte stof eller dets metabolitter eller markører og/eller enhver anden relevant ratio(er) i udøverens prøve afviger fra de(n) fastsatte grænse(r), som normalt findes hos mennesker (= normal endogen produktion). En prøve skal ikke anses for positiv (at indeholde forbudte stoffer) i de tilfælde, hvor udøveren kan bevise, at koncentrationen af det forbudte stof eller dets metabolit-

ter eller markører og/eller relevant(e) ratio(r) skyldes en patologisk eller fysiologisk tilstand. I alle tilfælde, og ved enhver koncentration, som laboratoriet rapporterer som en overtrædelse – baseret på enhver pålidelig analysemetode – vil prøven være positiv, hvis det kan påvises, at det forbudte stof er tilført udefra.

Hvis laboratoriets analyseresultat ikke er endeligt (konklusivt), og ingen koncentration, som kan henføres til den foranstående paragraf, er fundet, vil den relevante Anti Doping Organisation udføre yderligere undersøgelser, hvis der foreligger alvorlige indikationer - så som sammenligning til reference-steroid profiler – for en mulig anvendelse af forbudte stoffer.

Hvis laboratoriet har rapporteret tilstedeværelsen af en T/E-ratio  $>6$  til 1 i urinen, er en yderligere undersøgelse påbudt for at fastslå, om den forhøjede T/E-ratio skyldes en fysiologisk eller patologisk tilstand.

I begge tilfælde vil undersøgelsen inkludere eventuelle forudgående tests, efterfølgende tests og/eller resultater af endokrine undersøgelser. Hvis tidligere tests ikke er tilgængelige, skal udøveren have foretaget en endokrinologisk undersøgelse eller blive testet uanmeldt mindst 3 gange over en 3 måneders periode.

I tilfælde af udøverens manglende samarbejde vil udøverens prøve blive anset for at indeholde forbudt stof.

## 2. Andre anabole stoffer. Clenbuterol, zeranol.

Forklaringer til denne sektion:

\* *"eksogen" refererer til stoffer som er udefra tilført.*

\*\**"endogen" refererer til stoffer som er kroppens egen produktion*

# *analoge stoffer = andre stoffer med lignende kemisk og/eller modificeret struktur med lignende farmakologisk effekt*

### **S5. Peptidhormoner:**

Følgende stoffer er forbudte inklusiv deres efterligninger\*, analoge stoffer# samt alle respektive releasing faktorer.

1. Erythropoietin (EPO).
2. Væksthormon (hGH) og Insulin-lignende vækstfaktor (IGF-1).
3. Choriongonadotropin (hCG) – kun forbudt hos mænd.
4. Hypofyse og syntetiske gonadotropiner (LH) – kun forbudt hos mænd.
5. Insulin.
6. Kortikotropiner.

Medmindre idrætsudøveren kan dokumentere, at koncentrationen skyldes en fysiologisk eller patologisk tilstand vil en prøve blive anset for positiv for,

hvis koncentrationen af det forbudte stof (som anført ovenfor) eller dets metabolitter eller markører og/eller enhver anden relevant ratio(er) overskrider de(n) fastsatte grænse(r), som normalt findes hos mennesker (=normal endogen produktion).

Tilstedeværelsen af analoge stoffer, efterligninger, diagnostiske markører eller releasing (frigørende) faktorer af et hormon nævnt ovenfor eller ethvert andet fund som indikerer, at det analyserede stof ikke findes naturligt i kroppen vil analytisk blive rapporteret som et ulovligt analytisk fund.

Forklaringer til denne sektion:

- \* *"efterligninger" er defineret som stoffer med farmakologisk effekt magen til et andet stof, uanset om den kemiske struktur er forskellig.*
- # *analoge stoffer = andre stoffer med lignende kemisk og/eller modificeret struktur men med lignende farmakologisk effekt.*

## **S6. Beta-2-agonister.**

Alle beta-2-agonister inklusive deres D- og L isomere er forbudt undtagen **formoterol**, **salbutamol**, **salmeterol** og **terbutalin**, der er tilladt til inhalation dog kun for at forebygge og/eller behandle astma samt anstrengelsesudløst astma/bronkie-kontraktion. Der er påkrævet et "Medical Certificate/Notification" i overensstemmelse med sektion 8 i WADA's regler for "International Standard for Therapeutic Use Exemptions" (TUE).

Selv om der er givet "Medical Certificate/Notification"(TUE), vil det – hvis laboratoriet rapporterer en koncentration af salbutamol >1000 ng/ml – blive betragtet som en overtrædelse, med mindre udøveren kan bevise, at overtrædelsen var en konsekvens af inhaleret salbutamol.

### **S7. Stoffer med anti-østrogen virkning:**

**Aromatase inhibitors** (aromatase hæmmere), **clomifen, cyclofenil, tamoxifen** - er kun forbudt for mænd.

### **S8. Sløringsstoffer:**

Sløringsstoffer er forbudt. De er produkter, der har evnen til at sløre udskillelsen af forbudte stoffer, at skjule disses tilstedeværelse i urinen eller andre prøver taget i en dopingkontrol, eller til at ændre hæmatologiske parametre.

Sløringsstoffer omfatter, men er ikke begrænset til:

**Diuretika\*(vanddrivende stoffer), epitestosteron, probenecid, plasma expanders** (f.eks. dextran, hydroxyethyl stivelse).

- \* En medicinsk godkendelse (Medical Certificate/ Notification) i overensstemmelse med sektion 7 i "The International Standard for Therapeutic Use Exemptions" (TUE) er ikke gyldigt, hvis en udøvers urin indeholder et diuretikum (vand-drivende middel) i forbindelse med grænseværdier eller undergrænseværdier af et forbudt stof.

Diuretika omfatter:

**acetazolamid, amilorid, bumetanid, canrenon, chlortalidon, etacrynsyre, furosemid, indapamid, mersalyl, spironolacton, thiazider (f.eks. bendroflumethiazid, chlorthiazid, hydrochlorthiazid) og triamteren** ....og andre stoffer med lignende kemisk struktur eller lignende farmakologisk virkning.

### **S9. Glukokortikosteroider:**

Glukokortikosteroider er forbudt, hvis de indtages via mund, endetarm eller ved injektion i muskler eller karsystem (intramuskulær eller intravenøs).

Al anden administration/brug kræver et "Medical Certificate/Notification" i overensstemmelse med sektion 8 i "The International Standard for Therapeutic Use Exemptions" (TUE).

## Forbudte metoder

### M1. Forøgelse af ilttransporten.

Følgende er forbudt:

- a. Bloddoping. Bloddoping er administration/ anvendelse af autologt, homologt eller heterologt blod eller røde blodcelleprodukter af enhver oprindelse som ikke er i forbindelse med legitimeret (lovlig) lægelig behandling.
- b. Administration/anvendelse af stoffer, der øger optagelsen af ilt, transport eller levering af ilt f.eks. erythropoietiner, modificerede hæmoglobinprodukter omfatter men ikke begrænset til hæmoglobinbaseret bloderstatninger, mikro-indkapslede hæmoglobinprodukter, perfluorokemiske forbindelser og efaproxiral(RSR13).

### M2. Farmakologisk, kemisk og fysisk manipulation.

Farmakologisk, kemisk og fysisk manipulation er brugen af stoffer og metoder, inklusiv sløringsstoffer, som ændrer, forsøger at ændre eller kan rimeligt forventes at ændre integriteten/gyldigheden af prøver taget ved en dopingkontrol.

Dette inkluderer, men er ikke begrænset til, indføring af kateter, udskiftning af urin og/eller ulovlige ændringer/forfalskninger, hæmning af udskillelse fra nyrer og ændringer af testosteron og epitestosteron koncentrationer.

### **M3. Gendoping.**

Gen- eller celledoping defineres som ikke terapeutisk brug af gener, dele af gener, genetisk materiale og/eller celler, der kan fremme en udøvers præstationsevne.

### **Stoffer og metoder forbudt udenfor konkurrence og i konkurrence**

#### **Forbudte stoffer**

(Alle kategorier specificeret nedenfor refererer til alle de stoffer og metoder, der er specificeret i den relevante sektion)

S4. Anabole stoffer.

S5. Peptidhormoner.

S6. Beta-2-agonister\*.

S7. Stoffer med anti-østrogen virkning.

S8. Sløringsstoffer.

(\* Kun clenbuterol – og salbutamol, hvis dets koncentration i urinen er  $>1000\text{ng/ml}$ .)

#### **Forbudte metoder**

M1. Forøgelse af ilttransporten.

M2. Farmakologisk, kemisk og fysisk manipulation.

M3. Gendoping.

## Stoffer forbudte i visse sportsgrene

### P1. Alkohol.

Alkohol (ethanol) er kun forbudt i konkurrence i nedenstående anførte idrætsgrene. Påvisning vil blive foretaget ved "alkoholmeter"-undersøgelse og/eller blodanalyser. Dopinggrænsen for hvert forbund er angivet i parentes. Hvis der ikke er angivet nogen grænse, indikerer det, at tilstedeværelsen af enhver mængde alkohol skal anses som en dopingoverskridelse.

Det er det relevante forbunds eget ansvar at implementere og gennemføre sådanne test.

Svæveflyvning (Aeronautic) (FAI)	(0.20 g/L)
Bueskydning (FITA)	(0.10 g/L)
Automobil (FIA)	
Billard (WCBS)	
Petanque (Boules) (CMSB)	(0.50 g/L)
Fodbold (FIFA)	
Gymnastik (FIG)	(0.10 g/L)
Karate (WKF)	(0.40 g/L)
Moderne Femkamp (UIPM)	(0.10 g/L)
I Moderne Femkamp disciplin	
Motorcykling (FIM)	
Rulleskøjter (FIRS)	(0.02 g/L)
Ski (FIS)	
Triathlon (ITU)	(0.40 g/L)
Brydning (FILA)	

## P2. Beta-blokkere.

Medmindre andet er angivet, er beta-blokkere forbudt i konkurrence i følgende idrætsgrene.

Svæveflyvning (Aeronautic) (FAI)

Bueskydning (FITA) (også forbudt udenfor konkur.)

Automobil (FIA)

Billard (WCBS)

Bobslæde (FIBT)

Petanque (Boules) (CMSB)

Bridge (FMB)

Skak (FIDE)

Curling (WCF)

Fodbold (FIFA)

Gymnastik (FIG)

Moderne Femkamp (UIPM) i Moderne Femkamp disciplin.

Motorcykling (FIM)

Kegler (FIQ)

Sejl (ISAF) (kun i match race)

Ski (FIS) (kun i skihop & free style snow board)

Skydning (ISSF)(også forbudt udenfor konkurrence)

Svømning (FINA) (kun i dykn. & synkron svømning)

Brydning (FILA)

Beta-blokkere omfatter bl.a.:

**acebutolol, alprenolol, atenolol, betaxolol, bisoprolol, bunolol, carteolol, carvedilol, celiprolol, esmolol, labetalol, levobunolol, metipranolol, metoprolol, nadolol, oxprenolol, pindolol, propranolol, sotalol, timolol.**

### P3. Diuretika (vanddrivende stoffer)

Diuretika (vanddrivende stoffer) er forbudt i konkurrence og udenfor konkurrence i alle sportsgrene som sløringsstoffer. Imidlertid vil en "Medical Notification" Therapeutic Use Exemption (TUE) IKKE være gyldig i følgende vægtklasse-idrætsgrene og i idrætsgrene, hvor vægttab kan forbedre præstationsevnen.

Body-Building (IFBB)

Boksning (AIBA)

Judo (IJF)

Karate (WKF)

Styrkeløft (IPF)

Roning (letvægt) (FISA)

Ski (FIS) (kun for skihop)

Taekwondo (WTF)

Vægtløftning (IWF)

Brydning (FILA)

Wushu (IWUF)

#### Specifikke stoffer

WADA-coden (10.3) siger "Den forbudte liste kan identificere specifikke stoffer, som er særlig modtagelige for utilsigtet doping-overtrædelse, fordi de almindeligvis bruges i medicinske produkter eller mindre succesrigt/sandsynligt brugt som dopingstoffer" En doping-overtrædelse vedrørende sådanne stoffer **kan måske** resultere i reducerede sanktioner som beskrevet i Coden, at "...idrætsudøveren kan dokumentere, at brug af et sådant specifikt stof ikke var ment/brugt til at forbedre præstationen..."

”Specifikke stoffer” er listet nedenfor:

Stimulanser: efedrin, L-methylamfetamin, methyl-efedrin. Cannabinoider.

Inhalation af Beta-2-agonister (undtagen clenbuterol).

Diuretika (dette gælder ikke for sektion P3).

Sløringsstoffer: probenecid.

Beta-blokkere.

Glukokortikosteroider.

Alkohol.

## **Dispensation fra dopinglisten.**

### **Medical Certificate/Notification.**

Kun i meget få tilfælde kan der dispenseres for brug af stoffer, der er på dopinglisten og kun hvis det er livsnødvendigt.

Det er muligt - i helt specielle tilfælde - at få dispensation, ”Medical Certificate”, så du kan bruge et dopinglistet stof. Det kræver, at du sender en ansøgning til Danmarks Idræts-Forbund (DIF) eller DIF’s forbundslæge.

Før konkurrencen skal du oplyse om dit ”Medical Certificate” til den ansvarlige medicinske komité/stævneledelsen.

### **Medical Certificate/Notification og astma**

Der kræves ”Medical Certificate/Notification” ved brug af astmamedicin, der er på dopinglisten. Visse internationale specialforbund kan kræve dokumentation for astma i form af en lungefunktionsprøve.

## **Hvor skal jeg henvende mig for at få et Medical Certificate/Notificitation?**

Ansøgning, som skal indeholde oplysninger om:

- Navn
- Adresse
- Fødselsdato
- Klub
- Specialforbund
- Lægeerklæring (med diagnose, navn på præparat og daglige dosis)

skal sendes til:

Danmarks Idræts-Forbund  
Dopingudvalgets Sekretariat  
Idrættens Hus  
2605 Brøndby  
Tlf. 4326 2002  
Fax. 4326 2991 eller  
DIF's Forbunds-læge  
Jens Elers  
Kløvervej 10  
8722 Hedensted  
Fax. 7589 2765  
e-mail: [jelersdk@yahoo.dk](mailto:jelersdk@yahoo.dk)

hvor du også kan få nærmere oplysninger.

Bem.: WADA-Koden og de internationale standarder implementeres i Danmark medio 2004.

## **Dopingstoffernes virkninger og bivirkninger.**

### ***Stimulerende stoffer***

Stimulerende stoffer virker stimulerende på en eller flere af kroppens funktioner. Mange af stofferne har en stimulerende virkning på centralnerve-systemet, og nogle af de hyppigste virkninger er derfor øget puls og blodtryk og fjernelse af træthedsfølelsen. Andre har virkning på eksempelvis fedtvævet og medvirker til en øgning af fedtforbrændingen, mens andre igen virker luftvejsudvidende.

### ***- anvendelse som medicin***

Efedrin benyttes eksempelvis til behandling af forkølelse. Efedrin virker sammentrækkende på blodårerne i næsens slimhinder. Derved mindskes hævelsen, og der skabes "luft i næsen".

Amfetamin og lignende stoffer modvirker træthed og giver en følelse af velvære og en større udholdenhed.

### ***- anvendelse som dopingmiddel***

Det er svært at tale om en bestemt dopinganvendelse af stimulerende stoffer, da der findes mange forskellige stoffer, der hver har vidt forskellige virkninger. Det gælder f.eks. stofferne amfetamin og efedrin.

Amfetamin får blodtrykket til at stige, og større doser af stoffet øger pulsen, som hermed kan blive meget uregelmæssig. Amfetamin er i stand

til at "vække" folk, når centralnervesystemet påvirkes. Amfetamin kan i selv små doser fjerne træthedsfølelsen. En anden virkning er, at følelsen af sult svækkes. Amfetamin har derfor været brugt til behandling af overvægtige personer, hvor stoffet kan sætte stofskifteprocesserne i vejret med op til 10-15%. En virkning som gør stoffet eftertragtet i idrætsgrene, hvor man kæmper i vægtklasser.

Efedrin har ofte været årsag til, at idrætsudøvere er blevet testet positive ved en dopingprøve. Forklaringen er, at efedrin er meget almindeligt forekommende i flere medikamenter fx næsedråber, men kan også forekomme i enkelte kosttilskud. Desuden findes der flere efedrinpræparater, der kan købes i udlandet uden recept.

### **- bivirkninger**

Misbrug og overdosering af stimulerende stoffer har en række bivirkninger. Blandt de mildeste bivirkninger er søvnløshed, hjertebanken, blodtryksstigning, rysten på hænderne, vandladningsproblemer og generel uro i kroppen. Blandt de alvorligere bivirkninger er euforilignende tilstande, ophævelse af tørstfølelsen, tab af vurderingsevne og en kraftig stimulation af hjerte og kredsløb, som i nogle tilfælde har ført til dødsfald.

Brug af stimulerende stoffer gennem længere tid fører til afhængighed, og der er en reel risiko for at komme til at lide af sindssygdom i form af forfølgelsesvanvid (paranoid psykose).

## **Narkotika**

Stoffet morfin er et klassisk narkotisk stof. Morfin påvirker vejrtrækningen således, at dens rytme sænkes. Er den pågældende dosis for voldsom, kan vejrtrækningen hæmmes - i værste tilfælde - stoppe. Det virker mindre dramatisk på hjerte/kredsløbssystemet, da der skal meget store doser til, før blodtrykket begynder at falde. Morfin virker kraftigt smertestillende ved at påvirke centralnervesystemet (CNS). Der er eksempler på, at idrætsudøvere har taget narkotiske stoffer for den euforiserende virkning. Man kan med denne type misbrug udvikle narkomani. Effekten kan derfor strække sig fra let opstemthed til bevidstløshed. Stofferne er mest kendt som rusmiddel uden for sportens verden.

### **- anvendelse som medicin**

De stærke narkotika som morfin og metadon anvendes i lægeverdenen som smertelindrende midler. Nogle stoffer anvendes også i kombinationsbehandling ved muskel-, led- og seneskader.

### **- anvendelse som doping**

Narkotika er ikke udbredt som doping i konkurrence, men anvendes på grund af sin smertelindrende effekt. Stofferne er ikke særligt anvendelige i sportsverdenen, da de påvirker og slører opmærksomheden og samtidig kan nedsætte præstationsevnen.

## **- bivirkninger**

En af de største bivirkninger ved narkotika er, at de fleste stoffer er stærkt vanedannende.

Det betyder, at det er særdeles svært at stoppe sit misbrug, når først det er påbegyndt. Bivirkningerne fra narkotika spænder lige fra nedsat bevægelse (motorik) og koordinationsevne til psykiske depressioner og manglende virkelighedsopfattelse. Længerevarende brug medfører nedsat forplantningsevne, kronisk hovedpine og øget risiko for hjerteslag.

## **Anabole stoffer.**

Der er to grupper anabole stoffer:

1. Anabole androgene steroider (AAS)
  - a. eksogene AAS (tilført udefra)
  - b. endogene AAS (produceres i kroppen)
2. Andre anabole stoffer

## **- anvendelse**

Anabole androgene steroider (AAS) er nok den bedst kendte form for doping. Stoffernes virkning er også meget synlig, da dopingmisbrugere af denne type stoffer har en markant og hurtig udvikling af muskelmassen.

Anabolisme er oprindelig betegnelsen for en proces, hvor der opbygges komponenter i organismens strukturer. Det bedst kendte af de anabole stoffer er det mandlige kønshormon, testosteron. Størstedelen af de anabole stoffer tilhører gruppen

steroider, som er en række hormoner, der udgår fra den samme molekylære struktur. Testosteron og de kunstigt fremstillede steroider kaldes under ét for anabole androgene steroider, der er kendte for deres vævs- og muskelopbyggende effekt. Anabole steroider findes i form af både piller og injektionsvæske.

### **- bivirkninger**

Blandt mange bivirkninger kan være leverskade, bumser, hjerteproblemer, forhøjet blodtryk, humørsvingninger, depression og aggression. Hos mænd desuden hårtab, udvikling af bryster samt skrumpning af testikler og utilstrækkelig sædproduktion. Hos kvinder er bivirkninger kraftig hårvækst på kroppen, dyb stemme, menstruationsproblemer og vækst af klitoris.

### **Andre anabole stoffer**

Clenbuterol kan øge den fedtfri legemsmasse (muskler) og reducere kroppens fedtmængde. Bivirkninger er hovedpine, kvalme, muskelkrampe og svimmelhed.

### **Peptidhormoner.**

Denne dopinggruppe indeholder en lang række hormoner, som en normal rask krop selv producerer i større eller mindre mængder, men som i forhøjede mængder kan have en præstationsfremmende effekt. Fælles for hormonerne er, at

de på en eller anden måde stimulerer eller regulerer flere funktioner i kroppen. Ved at anvende en forøget dosis kan man manipulere disse funktioner. De mest kendte peptidhormoner er væksthormon, insulin og EPO (erythropoietin).

### ***Erythropoietin (EPO)***

EPO er et hormon, der produceres i nyrerne og som stimulerer knoglemarven til at producerer røde blod-legemer. Indholdet af EPO i blodet øges, hvis iltindholdet i omgivelserne er nedsat fx ved ophold i bjerge.

Brug af EPO kan være livsfarlig pga stor risiko for blodpropper.

### ***Væksthormon (hGH)***

Væksthormon (hGH) dannes i hypofysens forlap og bevirker en produktion af IGF-I i leveren. Faktisk har væksthormon selv kun en ringe direkte virkning på kroppens væv. Bivirkninger kan være kæmpevækst af hænder, fødder, ansigt, opsvulmning af hud samt hjertesygdom.

### ***hCG (humant choriongonadotropin)***

hCG er et hormon, der produceres i livmoderen under graviditet og som i doping sammenhæng bruges til at genopstarte testosteronproduktionen fra testiklerne, idet hCG har en LH (luteiniserende hormon) lignende effekt.

## **Insulin**

Insulin er et hormon, som produceres i bugspytkirtlen, og som regulerer sukkerindholdet i blodet. Brug af insulin kan give lavt blodsukker. Forstyrrelser i sukkerbalancen kan medføre bevidstløshed og død.

Insulin er kun tilladt til brug ved behandling af "insulin-afhængig" diabetes mellitus (sukkersyge). Betegnelsen "insulin-afhængig" bruges her for at beskrive folk, hvor insulin-behandling er nødvendig efter vurdering/undersøgelse af en læge. Det vil altid være tilfældet ved Type1 og nogle gange ved Type2 sukkersyge. Får du insulin, så skal du have et "Medical Certificate".

## **Sløringsstoffer.**

Sløringsstoffer er forbudt. De er produkter, der har evnen til at sløre udskillelsen af forbudte stoffer, at skjule disses tilstedeværelse i urinen eller andre prøver taget i en dopingkontrol, eller til at ændre hæmatologiske parametre.

## **Glukokortikosteroider.**

Bivirkninger kan omfatte knogleskørhed, svækkelse af bindevæv og svækkelse af skadede områder i muskler/knogler/ligamenter/sener.

### **Beta-blokkere.**

Beta-blokkere reducerer blodtryk- og hjerteproblemer ved at nedsætte mængden af blod, der pumpes fra hjertet. Brug af beta-blokkere kan nedsætte tendens til rystelser. Beta-blokkere kan gøre en idrætsudøver træt og nedsætte præstationsevnen i udholdenheds-discipliner. Beta-blokkere kan også lukke blodkar i arme og ben og fremkalde sammentrækninger (astmalignende tilstand) i åndedrætssystemet.

Der findes flere alternativer til beta-blokkere som medicinsk behandling, og de fleste udøvere vil i samarbejde med lægen kunne finde frem til et præparat, der ikke omfattes af dopingreglerne.

### **Diuretika (vanddrivende stoffer)**

Vanddrivende stoffer (diuretika) virker ved at fremme kroppens udskillelse af vand og salt. Diuretiske stoffer påvirker nyrerne, så deres evne til at tilbageholde vand og salt i kroppen mindskes.

### **- anvendelse som medicin**

Normalt bruges vanddrivende stoffer, hvis folk har tendens til at ophobe væske i kroppen fx i forbindelse med hjerte- og nyresygdomme. Anvendelsen af vanddrivende stoffer kan gøre livet for patienten lettere at leve. I nogle tilfælde kan diuretiske stoffer være livsforlængende.

### **- anvendelse som doping**

Da diuretika medvirker til at fjerne vand fra kroppen, anvendes stofferne specielt i idrætsgrene med vægtklasser, hvor man ønsker et hurtigt væggtab: Fx brydning, boksning, judo osv. Ved at tage et vanddrivende stof i dagene inden konkurrence kan man pine sig ned i en lettere vægtklasse og på denne måde måske få større chancer for at vinde eller få en bedre placering i konkurrencen. Blandt bodybuildere er diuretika meget anvendt til at fremhæve muskler i kroppen før en posering. Ved at sænke vandindholdet i kroppen kommer musklerne til at fremtræde tydeligere. Diuretika kan også anvendes til at sløre andre, alvorlige dopingstoffer grundet en fortyndende virkning (lav urinmassefylde).

### **- bivirkninger**

Diuretika kan have en række farlige bivirkninger. Den vigtigste er, at kroppen på længere sigt får en nedsat evne til at tilbageholde vand. Dette kan medføre en øget risiko for alvorlig væskemangel, som kan udvikle sig til en livstruende situation, specielt i kombination med høj fysisk aktivitet og varme omgivelser (hedeslag).

Næsten alle vanddrivende stoffer medfører at kroppen samtidig taber salt. Kroppens naturlige saltbalance bliver forstyrret, hvilket kan medføre alt fra sitren og rystelser i arme og ben over til kramper, svimmelhed, besvimelse og til livsfarlige hjerterytmeforstyrrelser.

## Tilladt medicin

Det kan være svært at finde ud af, hvilke medicinske præparater du må tage under træning eller konkurrence. Når du får medicin hos lægen, skal du bede vedkommende læge undersøge, om stoffet er på dopinglisten.

Du har også en række muligheder for at tjekke et præparat gennem Anti-Doping Danmarks hjemmeside [www.doping.dk](http://www.doping.dk) under Medicin/præparatfortegnelse.

Her finder du bl.a. en samlet oversigt over præparater, der sælges i Danmark. Præparatfortegnelsen opdateres én gang årligt.

Endelig kan du ringe til Dopinglinjen 7025 7112, hvor idrætsmedicinsk-kyndige læger mandag, tirsdag og torsdag kl. 16 - 18 besvarer spørgsmål om doping.

### Liste over tilladte og meget anvendte stoffer

Her finder du eksempler på de mest anvendte typer og navne på medicin, som ikke betragtes som dopingstoffer. Selvom du har en kronisk sygdom som astma eller sukkersyge, kan du sagtens dyrke idræt på eliteplan, det kræver bare en skriftlig meddelelse - et Medical Certificate/Notification.

## **Smertestillende medicin**

Abalgin, Dolol, Doloxene, Idotyl, Kodimagnyl, Magnyl, Mandolgin, Nobligan, Pamol, Panodil

## **Smerte- og skademedicin (gigtmidler)**

Bonyl, Brufen, Celebra, Clotam, Confortid, Diclon, Felden, Fenylbutazon, Ibumetin, Ibuprofen, Ipreen, Magnyl, Naprosyn, Naproxen, Orudis, Pirom, Piroxicam, Surgamol Retard, Todolac, Vioxx, Xefo

## **Antibiotika mod betændelsestilstande**

Erythromycin, Sulfapræparater, Penicillin, Tetracykliner

## **Astmamedicin - generelt**

Astmamedicin er kun tilladt som aerosoler dvs. som sprayform, turbuhaler, diskhaler, rotakapsel eller diskos. Tabletbehandling, injektionsbehandling og flydende indtagelse er ikke tilladt

## **Astmamedicin, som ikke kræver**

### **Medical Certificate**

Atrovent, Nuelin, Singulair, Teofylamin, Theo-Dur

## **Astmamedicin, der kræver**

### **Medical Certificate**

AeroBec, Airomir, Bricanyl, Combivent, Flixotide, Miflonide, Oxis, Pulmicort, Salbuvent, Salbutamol, Seretide, Serevent, Spirocort, Symbicort, Terbasmin, Ventoline

## **Epilepsi**

Stofferne virker på centralnervesystemet. Nogle sportsgrene forbyder deltagelse, hvis man har epilepsi.

Apodorm, Deprakine, Lamictal, Nitrazepam, Orfiril, Pacisyn, Rivotril, Tegretol, Gabapentin

## **Diarré**

Imodium, Paraghurt.

## **Kvalme- og transportsygemedicin**

Anautin, Marzine, Phenergan, Postafen, Prometazin, Sepan

## **Svampemedicin**

Brentan, Lamisil, Nizoral, Pevaryl, Sporanox

## **Allergimedicin (antihistaminer)**

Aerius, Antistina-Privin, Prometazin, Sepan, Tavegyl, Teldanex, Zyrtec

## **Mavesårsbehandling**

Aciloc, Acinil, Lanzo, Losec, Nizax, Novamet, Pantoloc, Pariet, Zantac

## **Mavesyrebehandling**

Alminox, Balancid Novum, Link, Novulazid

## **Sukkersyge tabletbehandling**

Amaryl, Arcosal, Actos, Avandia, Daonil, Diamicron, Glibenese, Glucobay, Glucophage, Hexaglucon, Mindaab, Tolbutamid

## **Afføringsmidler (laksantia)**

Laxoberal, Perilax

## **Næsedråber**

Atrovent, Iliadin, Livostin, Lomudal, Otrivin, Pas-sagen, Zymelin

## **P-piller**

Ingen dopinglistede

## **Beroligende stoffer (sedativa)**

Er receptpligtige. Sedativa er ikke på WADAs liste, men enkelte sportsgrene tillader ikke brugen af disse stoffer.

## **Vaginalpræparater mod svampe betændelsestilstande**

Brentan, Canesten, Diflucan, Flagyl, Pevaryl

## **Hostemedicin**

Bromhexin, Dexofan, Toclose

## **Øjenmidler (mod allergi)**

Alomide, Antistina-Privin, Emadine, Lecrolyn, Livostin, Lomudal, Sesal, Tilavist

## **Er det tilladt at spise naturpræparater som ginseng, schizandra og russisk rod?**

Både ja og nej. De fleste naturpræparater er sikre, men kombinationer af naturpræparater kan indeholde ulovlige stoffer, f.eks. Ma Huang (Chinese Ephedra), hvor planten indeholder den forbudte stimulant efedrin.

Nogle af de produkter, der indeholder efedrin, er: Bishops tea, Brightham tea, Chi powder, Energy rise, Excel, Join Fir, Mexican tea og Sida Cordifolia.

Sørg for at de indkøbte produkter har en gennemskuelig varedeklaration.

Der er eksempler på, at naturpræparater fra udlandet har været forurenede med anabole steroider.

## **Jeg kan vel tage det roligt, hvis jeg holder mig fra disse stoffer?**

NEJ. Mange almindeligt brugte medicinske præparater indeholder små mængder ulovlige stoffer. Selv medicin og andet, som kan købes i håndkøb, kan indeholde ulovlige stoffer. Eksempler er forkølelsspiller, slankepiller, astmamedicin, næsespray og sovepiller.

## **Er det ikke i orden at bruge den medicin, min egen læge udskriver til mig?**

Ikke nødvendigvis. Et medikament fra dopinglisten er stadig ulovligt, selv om det er udleveret af din læge. Lægen bør slå op i Medicinfortegnelsen eller Lægemiddelkataloget, hvor det er anført, hvilke præparater, der er på dopinglisten. Du kan også spørge på apoteket om din medicin indeholder dopingstoffer.

## **Til sidst - husk**

**aldrig nogen sinde at tage stoffer, piller eller flydende medicin uden at spørge - din læge - på apoteket - Anti Doping Danmark - eller på anden måde kontrollere, om stoffet er på dopinglisten.**

**Det er i det hele taget ikke tilladt at indføre lægemidler fra udlandet uden lægelig ordination.**

# Love og regler om doping

## **Danmarks Idræts-Forbunds dopingregulativ.**

DIF's lovregulativ III – dopingregulativ indeholder et fuldstændigt og opdateret regelsæt om forbud mod doping i idrætten. Findes på [www.dif.dk](http://www.dif.dk) under - Om DIF/vedtægter/lovregulativ III.

## **Hvad sker der, hvis du testes positiv eller nægter at deltage i en dopingkontrol?**

Du vil blive udelukket efter reglerne i dopingregulativet.

DIFs dopingregulativ er p.t.

## **LOVREGULATIV III**

### **LOVREGULATIV III DANMARKS IDRÆTS-FORBUNDS DOPINGREGULATIV**

#### **§ 1**

Danmarks Idræts-Forbund har tilsluttet sig World Anti-Doping Agency's (WADA's) World Anti-Doping Code, og dopingregulativet er baseret på denne. Ved eventuel uoverensstemmelse mellem dopingregulativet og World Anti-Doping Code har reglerne i sidstnævnte forrang.

## § 2

Stk. 1. Ved doping forstås tilstedeværelse i en aktivitetsudøvers organisme af stoffer, der er forbudt i henhold til World Anti-Doping Agency's liste over forbudte stoffer.

Stk. 2. Brug eller forsøg på brug af sådanne forbudte stoffer, tilstedeværelse af sådanne stoffer eller deres metabolitter eller markører i urin- eller blodprøve, samt anvendelse af metoder til at ændre analyseresultatet af en urin- eller blodprøve er forbudt.

Stk. 3. Danmarks Idræts-Forbunds bestyrelse kan fastsætte regler for dispensation fra dopingregulativet for medicinsk betinget brug af visse stoffer på dopinglisten.

## § 3

Stk. 1. Enhver aktivitetsudøver, der repræsenterer en forening eller en medlemsorganisation under Danmarks Idræts-Forbund, er i kraft af sit medlemskab eller sin repræsentation forpligtet af dopingregulativet og har pligt til at underkaste sig dopingkontrol, som udføres af Anti-Doping Danmark eller af organisationer m.v., som Anti-Doping Danmark eller Danmarks Idræts-Forbund har indgået aftale med herom.

Stk. 2. Anti-Doping Danmark fastsætter tid og sted for kontrollen. Indkaldelse til kontrol kan ske såvel skriftligt som mundtligt.

Stk. 3. Dopingkontrol kan gennemføres før, under eller efter træning og ved nationale og internationale arrangementer af enhver art.

Stk. 4. Dopingkontrollen finder sted i overensstemmelse med Anti-Doping Danmarks dopingkontrolprocedure.

#### **§ 4**

Stk. 1. Foreninger og medlemsorganisationer, der af et internationalt specialforbund pålægges at gennemføre eller medvirke ved dopingkontrol i forbindelse med træning eller konkurrencer i Danmark, skal kontakte Anti-Doping Danmark med henblik på indgåelse af aftale herom.

Stk. 2. Det er ikke tilladt medlemsorganisationer eller foreninger selv at foretage dopingkontrol eller at lade udføre dopinganalyser, medmindre der foreligger skriftlig aftale herom med Danmarks Idræts-Forbund.

#### **§ 5**

Stk. 1. Såfremt analyseresultatet af A-prøven viser tilstedeværelse af dopingmidler, eller dopingudvalget konstaterer anden overtrædelse af doping-

regulativet, kan dopingudvalget suspendere den pågældende aktivitetsudøver. Suspensionen kan højst ske for en periode af 1 måned. Såfremt dopingnævnet ikke inden udløbet af denne periode har afgjort sagen, beslutter dopingudvalget, om suspensionen skal forlænges med yderligere 1 måned, eller om suspensionen skal bortfalde.

Stk. 2. Suspensionen regnes fra det tidspunkt, den pågældende har modtaget meddelelse herom. Meddelelse om suspension samt forlængelse eller bortfald heraf sker ved anbefalet brev eller kurerpost. Den pågældendes forening og medlemsorganisation underrettes ved almindeligt brev.

Stk. 3. Dopingudvalgets afgørelse om suspension af en aktivitetsudøver kan af denne indbringes for dopingnævnet, hvis afgørelse skal foreligge senest 7 dage efter modtagelsen af klagen. Indgivelse af klage til dopingnævnet har ikke opsættende virkning.

Stk. 4. Et analyseresultat er positivt, når positiv A-prøve fra et WADA-akkrediteret laboratorium foreligger. Aktivitetsudøveren kan dog forlange B-prøven analyseret. Skulle analyseresultatet af B-prøven være negativt, vil dopingsagen blive hævet.

Stk. 5. Hvis analyseresultatet viser fund over den fastsatte rapporteringsgrænse af stoffer, der produceres naturligt i kroppen, påhviler det aktivitetssudøverens at bevise, at tilstedeværelsen skyldes en fysiologisk eller patologisk tilstand.

## § 6

Stk. 1. En aktivitetssudøver, der findes skyldig i doping, udelukkes fra alle trænings- og konkurrenceaktiviteter, samt et hvilket som helst ulønnet eller lønnet hverv, inden for Danmarks Idræts-Forbund, medlemsorganisationerne og foreningerne i to år.

Stk. 2. Hvis omstændighederne taler derfor, kan straffen dog nedsættes eller bortfalde.

Stk. 3. I gentagelsestilfælde kan udelukkelse ske for bestandig. Såfremt den ene sag drejer sig om stoffer, omfattet af stk. 4, sker udelukkelse dog med mindst 2 og højst 3 år.

Stk. 4. Doping med stoffer, der er omfattet af World Anti-Doping Code artikel 10.3\*) straffes med mindst en advarsel og højst med udelukkelse i 1 år. I andengangstilfælde kan straffen stige til udelukkelse i 2 år og ved tredje overtrædelse til udelukkelse for bestandigt.

Stk. 5. Ved udelukkelse for mere end 4 år kan dopingnævnet, når 4 år af udelukkelsen er udstået, efter ansøgning fra aktivitetsudøveren delvist ophæve udelukkelsen for så vidt angår retten til at deltage i motionsidræt.

Stk. 6. På samme måde som for doping straffes den aktivitetsudøver, som efter mundtlig eller skriftlig indkaldelse hertil nægter eller på anden måde unddrager sig dopingkontrol, eller som unddrager sig gældende regler om at stille sig til rådighed for kontrol uden for konkurrence.

Stk. 7. Den, der tilskynder eller medvirker til, at en person anvender doping eller på anden måde overtræder dopingregulativet, udelukkes i mindst 4 år. I øvrigt anvendes reglerne om straf for doping.

Stk. 8. Aktivitetsudøvere, trænere, ledere m.v., som sælger eller overdrager dopingstoffer, der er på WADA's dopingliste eller besidder sådanne stoffer med henblik på overdragelse til andre, straffes efter stk. 7, med mindre aktivitetsudøveren har modtaget dispensation fra Danmarks Idræts-Forbund til medicinsk brug af stoffet.

Stk. 9. Aktivitetsudøvere, trænere, ledere m.v., som findes i besiddelse af stoffer, der er på WADA's dopingliste, straffes efter stk. 1-4, med mindre aktivitetsudøveren har modtaget dispensation

fra Danmarks Idræts-Forbund til medicinsk brug af stoffet

Stk. 10. Så længe en aktivitetsudøver er udelukket, kan der ikke af nogen medlemsorganisation under Danmarks Idræts-Forbund eller af disses foreninger meddeles ham tilladelse til at starte i nogen idrætsgren i Danmark eller udlandet.

Stk. 11. En aktivitetsudøver, der testes positiv i individuel konkurrence, diskvalificeres fra konkurrencen uanset udfaldet af en efterfølgende doping-sag. Såfremt den pågældende konkurrence indgik som del af et større stævne, kan diskvalifikationen gælde fra alle konkurrencer i dette stævne. I hold-idrætsgrene er den pågældende medlemsorganisations regler om diskvalifikation gældende.

Stk. 12. Det er en betingelse for genindsættelse i medlemsrettigheder, at den udelukkede aktivitetsudøver faktisk har stillet sig til rådighed for dopingkontrol i udelukkelsesperioden.

Stk. 13. En overtrædelse af dopingregulativet straffes ikke, når der er indtrådt forældelse. Forældelsesfristen er 8 år og regnes fra den dag, da den strafbare handling eller undladelse er ophørt. Forældelsesfristen afbrydes, når aktivitetsudøveren m.v. af dopingnævnet gøres bekendt med, at han er sigtet for overtrædelsen.

## § 7

Stk. 1. Medlemsorganisationer, foreninger, aktivitetsudøvere, ledere, trænere m.v. skal yde Anti-Doping Danmark og dopingudvalget enhver hjælp, disse måtte finde påkrævet for gennemførelse af dopingkontrol og opklaring af forhold om overtrædelse af dopingregulativet, og skal efterleve dopingudvalgets beslutninger om suspension og dopingnævnets kendelser.

Stk. 2. Foreninger, aktivitetsudøvere, ledere, trænere m.v., der overtræder disse regler, kan straffes på samme måde som en aktivitetsudøver, der findes skyldig i doping.

Stk. 3. Hvis en medlemsorganisation overtræder disse regler, foretager dopingkontrol uden aftale herom med Danmarks Idræts-Forbund eller Anti-Doping Danmark eller træffer afgørelse i doping-sager, kan Danmarks Idræts-Forbunds bestyrelse pålægge sanktioner efter Danmarks Idræts-Forbunds love.

## § 8

Stk. 1. Sager om overtrædelse af dette regulativ, bortset fra sager om en medlemsorganisations overtrædelse, afgøres af dopingnævnet. Til vedtagelse af gyldige beslutninger kræves, at mindst to af nævnets faste medlemmer er til stede. I tilfælde af stemmelighed gør formandens stemme udslaget.

Stk. 2. Sager for dopingnævnet indbringes af dopingudvalget. Dette gælder også spørgsmål om undtagelse fra og ophævelse af udelukkelse.

Stk. 3. Alle sager til dopingnævnet ekspederes gennem Danmarks Idræts-Forbunds sekretariat.

## § 9

Stk. 1. Til hver sags behandling i dopingnævnet indbydes som rådgiver yderligere en repræsentant, som udpeges af den medlemsorganisation, hvorunder den pågældende sag henhører. Denne repræsentant har ikke stemmeret.

Stk. 2. Dopingnævnet kan beskikke en advokat for den part, sagen vedrører. Nævnet fastsætter vederlaget til advokaten.

Stk. 3. Behandlingen af en sag sker mundtligt. Formanden kan dog bestemme, at spørgsmål om suspension og formalitetsspørgsmål behandles skriftligt. Den mundtlige behandling af en sag er offentlig. Der må ikke fotograferes, filmes eller ske optagelse på lydbånd af forhandlingerne. Når særlige omstændigheder taler derfor, herunder hensynet til sagens oplysning eller til, at en part ikke udsættes for unødige krænkelser, kan der ske dørlukning.

Stk. 4. Efter sagens afgørelse kan nævnet træffe afgørelse om sagens omkostninger. Sagsomkostningerne kan eventuelt omfatte udgifter afholdt med henblik på sagens oplysning.

Stk. 5. Dopingnævnet fastsætter i øvrigt selv sin forretningsorden.

## **§ 10**

Stk. 1. Dopingnævnets kendelse, hvoraf et eksemplar sendes til organisationens sekretariat, kan af indklagede, pågældende medlemsorganisation, Danmarks Idræts-Forbund, det internationale specialforbund eller WADA indbringes for Danmarks Idræts-Forbunds appeludvalg inden fire uger efter modtagelse af afgørelsen.

Stk. 2. For aktivitetsudøvere, der er omfattet af deres internationale specialforbunds liste over "International Level Athletes" kan den i stk. 1 anførte appel dog alene ske til Court of Arbitration for Sport (CAS) efter reglerne i World Anti-Doping Code.

Stk. 3. Appeludvalgets kendelse efter stk. 1 kan af det internationale specialforbund eller WADA indbringes for Court of Arbitration For Sport (CAS) efter reglerne i World Anti-Doping Code.

Stk. 4. Medlemsorganisationen er selv ansvarlig for at give meddelelse om dopingnævnets kendelse til sin internationale organisation, såfremt denne har regler herom.

## § 11

Stk. 1. Såfremt sigtelse rejses mod en dansk aktivitetsudøver i forbindelse med dopingkontrol i eller udenfor Danmark gennemført af en anden kompetent anti-doping organisation, som har tilsluttet sig World Anti-Doping Code, skal den pågældende dopingsag gennemføres efter denne organisations dopingregler.

Stk. 2. Såfremt denne anden organisations dopingregler overlader sagens behandling og afgørelse til den danske medlemsorganisation, skal denne indgå aftale med Danmarks Idræts-Forbund om procedure for dopingsagers behandling og afgørelse i henhold til den internationale organisations dopingregler.

Stk. 3. Danmarks Idræts-Forbund anerkender som medunderskriver af World Anti-Doping Code dopingkontrol, afgørelser og dispensationer fra World Anti-Doping Code for medicinsk betinget brug af visse stoffer på dopinglisten, som er foretaget af andre anti-dopingorganisationer, der har underskrevet og implementeret reglerne i World Anti-Doping Code.

\* \* \*

Vedtaget af Dansk Idræts-Forbund på repræsentantskabsmøde den 11. februar 1979 og ændret på bestyrelsesmøde den 14. februar 1981, på repræsentantskabsmøde den 13. februar 1983, i medfør af lovændring på repræsentantskabsmøde den 12. februar 1984, på bestyrelsesmøder den 28.-29. maj 1988 og 26.-27. maj 1989, i medfør af lovændring på repræsentantskabsmøde den 10. februar 1990, på repræsentantskabsmøde den 9. februar 1991 samt i medfør af vedtagelse af love for Danmarks Idræts-Forbund/Danmarks Olympiske Komite den 14. november 1992. Ændret på repræsentantskabets møde den 26. november 1994, den 2. december 1995, den 1. december 1996, den 28. november 1998, den 27. maj 2000, den 7. april 2001 og den 3. maj 2003.

\*) henviser til specifikke stoffer.

## **Regler for dopingkontrol i udelukkelsesperioden.**

En betingelse for genindsættelse i medlemsrettigheder (starte i sin idræt igen) er, at den udelukkede aktivitet udøver faktisk har stillet sig til rådighed for dopingkontrol i udelukkelsesperioden. (Hvis en udøver melder sig ud af sin idræt under DIF i udelukkelsesperioden og senere melder sig ind ved udelukkelsesperiodens udløb, vil udøverens udelukkelsesperiode fortsætte fra indmeldelsesdatoen til den er udløbet).

## Lov om forbud mod visse dopingmidler

Ifølge lov nr. L232 der trådte i kraft den 1. juli 1999 (erstatte lov nr. 916 af 8. december 1993) må en række dopingstoffer hverken fremstilles, indføres, udføres, forhandles, udleveres, fordeles eller besiddes, medmindre der er tale om anvendelse til sygdomsforebyggelse eller sygdomsbehandling eller til videnskabelige formål.

Det drejer sig om stoffer som 1) anabole steroider 2) testosteron og derivater heraf samt tilsvarende stoffer med androgen virkning 3) væksthormon 4) erythropoietin og midler, som har lignende virkning ved at øge mængden af røde blodlegemer i blodet til over normale værdier for alder og køn 5) midler, som øger produktionen og frigørelse af a) væksthormon b) testosteron og derivater heraf eller af tilsvarende stoffer med androgen virkning eller c) naturligt erythropoietin.

Overtrædelse af loven straffes med bøde, hæfte eller fængsel i indtil 2 år. Det må understreges, at selve dette at være i besiddelse af disse stoffer er nok til at medføre straf.



Anti Doping Danmark Januar 2004



