

Dopingcontrole: hoe?

Onbewust
doping-
gebruik
vermijden!

Dr. Hans Cooman

NADO Vlaanderen
www.antidoping.vlaanderen
info@nado.vlaanderen



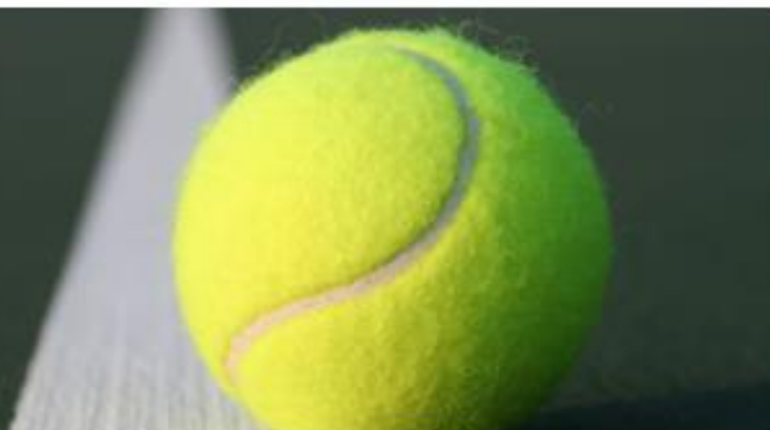
**NADO
VLAANDEREN**

ZEG NEEN TEGEN DOPING

Dopingcontrole

- ▶ Waarom?
- ▶ Wanneer?
- ▶ Wie controleert?
- ▶ Wie wordt gecontroleerd?
- ▶ Hoe verloopt een dopingcontrole?
- ▶ Rechten en plichten van de sporter

Wie sport moet weten waar de lijn ligt.



Ga naar...

- › [Cijfers en statistieken](#)
- › [Links](#)
- › [FAQ](#)
- › [Bestellen](#)
- › [Regelgeving](#)
- › [Video](#)

Nieuws

10 maart 2015

- › Op maandag 9 maart 2015 organiseerde NADO Vlaanderen samen met de Vlaamse Sportfederatie...

05 februari 2015

- › De cijfers en statistieken van 2014 (pdf) werden gepubliceerd. Persmededeling van de...

15 december 2014

- › Trainers werken mee aan dopingvrij en gezond sporten. Op 13 december 2014 vond in de...



Nieuwsbrief

Geneesmiddelen, supplementen en TTN



- › [lijst geneesmiddelen](#)
- › [verboden stoffen](#)
- › [TTN](#)
- › [voedingssupplementen](#)

Dopingcontrole: wat, wie, hoe, ...?



- › [wat is doping?](#)
- › [dopingcontrole: wie, wanneer, waarom?](#)
- › [hoe verloopt een dopingcontrole?](#)
 - › [Video "Dopingcontrole stap voor stap"](#)
- › [een overtreding: wat nu?](#)
- › [zeg nee tegen doping](#)

Sporters, federaties, clubs



- › [elitesporters](#)
- › [niet-elitesporters](#)
- › [minderjarigen](#)
- › [sportfederaties en clubs](#)
- › [vernieuwd Vlaams antidopingbeleid](#)

Dopingcontrole

Waarom, wanneer, wie, hoe?

- ▶ **Waarom?**
 - Eerlijk, fairplay, gelijke middelen, gezondheid
- ▶ **Wanneer?**
 - Vroeger alleen na wedstrijd
 - Nu op elk ogenblik (tussen 5 en 23 uur, vnl elitesporters, maar ook fitness)
- ▶ **Wie controleert?**
 - NADO Vlaanderen, sportfederatie, WADA
 - Steeds onder verantwoordelijkheid erkend controlearts

Dopingcontrole

- ▶ Wie wordt gecontroleerd?
 - Iedereen die aan sport doet kan gecontroleerd worden (ook recreatieve sporter)
 - Sommige sporters meer dan andere
 - × Verleden sportdiscipline of sporter
 - × Dopinggevoeligheid sportdiscipline
 - × Belang sportdiscipline in Vlaanderen
 - Buiten competitie vnl elitesporters (maar ook fitness)

Dopingcontrole

- ▶ Hoe?
 - Binnen wedstrijdverband
 - × Aangekondigd (niet-elitesporters)
 - × Onaangekondigd (elitesporters)
 - Buiten wedstrijdverband
- ▶ Oproeping verschilt, controleprocedure is dezelfde

Dopingcontrole

- ▶ Demo van oproeping tot staalname met uitleg van verschillende manieren van oproeping
- ▶ Zie video op www.antidoping.vlaanderen



Dopingcontrole: wat, wie, hoe, ...?



- ▶ wat is doping?
- ▶ dopingcontrole: wie, wanneer, waarom?
- ▶ hoe verloopt een dopingcontrole?
 - ▶ Video "Dopingcontrole stap voor stap"
- ▶ een overtreding: wat nu?
- ▶ zeg neen tegen doping

Rechten van sporter bij oproep onaangekondigde dopingcontrole

- ▶ ID-bewijs of tolk gaan halen
- ▶ Persverplichtingen
- ▶ Overwinningsceremonie
- ▶ Nodige medische hulp verkrijgen
- ▶ Cooling down
- ▶ Andere wedstrijd deelnemen

- ▶ **STEEDS ONDER VISUEEL TOEZICHT!**
- ▶ **BINNEN UUR AANMELDEN BIJ DOPINGCONTROLESTATION!**

Rechten en plichten sporter

- ▶ Mag zich laten vergezellen door meerderjarige begeleider
- ▶ Controlearts of chaperon moet zich kunnen legitimeren
- ▶ Bij onaangekondigde controle: constant onder visueel toezicht van iemand van het controleteam blijven!
 - Bij aangekondigde controles is dit niet het geval
- ▶ Sporter heeft steeds recht opmerkingen op het dopingcontroleformulier te noteren
- ▶ Gebruik geneesmiddelen en supplementen van de laatste 7 dagen laten noteren op dopingcontroleformulier

Hoe onbewust dopinggebruik vermijden?

- ▶ verboden lijst
- ▶ Doe niet aan zelfmedicatie
- ▶ TTN
- ▶ Doe niet aan zelfsupplementatie

Verboden lijst

- ▶ Criteria: (mogelijk) prestatiebevorderend, (mogelijk) schadelijk voor de gezondheid, in strijd met de 'Spirit of Sport'.
- ▶ Jaarlijkse lijst van verboden stoffen en methoden (uittreksel hieronder als voorbeeld)

§ 3. De volgende stoffen en methoden zijn verboden op elk ogenblik (binnen en buiten wedstrijdverband) :

1° anabole middelen :

a) exogene anabole androgene steroïden (AAS), met inbegrip van :

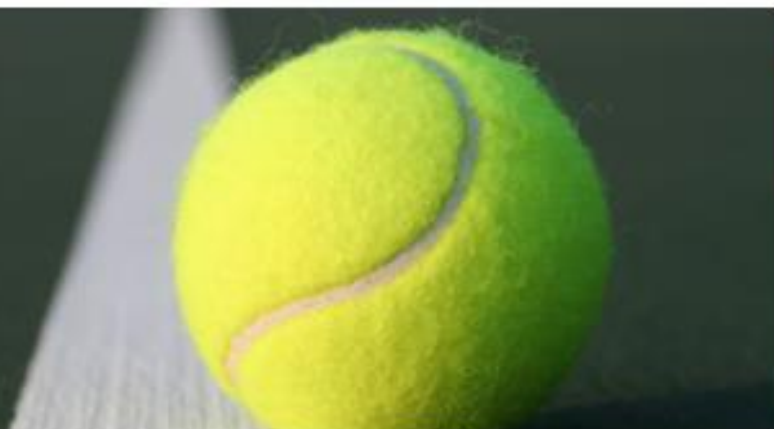
- 1) 1-androsteendiol (5α -androst-1- β ,17 β -diol);
- 2) 1-androsteendion (5α -androst-1- β ,17-dion);
- 3) bolandiol (estr-4- β ,17 β -diol);
- 4) bolasteron;
- 5) boldenon;
- 6) boldion (androsta-1,4-dieen-3,17-dion);
- 7) calusteron;
- 8) clostebol;
- 9) danazol ([1,2]oxazolo[4',5' :2,3]pregna-4-en-20-yn-17 α -ol);

Wat is doping?

Verboden stoffen en methoden

- ▶ Stoffen/methoden die **altijd verboden** zijn
 - Anabolica
 - Hormonen
 - Bèta-2-agonisten
 - Hormoonantagonisten
 - Diuretica en andere maskerende middelen
 - Verbetering zuurstoftransport
 - Chemische en fysieke manipulatie
 - Genetische doping
- ▶ Stoffen enkel verboden **binnen wedstrijdverband**
 - Stimulantia
 - Cannabinoïden
 - Narcotica
 - Glucocorticosteroïden
- ▶ Stoffen enkel verboden **bij bepaalde sporten**
 - Alcohol
 - Bètablokkers

Wie sport moet weten
waar de lijn ligt.



Geneesmiddelen, supplementen en TTN



- › lijst geneesmiddelen
- › verboden stoffen
- › TTN
- › voedingssupplementen

Dopingcontrole: wat, wie, hoe, ...?



- › wat is doping?
- › dopingcontrole: wie, wanneer, waarom?
- › hoe verloopt een dopingcontrole?
 - › Video "Dopingcontrole stap voor stap"
- › een overtreding: wat nu?
- › zeg nee tegen doping

Sporters, federaties, clubs



- › elitesporters
- › niet-elitesporters
- › minderjarigen
- › sportfederaties en clubs
- › vernieuwd Vlaams antidopingbeleid

Ga naar...

- › [Cijfers en statistieken](#)
- › [Links](#)
- › [FAQ](#)
- › [Bestellen](#)
- › [Regelgeving](#)
- › [Video](#)

Nieuws

10 maart 2015

- › Op maandag 9 maart 2015 organiseerde NADO Vlaanderen samen met de Vlaamse Sportfederatie...

05 februari 2015

- › De cijfers en statistieken van 2014 (pdf) werden gepubliceerd. Persmededeling van de...

15 december 2014

- › Trainers werken mee aan dopingvrij en gezond sporten. Op 13 december 2014 vond in de...



Nieuwsbrief

Lijst van geneesmiddelen

Venlasand	OK	12/2012
Vennaxa	OK	02/2011
Venofer	OK	
Venoplant	OK	
Venoruton	OK	
Ventavis	OK	
Ventolin (inhalatie)	OK	
Ventolin (niet inhalatie)	salbutamol	B2

Hoe weet ik of een geneesmiddel een verboden stof bevat?

www.antidoping.vlaanderen

Indien verboden stof?
=> TTN aanvragen

Ventolin (niet inhalatie)

Substantie : salbutamol

Dit geneesmiddel bevat een **verboden** stof die deel uitmaakt van de categorie **bèta-2 agonisten**.

Dit geneesmiddel bevat minstens één stof die **altijd** verboden is (zowel **binnen** als **buiten wedstrijdverband**). Al u dit geneesmiddel om medische reden moet nemen, is een TTN vereist.

NADO
VLAANDEREN

ZEG NEEN TEGEN DOPING

Doe niet aan zelfmedicatie!

- ▶ Neem enkel geneesmiddelen (onder welke vorm ook) na advies of voorschrift van je (sport)arts
- ▶ Zeg je arts dat je mogelijk op doping gecontroleerd kan worden
- ▶ Vraag samen met je arts eventueel een TTN aan

TTN

- ▶ Toestemming wegens Therapeutische Noodzaak
 - TUE / Therapeutic Use Exemption
 - AUT / Autorisation d'Usage à des fins Thérapeutiques

- ▶ Wat?
 - Indien verboden stof nodig om medische redenen? => TTN-commissie moet toestemming geven
 - Doktersattest volstaat (al lang) niet meer!

TTN

- ▶ Elitesporters
 - verplicht proactief (mogen stof maar nemen nadat ze toestemming kregen)
- ▶ Niet-elitesporters
 - recht op retroactieve aanvraag
 - opgelet: indien genoteerd op dopingcontroleformulier!
- ▶ Minderjarige (<18 jaar) niet-elitesporters
 - attest arts telt wel (in Vlaanderen)
 - vraag na bij organisatoren of federaties bij buitenlandse wedstrijden
 - Opgelet! In Wallonië wel TTN nodig!

TTN

- ▶ Waar aanvraag indienen? Een TTN-aanvraag kan door een sporter maar bij één instantie worden ingediend
- ▶ Breedtesporter en elitesporter van nationaal niveau (die geen internationale elitesporter is)
 - bij NADO (nationale antidopingorganisatie)
- ▶ Elitesporter van internationaal niveau
 - bij internationale sportfederatie

TTN

- ▶ Hoe aanvragen? Formulier samen met arts invullen, nodige medische info bijvoegen en opsturen naar TTN-commissie:
 - Aanvraag TTN
 - Beoordeling door TTN Commissie (3 artsen)
 - Beslissing: Toestemming
 - Beslissing: Weigering
 - × Heroverweging aanvragen
 - × Beoordeling TTN Commissie (3 andere artsen)
 - × Beslissing: toestemming of weigering
- ▶ Aanvraagprocedure en formulier:
 - www.antidoping.vlaanderen

▶ Toestemmingscriteria:

- Geen ander redelijk therapeutisch alternatief
- Gezondheid sporter geschaad als verboden stof niet toegediend
- Prestatievermogen mag niet meer toenemen dan door genezing alleen
- Noodzaak is niet het gevolg van vorig misbruik
- Sporter mag nog geen weigering gekregen hebben van andere commissie

Doe niet aan zelfsupplementatie!

- ▶ Gebruik nooit op eigen houtje voedingssupplementen!

Voedingssupplementen

- ▶ Enkel aanvulling op gezonde (sport)voeding
- ▶ GEEN compensatie onevenwichtige voeding
- ▶ Enkel voor kortdurend gebruik
- ▶ Gebruik op EIGEN VERANTWOORDELIJKHEID (risicoaansprakelijkheid)
- ▶ Mogelijk contaminatie! Kan (verboden) stoffen bevatten die niet op verpakking staan!
- ▶ Vaak aangeprezen wegens commerciële belangen verkoper. Werking niet wetenschappelijk bewezen.

Advies voedingsdeskundige

- ▶ Erkend diploma voedings- en dieetkunde
- ▶ Bijgeschoold in sportvoedingsleer
- ▶ Geeft onafhankelijke informatie over gezonde voeding
- ▶ Werkt in overleg met een arts
- ▶ Analyseert voedingspatroon en energieverbruik sporter
- ▶ Verkoopt zelf geen producten
- ▶ Is geen vertegenwoordiger voor een merk van voedingssupplementen of sportvoedingspreparaten
- ▶ Raadt de sporter geen producten aan waarvan de herkomst of de samenstelling onduidelijk is

Voedingssupplementen

▶ Gecontroleerd vooraleer op de markt:



→ www.informed-sport.com

→ www.dopingautoriteit.nl/nzvt

→ www.koelnerliste.com