



Anti-Doping

Doping
Zuständigkeiten und Grundlagen
Strict Liability
Risikosituationen
Medikamente
Nahrungsergänzungsmittel

Athletinnen und Athleten sollen die Möglichkeit haben, in einem chancengleichen, fairen und dopingfreien Umfeld Sport treiben zu können. Die Anti-Doping-Bestimmungen gelten für alle Athletinnen und Athleten mit einer Lizenz oder einer Mitgliedschaft bei einem Verein oder Verband, der Swiss Olympic angeschlossen ist. Es ist Aufgabe jedes und jeder Einzelnen, sich zu vergewissern, dass Arzneimittel, Nahrungsergänzungsmittel oder sonstige Präparate keine verbotenen Substanzen enthalten. Es können jederzeit Dopingkontrollen durchgeführt werden.

Doping

Der Begriff «Doping» geht auf das englische Wort «dope» zurück, was so viel bedeutet wie «zähe Flüssigkeit», «Narkosemittel» oder «aufpeitschendes Getränk». Heute versteht man darunter die Anwendung unerlaubter Substanzen oder Methoden sowie weitere Tatbestände gemäss Doping-Statut von Swiss Olympic, wie zum Beispiel der Besitz von oder der Handel mit verbotenen Substanzen.

Erscheinungsformen von Doping

Einige Substanzen und Methoden sind generell verboten, andere nur in Wettkämpfen. Verbotene Substanzen können auch ohne die Absicht das Betrugs in den Körper gelangen, zum Beispiel über die Einnahme von Medikamenten oder Nahrungsergänzungsmitteln. Aber auch unbeabsichtigte Dopingverstösse sind strafbar.

(Neben-)Wirkungen von Doping

Mit der missbräuchlichen Einnahme leistungssteigernder Substanzen oder der Anwendung solcher Methoden werden zum Beispiel Muskeln aufgebaut, die Herz-Kreislauf-Leistung wird erhöht oder die Konzentration verbessert. Jede Substanz und jede Methode kann zudem ungewollte Nebenwirkungen mit sich bringen. Es gibt zahlreiche Fälle von irreparablen gesundheitlichen Schädigungen bestimmter Organe, unerklärlichen plötzlichen Todesfällen, psychischen Störungen oder sogar vererbten Schädigungen der Kinder gedopter Athletinnen und Athleten. Die gesundheitlichen, finanziellen und sozialen Risiken des Dopings werden massiv unterschätzt.

Zuständigkeiten und Grundlagen

Auf internationaler Ebene legt die Welt-Anti-Doping-Agentur (WADA) die Regeln für alle Sportarten und Länder fest und überwacht ihre Durchsetzung. Als Grundlage zur Dopingbekämpfung dienen der Welt-Anti-Doping-Code, mehrere internationale Standards sowie die jährlich aktualisierte Dopingliste. Sie regeln, wie eine Dopingkontrolle durchzuführen ist oder wie ein Kontrolllabor zu arbeiten hat.

Die Stiftung Antidoping Schweiz ist das unabhängige Kompetenzzentrum für die Dopingbekämpfung in der Schweiz. Mit dem Doping-Statut von Swiss Olympic, den entsprechenden Ausführungsbestimmungen sowie der übersetzten Dopingliste setzt die Stiftung die Regeln in der Schweiz um. Dopingproben werden in einem WADA-akkreditierten Labor analysiert. Bei einem Dopingverstoß erhebt Antidoping Schweiz Anklage vor der Disziplinarkammer für Dopingfälle von Swiss Olympic, welche erstinstanzlich entscheidet.

Schweizer Athletinnen und Athleten können sowohl von Antidoping Schweiz als auch von ihrem zuständigen internationalen Verband kontrolliert und wenn nötig sanktioniert werden.

Strict Liability

Unter «Strict Liability» versteht man die verschuldensunabhängige Haftung. Athletinnen und Athleten sind jederzeit selber dafür verantwortlich, dass keine verbotenen Substanzen in ihren Körper gelangen. Drei Aspekte sollten sie jederzeit beachten.

1. Das Umfeld weiss, dass das Sporttalent den Anti-Doping-Bestimmungen untersteht und was das bedeutet.
2. Alle Medikamente müssen vor der Einnahme auf ihren Doping-Status kontrolliert werden (Medikamentenabfrage Global DRO auf www.antidoping.ch oder Mobile App).
3. Bei Fragen oder Unsicherheiten ist Rat bei Fachpersonen zu suchen, zum Beispiel bei Antidoping Schweiz.

Risikosituationen

Die Erfahrung zeigt, dass Athletinnen und Athleten in bestimmten Situationen dem Risiko stärker ausgesetzt sind, sich mit unerlaubten Substanzen zu dopen. Bei den folgenden oder ähnlichen Situationen gilt es aufmerksam und kritisch zu sein und nach Möglichkeit das Gespräch zu suchen.

Krankheit

Auch bei banalen Krankheiten oder altbekannten Medikamenten sollten Athletinnen und Athleten daran denken, das Präparat vor der Anwendung in der Medikamentenabfrage von Antidoping Schweiz zu prüfen.

Verletzung

Verletzungen oder andere Krisen können das Bedürfnis auslösen, das Leistungsniveau mit unerlaubten Mitteln schneller wieder zu erreichen. Geduld, sorgfältige Therapien und elterlicher Zuspruch sind die besseren, nachhaltigeren Heilmittel.

Limitendruck und Teamselektionen

Nur systematisches Training und ausreichend Erholung bringen langfristig Erfolg. Eine verpasste Limite ist nicht das Ende einer Sportkarriere. Das müssen insbesondere Nachwuchsathletinnen und -athleten lernen.

Beeindruckender «Trainingserfolg»

Beeindruckende Trainingserfolge kommen vor allem im Fitnessbereich oft nur dank verbotener Substanzen zustande. Achtung: Was auf Instagram gut aussieht, kann im Leistungssport zu langjährigen Sperrern führen. Es gibt keine erlaubten Wundermittel!

Medikamente

Auch handelsübliche Medikamente können im Sport verbotene Substanzen enthalten. Zudem können Medikamente mit derselben Bezeichnung je nach Land unterschiedliche Substanzen enthalten. Daher sollten möglichst in der Schweiz gekaufte und geprüfte Medikamente eingenommen werden.

- Antidoping Schweiz kann nur Aussagen machen über den Doping-Status von Medikamenten, die durch Swissmedic zugelassen sind.
- Asthmasprays sind immer mit der Medikamentenabfrage von Global DRO zu prüfen. Bei einigen Produkten sind Grenzwerte angegeben, die nicht überschritten werden dürfen. Die erlaubte Dosis muss mit der Ärztin oder dem Arzt abgesprochen werden.
- Arzneimittel gegen Erkältungen können im Wettkampf verbotene Stimulanzien enthalten, im Training aber erlaubt sein. Als Empfehlung gilt, dass solche Arzneimittel bei einer Anwendung nach Vorschrift (Packungsbeilage) mindestens 48 Stunden vor einem Wettkampf abgesetzt werden.
- Infusionen von mehr als 100 ml pro 12 Stunden sind (unabhängig von den Substanzen) verboten.
- Wenn Nachwuchssportlerinnen und -sportler aus medizinischen Gründen eine verbotene Substanz oder Methode anwenden müssen, benötigen sie eine komplette ärztliche Dokumentation, die nicht älter als drei Jahre ist. Damit können sie nach einer allfälligen Dopingkontrolle einen Antrag für eine Ausnahmegewilligung zu therapeutischen Zwecken (ATZ) stellen. Sind Starts an internationalen Wettkämpfen geplant, müssen die Regeln des internationalen Verbandes frühzeitig berücksichtigt werden, welche eine ATZ vor der Behandlung erforderlich machen können.

Nahrungsergänzungsmittel

In vielen Fällen sind Nahrungsergänzungsmittel (NEM) unnötig, kostspielig und riskant. Um unerwünschte Nebeneffekte zu vermeiden, sollten NEM nur nach individueller Absprache mit Fachpersonen eingenommen werden.

- NEM unterstehen der Lebensmittelgesetzgebung und sind nicht von Swissmedic reguliert. Daher kann Antidoping Schweiz die Inhaltsstoffe nicht abschliessend beurteilen.
- NEM können aufgrund von verunreinigten Produktionsanlagen oder aufgrund der Absicht, die Wirkung zu steigern, verbotene oder gesundheitsgefährdende Substanzen enthalten, die nicht deklariert sind.
- Es gilt, grösste Vorsicht bei der Wahl der Produkte zu wahren. So sollten die Inhaltsstoffe und der Hersteller recherchiert werden. Vertrauenswürdige Schweizer Hersteller und der Verzicht auf Importe bzw. Onlinebestellungen sind zu empfehlen.

Tipps

Als Sporteltern sollten Sie wissen, dass Ihr Kind die volle Verantwortung für alle Substanzen hat, die in seinem Körper gefunden werden – unabhängig davon, wer sie ihm verabreicht hat. Die Dopingregeln gelten auch für Ihr Kind. Seien Sie sich auch bewusst, dass Ihr Kind gerade nach einer Verletzung oder bei grossem Leistungsdruck mit der Versuchung konfrontiert werden kann, zu unerlaubten Mitteln zu greifen.

- Informieren Sie die Ärztin oder den Apotheker, dass ihr Kind Leistungssport treibt und den Anti-Doping-Bestimmungen untersteht.
- Kontaktieren Sie Fachpersonen bei Fragen zum Thema «Anti-Doping» und lassen Sie sich beraten.
- Informieren Sie sich bei der Medikamentenabfrage der Stiftung Antidoping Schweiz über Medikamente, die Ihr Kind einnehmen muss.
- Besprechen Sie die Themen Fairness bzw. Betrug (Doping) mit Ihrem Kind. Sprechen Sie darüber, dass Verlieren zum Sport gehört und körperliche Grenzen zu respektieren sind. Ihr eigenes Verhalten dient als wichtiges Vorbild.
- Experten sind sich einig, dass eine gesunde Ernährung im Nachwuchsleistungssport ausreicht. Begegnen Sie Vorschlägen zu Nahrungsergänzungsmitteln skeptisch und überprüfen Sie die Aussagen von Coachs oder anderen «Beratern» auf ihre Richtigkeit.
- Seien Sie sich der Risikosituationen bewusst, die zum Verstoss gegen Dopingregeln führen können.
- Machen Sie Ihrem Kind immer wieder klar, dass Ihre Liebe und Unterstützung unabhängig ist vom sportlichen Erfolg. Dies nimmt den Sporttalenten viel Druck ab.

mehr...

- Stiftung Antidoping Schweiz > www.antidoping.ch
- Medikamentenabfrage Global DRO > www.antidoping.ch oder via Mobile App
- Clean Winner, selbständiges Online-Training zum Thema «Anti-Doping» > www.antidoping.ch
- Insiderinformationen oder verdächtige Beobachtungen (anonym) mitteilen > www.antidoping.ch
- Born to Run (das mobile Game) > www.roofrunning.com
- Welt-Anti-Doping-Agentur (World Anti-Doping Agency) > www.wada-ama.org