

Doping nedir? Sporcu doping kontrol işlemleri nasıl yapılır?

Doping Nedir?

Doping, sporcunun yarışma sırasında fiziksel ve zihinsel performansını arttırmak amacı ile, "Uluslararası Olimpiyat Komitesi (IOC) tarafından yasaklanmış madde veya yöntemlerin sporcu tarafından bilinçli veya bilinçsiz olarak kullanımı" olarak tanımlanmaktadır. Doping hem haksız rekabete zemin hazırlaması, hem de sporcu sağlığını kısa ve uzun süreli olarak bozar ve hatta olası ölüm risklerinin oluşmasına neden olmasından dolayı spor etiğine aykırıdır. Bu nedenlerle doping WADA, Uluslararası Olimpiyat Komitesi (IOC), FIFA, UEFA, FIBA, IAAF gibi uluslararası spor organizasyonları tarafından yasaklanmıştır.

Doping maddelerinin zararları nelerdir?

Doping maddelerinin hemen hepsi vücutta kısa ya da uzun süreli yan etkilere neden olurlar. Özellikle sporcular tarafından en çok kullanılan erkeklik hormonu benzeri maddelerin kalp krizi, iyi ve kötü huylu tümör oluşumu, karaciğer fonksiyon bozukluğu, kısırlık gibi rahatsızlıklara neden olduğu bilinmektedir. Bu maddeleri kullanan sporculardan bazılarının, sportif yaşamları sırasında ya da sporu bıraktıktan sonra bu maddelerin kullanımı nedeniyle oluşan hastalıklar yüzünden öldüğü bilinmektedir.

Yasaklı madde sınıfları nelerdir?

IOC tarafından bildirilen yasaklı maddeler 5 ana grup altında toplanmaktadır:

- 1-Uyarıcılar (Amfetamin, efedrin v.b.)
- 2-Narkotik Analjezikler (Morfin v.b.)
- 3-Anabolik Ajanlar (Testosteron v.b.)
- 4-Diüretikler (Furosemid v.b)
- 5-Peptid hormonlar ve benzerleri (Eritropoietin, büyüme hormonü, v.b.)

Ayrıca çeşitli kısıtlamalara girmiş bulunan ilaç sınıfları nelerdir?

IOC tarafından bildirilen ve sporcular tarafından kullanımı kısıtlı olan maddeler 5 ana grup altında toplanır:

- 1- Alkol
- 2- Marihuana
- 3- Lokal anestezipler
- 4- Kortikosteroidler
- 5- beta-blokörler

Uyarıcılar

Uyarıcılar merkezi sinir sistemi üzerine doğrudan etkiyle uyarım yapan maddelerdir. Metabolizma hızına, beyin, omurilik ve kalp üzerine uyarıcı etkileri vardır. Uyarıcılar sınıflaması içinde yer alan efedrin, psödoefedrin, fenilpropanolamin gibi maddeler grip ilaçlarında da bulunabilirler. Birçok sporcu içinde yasaklı madde olduğunu bilmeden aldığı ilaçlar yüzünden ceza almıştır. Karşılaşma öncesi ilaç kullanmadan önce mutlaka ilacın yasaklı madde içerip içermediği kontrol edilmelidir.

Uyarıcıların Yan Etkileri

Uyarıcıların yan etkileri, doza, süreye ve kullanım sıklığına bağlıdır. Düşük dozlarda bile yan etkiler görülebilir, yüksek dozlarda olumsuz etkiler daha da belirgindir. Kalp ve diğer hayati organların düzenli çalışması bozulabilir. Uzun süre ve sıcak ortam gibi ciddi koşullarda spor yapıldığında yan etkiler şiddetlenir. Uzun süre kullanımda aynı etkiyi alabilmek için dozu artırmak gereklidir. Çünkü bu tür maddelere zaman içinde tolerans gelişir.

NARKOTİK ANALJEZİKLER

Narkotik analjezik ilaçlar hangileridir ve etkileri nelerdir?

Bu grup ilaçlar, morfin ve morfinin kimyasal ve farmakolojik benzerleri olup, öncelikle ağrı kesici olarak kullanılmaktadır. Ağrıyı hissetmemek için kullanılan narkotiklerin pek çoğu solunum depresyonuna neden olup, fiziksel ve psikolojik bağımlılık gibi oldukça tehlikeli yan etkileri bulunmaktadır.

Sporcu, bir rahatsızlıktan dolayı ağrı kesiciye gereksinim duyarsa ne yapmalıdır?

Hafif ya da orta derecedeki ağrıların tedavisinde kullanılabilecek çeşitli doping sınıfına girmeyen ağrı kesiciler bulunmaktadır. Sporcu, bu konuyu spor hekimine danışarak çözebilir.

ANABOLİK - ANDROJENİK STEROİDLER

Anabolik-androjenik steroidler sporcular tarafından en çok kullanılan doping maddelerindendir, vücutta üretilen doğal bir steroid olan testosteron hormonuna benzer etkilere sahip sentetik maddelerdedir. Doğal testosteron "anabolik" (kas yapıcı) ve "androjenik" (erkeğe özgü hal ve davranış) etki sağlar.

Kas gücü ve kas kitlesini artırmak amacıyla kuvvet ve sürat sporlarında kullanılır. Diğer doping maddeleri yarışmadan kısa bir süre önce kullanılırken, anabolik steroidlerin etkili olabilmesi için karşılaşmadan aylarca önce ve normal tedavi dozlarının 10-100 katı dozlarda kullanılması gereklidir.

ANABOLİK - ANDROJENİK STEROİDLERİN YAN ETKİLERİ

Sportif performansı artırabilmek için anabolik steroidlerin yüksek doz ve uzun süreler kullanılması gereklidir. Kısa süreli ve düşük dozlarda bile yan etkiler oluşabilmektedir. Anabolik steroidler hemen hemen vücuttaki tüm organlarda yan etkiler oluşturabilir. Anabolik ajanlar, normal hormon fonksiyonunu etkiler. Anabolik steroidler karaciğer hastalığı riskini artırır, kan basıncını yükseltir, yüksek yoğunluklu lipidlerin düzeyini yükselterek kardiyovasküler olay riskinin artmasına neden olur. Bu etkilerinin yanı sıra psikolojik etkileri de bulunmaktadır.

Anabolik ajanların kadınlarda kullanımları sonucu oluşan etkiler:

- Erkeksi karakterlerin oluşması
- Artan agresiflik, ruh halinde dalgalanmalar, depresyon,
- Anormal menstrual sikluslar ve mensturasyonun fonksiyon görmesinin bakılanması,
- Yüz ve vücutta fazla tüylenme,
- Klitorisin genişlemesi,
- Sesin kalınlaşması

Anabolik ajanların erkeklerde kullanımları sonucu oluşan etkiler:

- Akne
- Artan agresiflik, ruh halinde dalgalanmalar, depresyon,
- Testislerin boyutlarının küçülmesi,
- Azalmış sperm üretimi,
- Karaciğer ve böbrek fonksiyonlarında azalma,
- Göğüslerde büyüme,
- Vaktinden evvel oluşan kellik,
- Prostat bezinin genişlemesi,

Bu etkiler uzun kullanımda kalıcı olabilir.

Anabolik ajanların büyüme çağındaki çocuklarda kullanımının etkileri

- Vücut ve yüzde oluşan akneler,
- Kemiklerdeki kıkırdak dokusunun erken sertleşmesi sonucu boyda uzamanın ve büyümenin durması.

Diüretik nedir?

Diüretikler, böbrek üzerinde etkili olan ve fazla miktarlarda suyun vücuttan atılmasına neden olan bir ilaç grubudur. Bunlar genellikle sporcular tarafından, belirli ağırlık sınıflarına girebilmek için (örneğin güreş, boks v.b) geçici ağırlık kaybı ve diğer bileşikler ile ilaçların vücuttan atılmalarını sağlayarak doping testlerinden kaçmak amacıyla kullanılmaktadır.

Diüretikler neden yasaklıdır?

Diüretikler, kullanımları sonucu ortaya çıkabilecek sağlık risklerine ek olarak, idrar numunelerinin seyreltilmesi veya daha düşük ağırlık sınıflarında yarışmak amacıyla kilo kaybında kullanılabildiği için yasaklanmıştır. Ayrıca diüretiklerin kullanımı, hakça bir yarışmada sporun ruhuna aykırı olduğu için de yasaktır.

Diüretikler vücuda nasıl zararlı olabilir?

Diüretiklerin kullanımı, dehidratasyona, kas zayıflamasına, kramplara, kan basıncının düşmesine ve elektrolit dengesizliğiyle oluşan kalp düzensizliklerine neden olabilir. Diüretikler, sporcuların sıcaklığı tolere etme yeteneklerini etkileyebilirler.

PEPTİD HORMONLAR

Peptid hormonlar doğal hormonlardır ve diğer hormonların salınımını kontrol ederler. Büyümeyi artıran ve ağrıyı azaltan etkileri vardır. Analoglar sentetiktir ve peptid hormonlara benzer etkide bulunurlar.

Doping kontrolleri nasıl yapılır?

Doping Kontrolleri Ulusal ve Uluslararası Doping Mücadele Kuruluşları tarafından organize edilmekte ve yönetilmektedir. Dünyadaki Doping Mücadele çalışmaları Dünya Anti-Doping Ajansı (World Anti-Doping Agency – WADA) tarafından konulan kurallarla organize edilmektedir.

Ulusal ve Uluslararası Doping Mücadele Kuruluşları doping kontrollerini kabul edilen uluslararası standartlara uygun yapmak zorundadır. Bu standartlar Dünya Anti-Doping Ajansı ve/veya Uluslararası Spor Federasyonları tarafından yayınlanmaktadır. Sporculardan idrar ve/veya kan örneği alan görevliler (Bağımsız Doping Kontrol Görevlileri) bu standartlara uymak zorundadır. Sporcu ve doping kontrolü sırasında ona eşlik eden diğer görevlilerin de (antrenör, yönetici, doktor, vs) doping kontrol örnek alma standartlarını bilmeleri gerekir. Standartlara aykırı bir işlemin yapılması durumunda sporcunun ve / veya ona eşlik eden görevlinin doping kontrol işlemine itiraz etme yetkisi vardır. İtiraz yetkili Ulusal ve Uluslararası Doping Mücadele Kuruluşları tarafından değerlendirilip gerekli işlemler yapılır.

DOPİNG NUMUNESİ ALIM PROTOKOLU

Doping Numunesi Alınacak Sporcu ne zaman seçilebilir?

Sporcu yıl boyunca müsabakada, antrenman kampında, evinde veya herhangi başka bir yerde önceden haber verilmeksizin numune vermek üzere seçilebilir.

Müsabaka İçi Test Ne Demektir?

Sporcu herhangi bir müsabakada test numunesi vermek üzere seçilebilir.

Müsabaka İçi Testte Sporcular Nasıl Seçilir ve Nasıl Haberdar Edilirler?

Numune verecek sporcular müsabakadaki derecelerine göre veya kura usulüne göre test numunesi vermek üzere seçilebilirler. Doping Kontrol Görevlisi (Doping Control Officer,DCO) numune vermek için seçilen sporcunun yanına gelir ve Numune vermek için seçildiğini gösteren belgeyi sporcuya gösterir. Görevli sporcudan bu belgeyi okumasını ve imzalamasını ister. Sporcu 1 saat içinde (madalya töreni, basın toplantısı, tıbbi müdahale vb sebepler için) doping kontrol istasyonuna gitmek zorundadır. Bu bir saat boyunca sporcuya sürekli olarak bir görevli eşlik edecektir. Daha sonra sporcuyla birlikte doping kontrol istasyonuna giderler.

Müsabaka Dışı Test Ne Demektir?

Müsabaka dışındaki herhangi bir zamanda yapılan doping kontrol testi demektir. Bu test için sporcular rastgele seçilebilirler veya önceden belirlenebilirler.

Müsabaka Dışı Test İçin Sporcular Nasıl Seçilir ve Nasıl Haberdar Edilirler?

Yıl boyunca bir sporcu herhangi bir yerde ve herhangi bir zamanda müsabaka dışı doping testi için seçilebilir. Bu tür testler önceden programlanmazlar ve seçilen sporcular ancak aşağıdaki şartlarda numune vermek için seçildiklerinden haberdar olurlar;

* Doping Kontrol Görevlisinin sporcunun antrenman salonuna, evine veya iş yerine vb gelip numune vermek için seçildiğini belirten belgeyi gösterir.

* Doping Kontrol Görevlisi seçilen sporcuyu telefonla arar ve numune vermek için en kısa zamanda numune alım yerinde olmasını gerektiğini söyler. Sporcu en geç 24 saat içinde belirtilen yerde olmak zorundadır.

Sporcu Numune Vermeyi Reddederse Ne Olur?

Etkili bir doping kontrolü için bütün sporcular görevliyle işbirliği yapmak zorundadır. Kurallar gereği numune vermeyi reddetmek veya doping kontrol numunesi alım protokolünü bozmak **Dopingle Mücadele Kural İhlali** demektir ve geçerli bir gerekçe yoksa cezalandırılmayı gerektirir.

Toplama Kabının Seçimi

Sporcu idrar numunesi vermeye hazır olduğu zaman, kapalı toplama kaplarından birini kendisi seçer. Sporcu toplama kabını bu kap kullanı lana kadar kontrol edebilir ve güvenliğinden sporcu sorumludur.

İdrar Örneğinin Alımı

Sporcu kendi cinsiyetinden bir görevlinin gözetiminde en az 75 ml idrar örneği verir. Sporcu görevlinin tam anlamıyla görebilmesi için göğüs ve diz arası açık olacak şekilde soyunmalıdır.

Güvenli Test Kit'inin Seçimi

Görevli sporcuya idrar örneğinin paketleneyeceği bir kiti seçmesini söyler. Seçilen kit hakkında sporcu veya temsilcisi veya görevli kuşkuya düşerse sporcuya bir başka KİT'i seçebilir.

Örnek Kod Numarasının Kayıt Edilmesi

Sporcu saklama kitini seçtikten sonra genellikle köpükten bir koruyucu olan kit paketini açar ve içeriğini boşaltır. Görevli, sporcudan alınan Numunenin Kod numarasıyla köpükten yapılmış koruyucu kit'in kod numarasını kontrol etmesini ister. Kitin içindeki "A" ve "B" şişelerinin kapak ve etiketlerindeki numara ile Kit Kutusu üzerindeki numaraların aynı olması gerekmektedir. Görevli bu numarayı Doping Kontrol Formuna kaydeder. Kitlerde kullanılan bu numaralar sadece o kite özgüdür ve tekrar aynı numaranın başka bir test kitinde kullanılması mümkün değildir.

İdrar Örneğini Bölme ve Paketleme

Sporcu verdiği idrar örneğini belirtilen minimum limitlerden az olmamak şartıyla "A" ve "B" şişelerine bölüştürür ve görevlinin direktifiyle kapakları sıkıştırarak şişeleri kilitlet. Kit şişelerinin kapakları kilitlendikten sonra ancak kırılarak açılabilir. WADA akredite laboratuvarlar kendisine ulaştırılan kapağı kırık, hasarlı idrar numunelerini analiz etmezler.

Paketleme

Sporcu şişeleri ters çevirerek herhangi bir sızıntı olmadığından emin olur. Ayrıca sporcunun temsilcisi (antrenör veya başka bir görevli) şişelerin düzgün kilitleyip kilitlemediğini de kontrol edebilir.

pH ve Özgül Ağırlığın Kontrolü

Görevli alınan numunenin pH ve özgül ağırlığını kontrol ederek numunenin laboratuvar şartlarına uygun olup olmadığını denetler. Eğer pH ve özgül ağırlık değerleri belirlenen aralıklar içinde değilse sporcu ilaveten yeniden idrar örneği verir.

Alınan maddelerin Kaydedilmesi

Görevli sporcuya son **ON GÜN** içinde reçeteli veya reçetesiz herhangi bir ilaç, destekleyici ürün veya başka bir madde alıp almadığını sorar. Sporcunun bu soruya verdiği cevaplar Doping Kontrol Formuna kaydedilir. Bu bilgiler idrar örneğinin analizi esnasında laboratuvar tarafından kullanılır.

Doping Kontrol Formunun Tamamlanması

Doping Kontrol Formundaki bilgiler sporcu ve temsilcisi tarafından kontrol edilir. Bütün bilgilerin doğruluğundan emin olduktan sonra sporcu formu imzalar. Sporcunun formu imzalaması formdaki bilgilerin doğruluğu ve doping kontrol protokolünün kurallara uygun geçtiğini deklare etmesi anlamına gelir. Eğer sporcu yapılan işlemlerin kurallara uygunluğundan şüphe ederse buna ilişkin düşüncelerini de forma yazabilir.

Test İşleminin Tamamlanması

Sporcu "Sporcu Seçim Formunu ve Doping Kontrol Formunun" kendisine ait birer kopyasını alır. Sporcu bu belgeleri minimum 6 hafta saklamak zorundadır.

Diğer Adımlar

Sporcunun numunesi güvenli bir taşıma çantasının içine paketlenir ve mühürlenir. Özel güvenlik önlemleriyle WADA tarafından onaylanmış bir laboratuvara ulaştırılır. Örnek numune laboratuvara ulaştıktan sonra laboratuvar görevlisi numunenin istenilen standartlarda kendisine ulaşıp ulaşmadığını numuneye iliştilen formla birlikte kontrol eder. "A" numunesi analiz edilir ve "B" numunesi güvenli bir şekilde muhafaza edilir. Eğer "A" numunesinde herhangi bir yasaklı madde bulunursa sporcu en geç 3-4 hafta içinde haberdar edilir.