

آموزش جامع دوپینگ ویژه بازیکنان و مربیان تنیس بر اساس مطالب WADA

مقدمه

دوپینگ یکی از مهم‌ترین مسائل در ورزش حرفه‌ای است که سلامت ورزشکاران و عدالت در رقابت‌ها را تهدید می‌کند. به همین دلیل سازمان جهانی مبارزه با دوپینگ (WADA) قوانین و مقررات دقیقی تدوین کرده است تا با آن مقابله شود. این آموزش با هدف آشنایی کامل بازیکنان و مربیان تنیس با انواع مواد و روش‌های ممنوعه، قوانین، و نحوه پیشگیری و مقابله تهیه شده است.

۱. تعریف دوپینگ و نقض قوانین ضد دوپینگ

طبق کد جهانی ضد دوپینگ (World Anti-Doping Code)، دوپینگ شامل موارد زیر است:

۱. وجود ماده یا متابولیت ممنوعه در نمونه‌های بیولوژیکی ورزشکار (ادرار، خون)

۲. استفاده یا تلاش برای استفاده از مواد یا روش‌های ممنوعه

۳. امتناع یا عدم همکاری در ارائه نمونه‌های آزمایشی

۴. نقض سیستم مکان‌یابی جهت تست‌های ناگهانی (۳ خطا در ۱۲ ماه)

۵. دستکاری نمونه‌ها یا فرآیند آزمایش

۶. در اختیار داشتن مواد ممنوعه

۷. قاچاق یا تلاش برای قاچاق مواد ممنوعه

۸. تجویز یا تسهیل دوپینگ توسط کادر فنی و پزشکی

۹. همدستی در نقض قوانین

۱۰. تهدید یا رشوه برای جلوگیری از گزارش تخلفات

۱۱. ارتباط با افراد محروم از ورزش به علت دوپینگ

۲. نهادهای متولی و مسئولان مبارزه با دوپینگ

- **WADA (World Anti-Doping Agency):** نهاد جهانی که مسئول تدوین قوانین، لیست مواد ممنوعه، استاندارد آزمایشگاه‌ها و نظارت بر اجراست.
- **NADO (National Anti-Doping Organization):** نماینده WADA در کشورها برای اجرای قوانین و تست‌ها.
- **ITA (International Tennis Anti-Doping Program):** برنامه خاص تنیس برای نظارت و اجرای تست‌های ضد دوپینگ در این رشته.

۳. لیست مواد و روش‌های ممنوعه (Prohibited List)

WADA هر ساله لیست مواد و روش‌های ممنوعه را منتشر می‌کند که بازیکنان و مربیان باید آن را دقیق بدانند.

گروه مواد ممنوعه

کد	گروه مواد	شرح	مثال مواد
S۰	مواد فاقد تاییدیه دارویی	افزایش حجم عضلات	فعال کننده تروپونین (Reldesemtiv)
S۱	استروئیدهای آنابولیک	افزایش قدرت عضلانی	ناندرولون، تستوسترون، کلاستوبول
S۲	هورمون‌ها و عوامل مرتبط	افزایش تولید هورمون‌ها	هورمون رشد، اریتروپویتین (EPO)
S۳	بتا-۲ آگونیست‌ها	بهبود تنفس و اکسیژن‌رسانی	سالبوتامول
S۴	هورمون‌های و تعدیل کننده های متابولیک	تنظیم عملکرد سلولی و هورمونی	انسولین، کلومیفن، تاموکسیفن
S۵	دیورتیک‌ها و مواد مخفی کننده	کمک به دفع آب و پنهان سازی مواد	فوروزماید
S6	محرك‌ها	افزایش هوشیاری و انرژی	آمفتامین، کوکائین، افدرین
S7	مخدرها	مواد دخیانیاتی با محدودیت	نرادمادول، اکسی کدون، مورفین
S8	کانابینوئیدها	مرتبط با حشیش	THC، ماری جوانا
S9	گلوکوکورتيكوئیدها	ضد التهاب	پردنیزولون، دگزامتازون، بتامتازون

روش‌های ممنوعه

کد	روش	شرح
M۱	تزریق خون یا مواد افزایش دهنده سلول‌های قرمز دوپینگ خونی	
M۲	دستکاری نمونه‌ها	تغییر یا تقلب در نمونه آزمایش
M۳	استفاده از روش‌های ژنتیکی برای بهبود عملکرد مهندسی ژنتیک	

۴. مواد خاص و غیر خاص

- مواد خاص (S۹-S۶): احتمال مصرف تصادفی یا غیر عمدی وجود دارد، مثل برخی داروها که باید TUE داشته باشند.
- مواد غیر خاص (S۰ تا S۵): همیشه ممنوع و مجازات شدیدتری دارند.

Specific Substances در گروه S^۰ تا S^۹

• Specific Substances : به موادی گفته می‌شود که در گروه - S^۰ Specified Substances

(S^۹) قرار دارند اما به دلیل خاص بودن شرایط مصرف، پتانسیل مصرف غیر عمدی یا مصرف درمانی بالایی دارند.

نمونه‌ها و دسته‌بندی:

کد WADA	نوع ماده	مثال‌های خاص	توضیح نحوه برخورد WADA
S ^۹	کورتیکواستروئیدها	پردنیزولون موضعی، کورتیکواستروئیدهای موضعی یا استنشاقی	معمولاً خارج از مسابقه مصرف مجاز است، در مسابقه نیاز به گواهی معافیت پزشکی (TUE) دارد
S ^۲	بتا-۲ آگونیست‌ها	سالبوتامول استنشاقی با دوز محدود	مصرف تا دوز مشخص مجاز است، بالاتر ممنوع، مجوز پزشکی الزامی است
S ^۶	محرک‌های سبک	متیل فنیدات (ADHD)	مصرف با تجویز پزشک مجاز است، باید گزارش شود
S ^۵	دیورتیک‌ها	فوروزماید، هیدروکلروتیازید	به عنوان ماسک‌کننده ممکن است سخت‌تر برخورد شود

نحوه برخورد WADA با Specific Substances

۱. مصرف درمانی و غیر عمدی:
 - به دلیل اینکه مصرف این مواد در شرایط درمانی متداول است، WADA در مواجهه با تخلفات این مواد امکان بررسی و تخفیف مجازات را فراهم کرده است.
 - ارائه گواهی معافیت پزشکی (TUE) قبل از مصرف الزامی است.
 - در صورت نداشتن TUE، ورزشکار باید اثبات کند که مصرف به صورت غیر عمدی و با دلیل پزشکی بوده است.
۲. مجازات و تخفیف‌ها:
 - در صورت اثبات مصرف غیر عمدی، ممکن است مجازات کاهش یابد یا حتی رفع محرومیت شود.
 - اگر مصرف عمدی باشد، مجازات مشابه مواد غیر خاص اعمال می‌شود.
۳. محدودیت در مسابقات:

- بسیاری از **Specific Substances** ممکن است در خارج از مسابقه مجاز باشند ولی در حین مسابقه ممنوع یا محدود شده‌اند.
- برای مصرف در حین مسابقه، دریافت **TUE** الزامی است.

۵. گواهی معافیت پزشکی (TUE)

تعریف **TUE** در دوپینگ **TUE = Therapeutic Use Exemption**

به معنی "معافیت مصرف درمانی" است.

وقتی یک ورزشکار برای درمان یک بیماری یا وضعیت پزشکی نیاز به دارویی دارد که در لیست مواد ممنوعه **WADA** قرار دارد، باید قبل از مصرف آن دارو، مجوز مصرف پزشکی (**TUE**) دریافت کند.

چه زمانی نیاز به **TUE** داریم؟

اگر داروی مورد نیاز ورزشکار:

- در لیست مواد ممنوعه **WADA** باشد (مانند پردنیزولون، سالبوتامول، متیل فنیدات، تستوسترون و...
 - و هیچ جایگزین مجاز نداشته باشد
- ➔ بدون **TUE** مصرف آن، نقض قوانین دوپینگ محسوب می‌شود.

شرایط صدور **TUE**

طبق قوانین **WADA**، ۴ شرط اصلی برای تأیید **TUE** وجود دارد:

شرط	توضیح
I	وضعیت سلامتی ورزشکار بدون آن دارو دچار آسیب می‌شود
II	داروی مصرفی باعث افزایش عملکرد غیرعادی ورزشی نمی‌شود
III	هیچ جایگزین مجاز پزشکی برای دارو وجود ندارد
IV	مصرف دارو فقط برای درمان بیماری واقعی است، نه بهبود عملکرد

نوع TUE	توضیح	زمان درخواست
Standard TUE	رایج ترین نوع، برای ورزشکارانی که در سطح حرفه ای یا بین المللی رقابت می کنند	قبل از مصرف دارو باید درخواست شود
Retroactive TUE	درخواست TUE پس از مصرف دارو	فقط در شرایط خاص مثل:
• اورژانس پزشکی		
• مصرف دارو قبل از اطلاع از ممنوع بودن		
• ورزشکار غیرنخبگان که ناگهان تست شده		

روش پر کردن فرم TUE مرحله به مرحله

۱. دریافت فرم TUE

- از سایت WADA (یا NADO ستاد ملی مبارزه با دوپینگ ایران) قابل دانلود است.
- [لینک مستقیم نمونه فرم — TUE \(PDF\) انگلیسی و فارسی](#)

۲. تکمیل توسط پزشک تیم

فرم شامل اطلاعات زیر است:

بخش	محتوا
بخش ۱	مشخصات ورزشکار (نام، تاریخ تولد، رشته ورزشی، کشور، شماره تماس)
بخش ۲	وضعیت پزشکی، شرح بیماری، علائم
بخش ۳	جزئیات دارو (نام دارو، دوز، مسیر مصرف، مدت مصرف)
بخش ۴	دلایل پزشکی و توجیه نیاز درمانی
بخش ۵	امضای پزشک و مهر رسمی
بخش ۶	امضای ورزشکار و تاریخ

۳. ضمائم ضروری:

- نسخه پزشکی
- مدارک تشخیصی (آزمایش ها، تصویربرداری ها، گزارش پزشک متخصص)
- گاهی آزمایش قبل از شروع درمان

۴. ارسال فرم:

- به آدرس ایمیل یا پورتال رسمی NADO ایران یا فدراسیون بین المللی مربوطه
- ترجیحاً حداقل ۳۰ روز قبل از مسابقه ارسال شود.

⌚ مدت اعتبار TUE

مدت اعتبار	نوع درمان
۱ تا ۳ ماه	داروی حاد (مثلاً کورتون برای حمله آسم)
۱۲ ماه یا بیشتر	داروی مزمن (مثلاً داروی (ADHD))
معمولاً نیاز به تمدید منظم دارد تزریق تستوسترون یا داروی خاص	

✈️ تمدید TUE در صورت ادامه نیاز درمانی الزامی است.

⚠️ پیامدهای نداشتن TUE

اگر ورزشکار بدون TUE داروی ممنوعه مصرف کند، حتی با تجویز پزشک: ✓ تست مثبت تلقی می‌شود
➖ و مشمول مجازات دوپینگ (محرومیت، حذف از مسابقات و ...) خواهد شد.

📌 جمع‌بندی نکات مهم

- فرم TUE را قبل از مصرف داروی ممنوعه تکمیل و ارسال کنید.
- حتی داروهای رایجی مثل اسپری آسم یا پردنیزولون، اگر در مسابقه مصرف شوند، نیازمند TUE هستند.
- پزشک تیم مسؤول مستقیم پیگیری و ارسال TUE است.
- تمام اطلاعات باید مستند و علمی باشد.
- حتماً تاریخ شروع و پایان دارو در فرم دقیق ذکر شود.

برای مصرف قانونی برخی داروها، ورزشکار باید گواهی معافیت پزشکی بگیرد که شامل اطلاعات دقیق دارو، دوز، و دلایل پزشکی است. عدم ارائه این گواهی ممکن است به عنوان تخلف محسوب شود.

۷. انواع تست دوپینگ

- آزمایش ادرار: شایع‌ترین تست برای شناسایی مواد ممنوعه و متابولیت‌ها
- آزمایش خون: برای بررسی هورمون‌ها، سلول‌های خونی، و برخی مواد خاص
- پاسپورت زیستی: ثبت تغییرات زیستی در طول زمان برای شناسایی تغییرات غیرطبیعی
- تست‌های مولکولی و ژنتیکی: جهت شناسایی مهندسی ژنتیک و تغییرات پیچیده

۸. قوانین مجازات و پیامدها

در کتاب قوانین WADA مبحث قوانین در بخش ۱۰ ذکر گردیده به صورت خلاصه به آن اشاره می‌کنیم

۱۰-۱ Duration of Ineligibility مدت محرومیت

محرومیت معمول برای اولین تخلف، معمولاً ۴ سال است اگر تخلف عمدی باشد. اگر ورزشکار بتواند ثابت کند که تخلف غیر عمدی بوده یا خطا تصادفی بوده، ممکن است محرومیت کاهش یابد (مثلاً ۲ سال یا کمتر) در صورت تخلف دوم، محرومیت می‌تواند افزایش یابد (مثلاً ۸ سال یا مادام العمر).

۱۰-۲ Disqualification of Results باطل شدن نتایج

نتایجی که پس از تاریخ تخلف به دست آمده باشند، معمولاً باطل می‌شوند (مدال‌ها، امتیازات، جوایز)

۱۰-۳ Elimination or Reduction of the Period of Ineligibility کاهش یا حذف محرومیت

در شرایط خاص مثل همکاری کامل با مقامات ضد دوپینگ، محرومیت می‌تواند کاهش یابد. اگر ورزشکار اثبات کند که ماده به‌صورت غیر عمدی وارد بدنش شده، ممکن است محرومیت کمتر شود.

۱۰-۴ No Fault or Negligence بدون تقصیر یا کوتاهی

اگر ورزشکار ثابت کند که هیچ تقصیر یا کوتاهی نداشته، محرومیت لغو می‌شود اما معمولاً نتیجه مسابقات از تاریخ مثبت شدن تست باطل می‌گردد.

۱۰-۵ Multiple Violations تخلفات متعدد

اگر ورزشکار چندین بار مرتکب تخلف شود، مجازات شدیدتر (مثل محرومیت مادام العمر) اعمال می‌شود.

۱۰-۶ Aggravating Circumstances شرایط تشدید کننده

استفاده از مواد توسط تیم یا مربیان، یا نقض عمدی قوانین، می‌تواند محرومیت را افزایش دهد.

- محرومیت معمول برای تخلف عمدی ۴ سال است.
- تخلف غیر عمدی ممکن است با محرومیت کمتر (مثلاً ۲ سال یا کمتر) همراه باشد.
- نتایج مسابقات مربوط به دوره تخلف باطل می‌شود.
- تخلفات مکرر محرومیت‌های شدیدتری به همراه دارند.
- همکاری با نهادهای ضد دوپینگ می‌تواند منجر به تخفیف در مجازات شود.

محرورمیت	شرح	ماده مصرفی	بازیکن
۳ ماه	ورود تصادفی از طریق ماساژور کلهستوبول (استروئید)		یانیس سینر
۱ ماه	مکمل آلوده	ترمتازیدین	ایگا شوائتک
۴ سال (کاهش یافته)	تخلف عمدی	رکسادوستات و پاسپورت زیستی	سیمونا هالپ
آزاد	گوشت آلوده، بدون تقصیر	بولدنون	نیکولاس زانلاتو

۱۰. نکات مهم برای بازیکنان و مربیان

- هر دارو یا مکملی باید با اطلاع و تایید پزشک تیم مصرف شود.
- قبل از مصرف هر دارویی، باید اطمینان از نبود ماده ممنوعه حاصل شود.
- حتما برای داروهای خاص گواهی TUE گرفته شود.
- آگاه باشید که مکمل‌ها ممکن است آلوده باشند و مصرف آن‌ها ریسک دارد.
- همواره از آخرین به‌روزرسانی‌های لیست مواد ممنوعه مطلع شوید.
- همکاری کامل با تیم ضد دوپینگ را جدی بگیرید.

جمع‌بندی

آشنایی کامل با قوانین، لیست مواد ممنوعه، روش‌های تست و مجازات‌ها، کلید جلوگیری از تخلفات دوپینگ است. همکاری مداوم با کادر پزشکی، اطلاع از جزئیات و دقت در مصرف داروها و مکمل‌ها به حفظ سلامت و اعتبار ورزشکار کمک می‌کند.