



Dopinglisten

Hva står på dopinglisten?

Listen over de midler og metoder som regnes som doping er basert på IOC's forbudsliste. Den har 3 hoveddeler.

Hoveddel 1 «klasser av dopingmidler» omfatter følgende medikamentgrupper:

1. Stimulerende midler
2. Narkotika
3. Vekstfremmende stoffer
4. Vanndrivende midler (diuretika)
5. Peptidhormoner og lignende stoffer

Hoveddel 2 «dopingmetoder» omfatter bl.a. bloddoping og ulike former for manipulering som har til hensikt å oppnå et negativt analyseresultat til tross for at utøveren har dopet seg.

Hoveddel 3 består av «grupper av stoffer som er gjenstand for visse restriksjoner». Her nevnes alkohol, marihuana, lokalbedøvende midler, kortison og lignende stoffer, samt betablokkere.

Nærmere og detaljert informasjon finner du i [IOC's forbudsliste](#) (på engelsk hos International Paralympic Committee)

Er kaffe doping?

Det er riktig at koffeinet som finnes i kaffe, står på dopinglisten. Likevel er det ikke forbudt for en idrettsutøver å nyte en kopp kaffe slik som andre gjør. Under stimulerende midler står koffein i en særstilling, da det opereres med en offisiell konsentrasjonsgrense i urinen på 12 mikrogram pr ml. Denne grensen er lagt slik at utøverne trygt kan drikke normale mengder kaffe, te og andre koffeinholdige drikker, uten å risikere å avlegge positiv dopingprøve av den grunn.

Når er en test positiv på testosteron?

Testosteron er et androgen-anabolt steroid som normalt dannes i kroppen. Ved kunstig tilførsel øker forholdet mellom mengden av testosteron og det såkalte epitestosteron i urinen. Forholdet, som ofte betegnes T:E-ratio, er normalt ca 1:1. Dersom forholdstallet er høyere enn 6:1, regnes det som en positiv prøve. Utøveren har likevel en mulighet til å unngå dom og straff, dersom det kan føres bevis for at det forhøyede forholdstallet skyldes særegne egenskaper hos utøveren, slike som unormale reaksjoner på fysisk anstrengelse, annet stress, eller sykdom.

Hva menes med kjemisk manipulasjon?

Kjemisk manipulasjon karakteriseres ved at inntak av medikamenter eller andre kjemiske stoffer kan omgjøre en ellers positiv dopingprøve til et negativt analyseresultat. Et eksempel på dette er tilførsel av epitestosteron, som kan normalisere forholdstallet mellom testosteron og epitestosteron i urinen etter testosteron-doping.

Kortisonbehandling og behandling med lokalbedøvelse- er det doping?

Når det gjelder hoveddel 3 av dopinglisten - stoffer som er gjenstand for visse restriksjoner - gir Norges Idrettsforbund en utdypende forklaring i sine brosjyrer med omtale og forklaringer til forbudslisten. Ikke desto mindre har det vært en del debatt og uklarheter omkring bruken av spesielt kortisonpreparater og lokalbedøvelse i ukene før og under et idrettsarrangement. I tvilstilfeller anbefales utøveren og evt behandlende lege å ta kontakt med Norges Idrettsforbund for avklaring.

Hvordan kan jeg unngå å bruke legemidler som står på dopinglisten?

Om du er idrettsutøver og får utskrevet en resept av legen, bør du spesielt spørre legen om det dreier seg om forbudte stoffer. Vær spesielt oppmerksom dersom det dreier seg om smertestillende medikamenter, enkelte forkjølelsesmedisiner som hostesaft og influensamedisin, og medisiner mot allergi og astma. Du har plikt til å informere deg om innholdet i de medikamenter du tar inn. Det nytter vanligvis ikke å legge skylden verken på legen, laglederen eller treneren. Den australske svømmeren Samantha Riley slapp imidlertid unna med en kraftig advarsel i februar 1996 etter å ha fått en smertestillende tablett av sin trener. Han ble imidlertid suspendert av det internasjonale svømmeforbundet for 2 år.

Hva skal jeg gjøre ved medisinkjøp i utlandet?

En idrettsutøver som befinner seg i utlandet, må vise ekstra varsomhet med hensyn til medikamentinntak. En rekke medisiner inneholder andre kjemiske stoffer enn dem som selges i Norge, så selv om verken preparatnavn eller kjemisk navn finnes i Norges Idrettsforbunds

brosjyre, kan likevel inntak av slike medikamenter gi positive utslag på dopingtesten. I mange land kan f.eks medisiner mot forkjølelse inneholde flere ulovlige komponenter, til og med androgen-anabole steroider. Igjen er det utøverens ansvar å holde seg orientert om hva han tar inn.

Hva med naturmedisiner?

Idretten advarer mot bruk av naturmedisiner, kosttilskudd og andre preparater som selges utenfor apotek. Disse kan inneholde ulovlige stoffer; - av og til også uten at disse stoffene er oppgitt i varedeklarasjonen, som tvert i mot ofte garanterer at preparatet er dopingfritt.