

2024 ANTIDOPINGOVÁ PŘÍRUČKA



World Rugby House,
8-10 Pembroke Street Lower, Dublin 2, Irsko

Tel. +353-1-2409-200
E-mail: info@world.rugby



K ZACHOVÁNÍ ČISTOTY RAGBY BEZ DOPINGU JE NUTNÉ SDÍLENÉ ODHODLÁNÍ KAŽDÉHO, KDO SE PODÍLÍ NA TOMTO SPORTU.

Program vzdělávání a zvyšování povědomí o boji proti dopingů pořádaný federací World Rugby chrání tento sport tím, že pomáhá hráčům a personálu týmu s tréninkem, soutěžením a bezpečným zotavením v souladu s antidopingovými předpisy.

Program testování odhaluje doping a dává všem hráčům příležitost prokázat, že jsou čistí.

OBSAH

- | | | | |
|----|--|----|---|
| 01 | Vaše práva hráče | 13 | Časté otázky týkající se postupu dopingové kontroly |
| 01 | Co od vás žádáme? | 14 | Léky |
| 02 | Vzdělávání | 14 | Terapeutické výjimky (TUE) |
| 02 | Propagace | 16 | Výživové a potravinové doplňky |
| 02 | Průzkum | 19 | Porušování antidopingových pravidel |
| 02 | WADA | 20 | Hlášení míst pobytu |
| 02 | Seznam zakázaných látek a metod dopingů podle světového antidopingového kodexu | | |
| 03 | Postupy dopingové kontroly | | |

Copyright © World Rugby 2024.

Povolení k reprodukování tohoto díla se uděluje pouze k osobním a vzdělávacím účelům.

Je zakázáno kopírovat, pronajímat, půjčovat nebo distribuovat toto dílo za jakýmkoli komerčním účelem.

Více informací o boji proti dopingů najdete na webových stránkách federace World Rugby: world.rugby/keep-rugby-clean

VAŠE PRÁVA HRÁČE

Zákon o antidopingových právech sportovců

Tento zákon má zajistit, aby byla vaše práva jasně definována a dodržována organizacemi, vůči nimž máte povinnosti v oblasti boje proti doping, jako jsou federace World Rugby a vaše národní antidopingová organizace (NADO).

Jedná se o tato práva:

1. Rovné příležitosti
2. Nestranné a spravedlivé programy testování
3. Práva na lékařskou péči a ochranu zdraví
4. Právo na spravedlnost
5. Právo na odpovědnost
6. Práva oznamovatelů
7. Právo na vzdělávání
8. Právo na ochranu údajů
9. Právo na náhradu újmy
10. Práva chráněné osoby
11. Práva během odebírání vzorků
12. Právo na analýzu vzorku B

Podrobnější informace najdete na adrese:

<https://www.wada-ama.org/en/resources/anti-doping-community/athletes-anti-doping-rights-act>

CO OD VÁS ŽÁDÁME?

Hodnoty

Na hodnotách v ragby záleží a aby náš sport prospíval, potřebujeme chránit jeho pověst. Doping může vážně poškodit image tohoto sportu z hlediska účasti hráčů, fanoušků, sponzorů a řadových příznivců. Takže když jste vybráni k dopingové kontrole nebo vyzváni k účasti na vzdělávání v antidopingové oblasti, pamatujte, že právě tím vás podporujeme v tom, abyste byli čistými hráči. Tímto způsobem zachováváme čistotu ragby.

Oznamování

World Rugby a národní antidopingové organizace nemohou každý den testovat každého, proto je důležité, abyste důvěrně nahlásili případné zjevné nebo domnělé chování signalizující doping. Víme, že zejména v týmovém sportu to může být těžké, ale někdy je to jediný způsob, jak odhalit některé typy doping. Ohlašovací linky provozované Světovou antidopingovou agenturou (WADA), federací World Rugby a národními antidopingovými organizacemi jsou koncipovány tak, aby nabízely plnou ochranu, takže nebudete čelit žádným následkům upřímně nahlášeného domnělého doping bez ohledu na to, zda se nakonec potvrdí porušení pravidel. Následují ohlašovací adresy agentury WADA a federace World Rugby; národní antidopingové organizace obvykle mívají takovou adresu uvedenou na své domovské webové stránce.

World Rugby: e-mail confidential@world.rugby

WADA: <https://speakup.wada-ama.org/>

VZDĚLÁVÁNÍ

Jako hráč máte právo na vzdělávání v antidopingových záležitostech po celou svou kariéru. Je nezbytné, abyste brali vážně každou nabídnutou příležitost ke vzdělávání. Je to jediný způsob, jak vám můžeme pomoci, abyste se snažili vyhýbat neúmyslnému porušování pravidel.

PROPAGACE

World Rugby potřebuje příznivce programu Keep Rugby Clean (KRC) (všechny hráče nebo podpůrný personál) a velvyslance značky (mezinárodní a elitní hráče), kteří nám pomohou propagovat naše poselství o čistotě ragby. Zvažte laskavě svou pomoc tím, že se stanete příznivcem programu KRC (což znamená základní podporu, např. propagaci v sociálních médiích) nebo velvyslancem značky KRC (což znamená aktivnější zapojení do zvyšování vzdělanosti a propagace World Rugby). Zašlete nám zprávu na adresu keeprugbyclean@world.rugby a my se vám ozveme.

PRŮZKUM

World Rugby vás může občas požádat o vyplnění dotazníků pro anonymní průzkum o boji proti doping. Mohou se k vám dostat prostřednictvím vašeho svazu nebo organizací, jako je International Rugby Players (IRP). Prosíme vás, abyste důkladně zvážili svou účast v průzkumu, protože pro nás je to nejlepší způsob, jak porozumět vašim potřebám a zvýšit účinnost našeho antidopingového programu.

WADA

WADA je mezinárodní organizace financovaná vládami a mezinárodním sportovním hnutím, která stanovuje pravidla a rámec pro celosvětový boj proti doping ve sportu. Tato pravidla jsou obsažena ve světovém antidopingovém kodexu (WADC). WADC zaručuje, že sportovci ve všech sportech mají stejné zacházení ve smyslu práv a povinností, pravidel, která musí dodržovat, a následků v případě porušení pravidel. Pravidla a postupy federace World Rugby jsou v souladu s WADC.

SEZNAM ZAKÁZANÝCH LÁTEK A METOD DOPINGU PODLE SVĚTOVÉHO ANTIDOPINGOVÉHO KODEXU

Jedná se o seznam látek a metod, které jsou v ragby i všech ostatních sportech zakázané. Chcete-li se vyhnout porušení antidopingových pravidel (ADRV) a zůstat čistým hráčem, nesmíte užít nic z tohoto seznamu. Seznam se obvykle aktualizuje každý rok k 1. lednu a někdy jsou zaváděny změny i během roku.

Seznam zakázaných látek a metod doping lze nalézt zde: <https://www.wada-ama.org/en/content/what-is-prohibited>



POSTUPY DOPINGOVÉ KONTROLY

Odběr vzorku

Dopingová kontrola zahrnuje odběr vzorku krve nebo moči od hráče vyškoleným komisařem dopingové kontroly. Často se při stejné kontrole odebírají oba typy vzorků. Kontrola se někdy označuje jako „test na přítomnost drog“. Hráči a týmy nejsou nikdy předem varováni před kontrolou.

K absolvování dopingové kontroly můžete být vyzváni kdykoli a kdekoli (například doma, na adrese pobytu přes noc nebo v hotelu) a vzorky jsou analyzovány na přítomnost široké řady dopingových látek. Je to

příležitost prokázat, že jste úplně čisti, a také jedna z neúčinnějších metod na odhalení těch, kteří podvádějí. Postup je popsán v tomto oddílu.

Kdo mě může testovat?

Můžete být testováni kteroukoli z těchto organizací:

1. World Rugby
2. Národní antidopingová organizace vaší domovské země
3. Národní antidopingová organizace jakékoli země, ve které pobýváte/ kterou navštívíte
4. Organizační orgán akce, ve které soutěžíte (například organizátor soutěže nebo mezinárodní olympijský výbor v případě olympiády).

Kterákoli z těchto organizací může rovněž jmenovat soukromou testovací společnost, která bude odebírat vzorky.

Jak tento postup funguje?

1 Vyrozumění



Hráči určení k testování jsou obvykle vybíráni předem antidopingovou organizací, která naplánovala test. Komisař dopingové kontroly (DCO, nebo jeho asistent) vás vyrozumí, že jste byli vybráni.

Jestliže se jedná o test po zápase, komisař dopingové kontroly vás obvykle vyrozumí, když vstoupíte do chodby. Jestliže se jedná o test při tréninku, komisař vás musí v jeho průběhu pozorovat, ale než vás vyrozumí, obvykle počká, až dokončíte trénink. Nikdy neignorujte komisaře, který se vás pokouší vyrozumět.

Komisař dopingové kontroly by vždy měl mít u sebe průkaz (se svým jménem, fotografií a datem konce platnosti). Může to být identifikační karta od antidopingové organizace nebo řidičský průkaz, průkaz zdravotního pojištění, pas, akreditace pro akci nebo nějaký podobný doklad. Také by měl mít dokumentaci, v níž se uvádí, která organizace ho jmenovala. Můžete to zkontrolovat, až budete vyrozuměni.

Komisař vás informuje o vašich právech a povinnostech a požádá vás o podepsání formuláře dopingové kontroly (DCF), čímž potvrdíte svůj souhlas s absolvováním testu. Když jste vyzváni k absolvování testu, musíte vyhovět. Jestliže se nepodrobíte dopingové kontrole, bude to považováno za porušení antidopingových pravidel s možnou sankcí v délce čtyř let. Komisař vám dá kopii formuláře jako váš záznam o vyrozumění.

Komisař vás vyzve k předložení nějakého průkazu, aby ověřil, že má správného hráče. Měl by to být průkaz s fotografií, ale pokud u sebe takový nemáte, můžete ukázat oficiální fotografii na webových stránkách vašeho týmu. V případě potřeby potvrdí komisaři vaši totožnost někdo z personálu týmu. Potom vás komisař doprovodí do stanice dopingové kontroly (DCS), kde se koná testování. Můžete požádat o doprovod a/nebo tlumočníka, který půjde s vámi. Neplnoletí hráči by vždy měli mít doprovod.

Jestliže se test provádí na soukromé adrese nebo v hotelu, obvykle budete vyrozuměni ve dveřích vašeho domu/pokoje a komisař určí vhodné místo pro odběr vzorku.

2 Pod dohledem



Jakmile jste vyrozuměni, je vaší povinností zůstat pod přímým dohledem komisaře dopingové kontroly, který vás pozoruje (tato osoba se označuje jako váš „dozor“). Dozor vám bude přiměřeně nablízku, ale vždy musíte dbát na to, abyste mu nezmizeli z dohledu. To je důležité zejména v případě, že se oba nacházíte na rušném místě, například v šatně. Nikdy neodcházejte ani nepřecházejte do jiné místnosti, aniž jde dozor s vámi.

3 Hlášení k testování



Společně se svým dozorem byste se měli co nejdříve hlásit ve stanici dopingové kontroly, ale dozor vám může povolit odklad hlášení (nebo dočasné opuštění stanice pod dohledem), abyste vykonali jakékoli z následujících činností. Vždy musíte zůstat pod přímým dohledem dozoru a hlásit se do jedné hodiny od vyrozumění:

- i. Účast na obřadu vítězů
- ii. Plnění závazků k médiím
- iii. Vychladnutí nebo ledová lázeň
- iv. Jakékoli potřebné lékařské ošetření
- v. Účast na shromáždění týmu po zápase v šatně
- vi. Svléknutí dresu a převlečení
- vii. Vyhledání doprovodu a/nebo tlumočníka
- viii. Obstarání příslušné identifikace
- ix. Dokončení tréninku v případě výběru k testování mimo soutěž
- x. Jakékoli jiné přiměřené okolnosti na základě určení komisaře dopingové kontroly (které musí být zdokumentovány)

Dokud neabsolvujete celou dopingovou kontrolu, nemůžete se osprchovat. Pokud jste však po zápase nebo tréninku zpocení, můžete se převléci pod dohledem vašeho dozoru.

Jakmile jste vyrozuměni, poprvé musíte močit až při odběru komisařem dopingové kontroly.

Postup testování moči

4 Hydratace (a ředění vzorků)

Po zápase nebo tréninku potřebujete doplnit tekutiny, ale dávejte pozor na to, kolik toho vypijete. Hyperhydratace může způsobit, že vzorek moči bude příliš zředěný, a může se stát, že budete vyzváni k poskytnutí dalších vzorků, dokud nedosáhnete správné hladiny. Mezi koncem tréninku nebo zápasu a poskytnutím vzorku obvykle postačí vypít dvě 500ml láhve tekutiny. Pokud vám trvá dlouho, než jste připraveni poskytnout vzorek, stačí se posadit a počkat. Pití stále většího množství vody nijak neurychlí močení a zvýší se tím riziko zředění vzorku.

Ve stanici dopingové kontroly byste měli mít vždy k dispozici uzavřenou láhev vody. Vždy si vyberte vlastní láhev a nikdy nepřijímejte láhev, kterou vám podá někdo jiný. Máte-li k dispozici tužku, napište na láhev své jméno, abyste věděli, která je vaše, a při odchodu z místnosti ji vždy vezměte s sebou. Nikdy se nevracejte, abyste dopili láhev, kterou jste nechali bez dohledu v čekárně. Vyberte si novou, uzavřenou láhev a nedopitou láhev vyhodte do koše.

Tekutiny můžete doplnit nápojem podle vlastní volby, ale ujistěte se, že předtím nemohl nikdo manipulovat s vaší láhví.

Od okamžiku vyrozumění až do odevzdání vzorku nemáte dovoleno konzumovat alkohol. Víme, že to nemusí vypadat férově, jestliže jste právě vyhráli velký zápas, ale taková jsou pravidla!

5 Výběr odběrové nádoby



Až budete připraveni poskytnout vzorek, vyberete si jednu uzavřenou odběrovou nádobu. Bude v ní uchován váš vzorek, proto se ujistěte, že je čistá a má neporušený obal. Také se ujistěte, že si můžete vybrat z více nádob. Nikdy nepřijímejte nádobu, kterou vám někdo přímo podá.

6 Poskytnutí vzorku



Poskytnutí vzorku proběhne na soukromé toaletě. Musíte poskytnout vzorek pod plným dohledem komisaře dopingové kontroly stejného pohlaví a komisař musí sledovat, jak moč vychází přímo z vašeho těla. Budete vyzváni ke svlečení svého oblečení od kolen po bránici a od rukou po lokty.

Před poskytnutím vzorku a po něm byste si měli umýt ruce mýdlem. Místo toho vám může být také umožněno použít rukavice. Rukavice vydává komisař dopingové kontroly.

7 Objem moči

Musíte odevzdat vzorek o objemu nejméně 90 ml (více je v pořádku). Jestliže poskytnete méně než 90 ml, takový vzorek se nazývá částečný a bude dočasně zapečetěn a zdokumentován ve formuláři dopingové kontroly podle postupu uvedeného níže v oddílu 11. Až budete připraveni poskytnout více moči, váš další vzorek bude přidán k částečnému vzorku, dokud celkový objem nedosáhne 90 ml. Jakmile poskytnete vzorek, nikdy jej nesmíte zlikvidovat, dokud k tomu nebudete výslovně vyzváni komisařem dopingové kontroly.

8 Výběr sady na odběr vzorků



Budete vyzváni, abyste si vybrali uzavřenou sadu na odběr vzorků. Obsahuje láhve, v nichž budou uchovávány vaše vzorky, proto se ujistěte, že je zabezpečení obalu neporušené. Opět platí: ujistěte se, že jste dostali na výběr, a nikdy nepřijímejte sadu, kterou vám někdo přímo podá.

Otevřete sadu, vyjměte láhve A a B a ověřte, zda se čísla na láhvích shodují. Komisař dopingové kontroly vás vyzve, abyste položili víčko láhve na stůl spodní stranou vzhůru a zlikvidovali červené kroužky uvnitř.

9 Rozdělení a uzavření vzorku



Komisař dopingové kontroly vám dá pokyn, abyste odlil určité množství moči z vaší odběrové nádoby do láhve B a potom do láhve A. Budete vyzváni, abyste ponechali trochu moči v odběrové nádobě. Nyní lze láhve uzavřít. Komisař dopingové kontroly zkontroluje, zda byly obě láhve správně uzavřeny, než je vložíte do samostatného plastového sáčku chráněného před neoprávněnou manipulací a vrátíte je do příslušné úložné schránky.

10 Měření měrné hmotnosti (SG)



Bude změřena měrná hmotnost zbytku moči, aby bylo jisté, že vzorek má vhodnou hustotu pro analýzu. Jestliže je vzorek příliš zředěný, může se stát, že budete vyzváni k poskytnutí dalších vzorků.

11 Uzavření částečného vzorku

Jestliže má váš vzorek menší objem než 90 ml, budete vyzváni, abyste si vybrali uzavřenou sadu na odběr vzorků (jako v oddílu 5) a přelili vzorek do jedné z láhví. Potom budete vyzváni, abyste na horní stranu umístili plastovou zátku, než vrátíte láhve se vzorkem do příslušné schránky. Dále umístíte schránku do velkého sáčku chráněného před neoprávněnou manipulací s jedinečným číslem, které bude zaznamenáno do vašeho formuláře dopingové kontroly. Jakmile je částečný vzorek uzavřen, musíte ho mít buď vy, nebo komisař pod kontrolou.

Až provedete další pokus o poskytnutí vzorku (aby se dosáhlo celkového objemu 90 ml), nová moč bude přidána k tomuto částečnému vzorku.

Některé organizace používají také takový systém částečných vzorků, ve kterém se vzorek uzavírá přímo v odběrovém kalíšku. Také toto je bezpečná metoda ukládání částečných vzorků. Jen se vždy ujistěte, že vzorek je uzavřený a uložený způsobem, který nedovoluje neoprávněnou manipulaci.

Postup testování krve

Stejně jako v případě testu moči platí, že jakmile jste vyrozuměni, hlásíte se u svého komisaře ve stanici dopingové kontroly. Vzorky moči a krve se často odebírají při stejné dopingové kontrole.

1 Příprava

Před odebráním vzorku krve musíte bez pohnutí sedět po dobu deseti minut. Pokud jste před vyrozuměním cvičili, v závislosti na typu testu budete možná vyzváni, abyste si pod dohledem komisaře dopingové kontroly až dvě hodiny odpočinuli, než bude odebrán vzorek.

Pracovník nebo komisař pro odběr krve (BCO) vám může také položit několik otázek ohledně toho, zda jste nedávno podstoupili nějaké lékařské postupy související s krví. Ujistěte se, že máte telefonní číslo na svého lékaře pro případ, že se ho budete muset na něco zeptat.

2 Výběr sady na odběr vzorků

Potom si vyberete odběrové vybavení. Ujistěte se, že jste dostali na výběr a že je vybavení bezpečně uzavřené. Vybavení obvykle obsahuje jehlu, lahvičky pro odběr (zkumavky označované jako „Vacutainer“), číslované štítky na označení vzorku a odběrové láhve na uzavření vzorků.

3 Poskytnutí vzorku

Komisař pro odběr krve určí, ze které paže vám bude odebrána krev. Očistí vám kůži sterilním tamponem a možná vám stáhne paži škrtidlem. Potom komisař pro odběr krve najde vhodnou žílu, obvykle na loketním kloubu, a zasune do ní křídlatou jehlu. Pokud komisař pro odběr krve není schopen zasunout jehlu na tři samostatné pokusy, odběr krve se zruší, ale přesto budete nejspíš muset poskytnout vzorek moči.

Jakmile je jehla zasunutá, budou k ní postupně připojeny až čtyři lahvičky (z vámi vybrané sady). Automaticky se naplní vaší krví. Buďte bez obav, během jejich výměny nic neucítíte.

4 Uzavření vzorků

Komisař pro odběr krve označí každou lahvičku číselným kódem odpovídajícím odběrovým láhvím ve vámi vybrané sadě. Budete požádáni, abyste vložili každou zkumavku do odpovídající láhve a láhev pevně uzavřeli. Zkontrolujte, zda čísla láhví odpovídají číslům ve vašem formuláři dopingové kontroly.

Vaše vzorky budou potom uloženy do chladničky nebo chladicího boxu až do konce testování na stanici a potom budou přepraveny do laboratoře k analýze.

Administrativa



Jakmile uzavřete poslední vzorek, budete požádáni, abyste zdokumentovali veškeré léky nebo doplňky, které jste brali v posledních sedmi dnech, a také můžete přidat komentář k postupu dopingové kontroly (dobrý nebo špatný). Nakonec budete společně s komisařem dopingové kontroly (a svým případným doprovodem) vyzváni k podepsání formuláře dopingové kontroly, abyste potvrdili, že všechny údaje jsou správné.

Formulář dopingové kontroly je písemný záznam o vašem testu, proto je velmi důležité, aby obsahoval přesné údaje. Než podepíšete formulář, vždy ho pozorně zkontrolujte.

Komisař dopingové kontroly vám potom předá kopii formuláře dopingové kontroly a pokud jste dokončili všechny testy, můžete odejít. Jestliže vám stále zbývá dokončit test moči nebo krve, zůstaňte ve stanici dopingové kontroly a počkejte na další pokyny.

Laboratorní analýza

Vaše vzorky jsou odeslány k analýze do laboratoře akreditované Světovou antidopingovou agenturou (WADA). V závislosti na analýze to obvykle trvá několik týdnů. Výsledky jsou oznámeny antidopingové organizaci, která naplánovala kontrolu, ale normálně budete informováni pouze v případě, že výsledky budou pozitivní.

ČASTÉ OTÁZKY TÝKAJÍCÍ SE POSTUPU DOPINGOVÉ KONTROLY

Proč odebírat krev (a ne sliny, neprovést dechovou zkoušku nebo nepoužít jinou metodu)?

Analýza krve pomáhá zjišťovat další zakázané látky a metody, které nelze určit z moči. Určení spolehlivosti a přesnosti testu nějakou dobu trvá a pro boj s dopingem jsou v současné době akceptovány pouze metody používající krev a moč.

Co je biologický pas sportovce (ABP)?

Jedná se o záznam pořízený v průběhu času z vašich vzorků pro dopingovou kontrolu, který monitoruje změny určitých biologických markerů ve vašem těle (steroidálních, které se shromažďují v moči, a hematologických, které se shromažďují v krvi). Slouží k rozpoznání možného dopování. Jestliže hráč náhle vykazuje úroveň vně jeho normálních parametrů, může to být vyšetřováno jako důkaz možného přestupku souvisejícího s dopováním.

Co je testování suché kapky krve (DBS)?

Testování suché kapky krve je metoda odběru krve, která byla navržena s cílem jednoduššího odběru a přepravy než v případě standardního vzorku krve (který vyžaduje zmrazení). Zařízení se připevní k vašemu nadloktí a automaticky se do něj nabere krev. Potom se krví potře karta, která se uzavře a odešle do laboratoře k analýze. DBS nachází širší využití jako metoda odběru vzorků ve sportu a často (ne však vždy) bude používána společně s tradičním testováním moči.

Co když mám strach z jehel?

Komisaři pro odběr krve jsou zkušení a vyškolení tak, aby proces proběhl co nejohleduplněji. Jestliže máte sklon k omdlávání nebo se bojíte jehel, můžete si do stanice dopingové kontroly přivést doprovod. Strach z jehel není považován za důvod k odmítnutí krevního testu.

Kdy po krevním testu mohu pokračovat ve fyzické aktivitě?

Objem odebrané krve je velmi malý, takže by vám neměl bránit ve cvičení, nicméně se doporučuje, abyste se po dobu nejméně 30 minut od odběru vzorku vyhýbali namáhavé činnosti zahrnující paži, z níž byla odebrána krev. Tím se minimalizuje vznik podlitin.

Proč se vzorky odebírají do různobarevných lahvíček?

Vzorky krve se často analyzují různými způsoby. Někdy se při analýze hledají přímo zakázané látky v krvi, jindy se hledají biologické markery a někdy se krev použije k doplnění vašeho biologického profilu. Barva lahvíček souvisí s typem analýzy.

LÉKY A LÉČEBNÉ METODY

Než užijete nějaký lék (i když vám byl předepsán lékařem), musíte vždy zkontrolovat, zda neobsahuje nějakou zakázanou látku. Použijte stránky Global Drug Reference Online na adrese www.globaldro.com (které vám umožní zkontrolovat léky zakoupené v řadě zemí), nebo se poraďte s vaší národní antidopingovou organizací, která by vám měla být schopna poradit, jak zkontrolovat léky zakoupené ve vaší zemi.

Vždy sdělte svému lékaři nebo lékárníkovi, že jste vrcholový sportovec, který podléhá dopingové kontrole a seznamu zakázaných látek a metod dopingů. Musí se vynasnažit, aby vám poskytl povolený lék, ale pokud vám dá lék, který je na seznamu zakázaných látek a metod dopingů, může vám pomoci s vyplněním terapeutické výjimky (viz níže).

Zakázané jsou také některé léčebné metody, proto byste měli před léčbou společně s lékařem zkontrolovat seznam zakázaných látek a metod dopingů.

Jsou léky po celém světě stejné?

Jestliže si potřebujete koupit léky v zámorí, buďte opatrní, protože značka, kterou užíváte doma, může při nákupu v jiné zemi často obsahovat odlišné složky. Když cestujete, pokuste se vzít s sebou všechny léky, které pravidelně užíváte, ale u svého lékaře nebo personálu týmu si zjistěte, zda daný výrobek nepodléhá nějakým omezením v zemi, kterou hodláte navštívit.

Měl bych si vést záznamy o tom, co jsem nedávno užil?

Ano, je důležité vést si seznam všech léků, které užíváte (nebo jste nedávno užívali), protože pokud budete vybráni pro dopingovou kontrolu, budete vyzváni k jejich zdokumentování (výrobku, dávky a času užití). Také je dobrý nápad vést si seznam nebo fotografie vašich léků v telefonu.

TERAPEUTICKÉ VÝJIMKY (TUE)

Co je terapeutická výjimka?

Udělením terapeutické výjimky získáte certifikát, který vám umožňuje po stanovenou dobu užívat zakázanou látku nebo léčebnou metodu z oprávněného zdravotního důvodu. Jestliže je vám předepsáno cokoli ze seznamu zakázaných látek a metod dopingů, musí vám být udělena terapeutická výjimka ještě před užíváním, jinak riskujete, že vám bude pozastavena činnost kvůli porušení antidopingových pravidel (ADRV).

Kdy mám požádat o terapeutickou výjimku?

1. Když vám lékař diagnostikuje stav, který lze léčit pouze zakázanou látkou. Terapeutická výjimka vám musí být udělena ještě před zahájením léčby.
2. Když je vám podána zakázaná látka v rámci pohotovostní zdravotní péče nebo kvůli akutnímu zdravotnímu stavu. V tomto případě lze terapeutickou výjimku získat zpětně (po události). Lékař však musí předložit jasný důkaz, aby prokázal, proč byl nutný pohotovostní lékařský zásah.
3. Když nastanou výjimečné okolnosti, které znamenají, že nebylo dost času nebo příležitosti k předložení žádosti před léčbou nebo dopingovou kontrolou.

Vyjma pohotovostní zdravotní péče platí, že nové žádosti, obnovení a žádosti o uznání stávající terapeutické výjimky udělené jinou národní antidopingovou organizací by se měly předkládat co nejdříve a nejméně 30 dnů před každým zápasem nebo turnajem, kterého byste se měli zúčastnit.

Kdo je odpovědný za udělení terapeutické výjimky?

Pouze vy a váš lékař (společně) můžete vyplnit a předložit vaši terapeutickou výjimku. Jste to vy, kdo má konečnou odpovědnost za to, abyste měli platnou terapeutickou výjimku, když hrajete ragby.

Jaká jsou kritéria pro udělení terapeutické výjimky?

Terapeutická výjimka bude udělena pouze tehdy, pokud váš lékař může prokázat, že:

1. Zakázaná látka nebo metoda je nutná k léčení diagnostikovaného zdravotního stavu na základě lékařského nálezu.
2. Je velmi nepravděpodobné, že by užití zakázané látky zvýšilo vaši výkonnost nad úroveň, kterou lze očekávat po návratu do normálního stavu po léčbě odůvodněného zdravotního stavu.
3. Neexistuje žádná přiměřená, povolená alternativní léčba.
4. Vaše potřeba zdravotní péče nevznikla v důsledku předchozího užívání zakázané látky.

Jací hráči by měli předkládat terapeutické výjimky federaci World Rugby?

Svou terapeutickou výjimku byste měli co nejdříve předložit federaci World Rugby, pokud jste zařazeni do následujících skupin nebo se účastníte následujících soutěží:

1. Jakékoli testování nižší úrovně ve federaci World Rugby
2. Turnaje nebo kvalifikační zápasy Rugby World Cup (15s a 7s, muži a ženy)
3. Turnaje World Rugby U20
4. World Rugby Sevens World Series (muži a ženy)
5. Všechny ostatní světové turnaje v ragby

Stáhněte si formulář ze stránek www.world.rugby/keep-rugby-clean a vyplňte ho společně se svým lékařem. Zašlete ho federaci World Rugby e-mailem na adresu tue@world.rugby nebo faxem na číslo +353 1 240 9289. Všichni ostatní hráči by se měli řídit pokyny svých národních antidopingových organizací. Pokud ve vaší zemi není žádná národní antidopingová organizace, žádosti lze předkládat federaci World Rugby.

Terapeutické výjimky od národních antidopingových organizací

World Rugby bude uznávat terapeutické výjimky udělované národními antidopingovými organizacemi, pokud splňují kritéria WADA pro udělení výjimky. Jestliže máte platnou terapeutickou výjimku od národní antidopingové organizace a potřebujete požádat federaci World Rugby o její uznání, zašlete udělenou výjimku a podkladové dokumenty na adresu tue@world.rugby. World Rugby si vyhrazuje právo přezkoumat všechny žádosti a v některých případech si může před vydáním rozhodnutí vyžádat nějaké další zdravotní údaje od vašeho lékaře.

Jak zjistím, zda byla moje žádost schválena?

World Rugby vám zašle osvědčení o schválení prostřednictvím vašeho svazu. Bude specifikovat lék, způsob podávání, dávku a datum skončení platnosti. Aby terapeutická výjimka zůstala v platnosti, musíte splnit všechny podmínky léčby.

Kdy mám požádat znovu?

Pokud máte předepsanou průběžnou léčbu (např. kvůli chronickému nebo dlouhodobému stavu, jako je astma nebo cukrovka), měli byste podat novou žádost před skončením platnosti vaší stávající terapeutické výjimky, nebo jestliže změníte dávkování.

Jaké podkladové informace jsou zapotřebí?

Žádost musí obsahovat prohlášení vašeho lékaře, ve kterém se uvádí, proč potřebujete užívat zakázanou látku, a které musí zahrnovat obsáhlou anamnézu. Ta musí obsahovat dokumentaci od lékaře, který původně stanovil vaši diagnózu, a výsledky všech příslušných vyšetření, laboratorních zkoušek a zobrazovacích studií (např. krevních testů, rentgenových snímků a MRI). váš lékař by měl vzít v úvahu zdroje WADA pro žádosti o terapeutickou výjimku, které podávají přehled o požadovaných podkladových informacích pro nejběžnější podmínky.

Co když bude moje terapeutická výjimka zamítnuta?

Pokud nejsou splněna kritéria nebo jsou zdravotní informace na podporu vaší žádosti neúplné, může se stát, že vaše terapeutická výjimka bude zamítnuta. V takovém případě budete vy a váš lékař požádáni o poskytnutí dalších informací.

Rozhodnutí přijímaná Výborem World Rugby pro terapeutické výjimky (TUEC) jsou přezkoumávána agenturou WADA. Pokud WADA potvrdí nebo zvrátí rozhodnutí World Rugby TUEC, lze se odvolat k Mezinárodní sportovní arbitráži (CAS) nebo federaci World Rugby.

VÝŽIVOVÉ A POTRAVINOVÉ DOPLŇKY

Výživové nebo potravinové doplňky mohou za určitých okolností pomoci doplnit vaši stravu, ale buďte opatrní, protože užívání doplňků je v ragby jedním z nejběžnějších porušení antidopingových pravidel. Odvětví doplňků není regulováno tak, jako léky. Kdokoli může založit společnost vyrábějící doplňky a do výrobků může dávat cokoli včetně zakázaných látek. Někdy nejsou na štítku uvedeny všechny ingredience, takže i když pečlivě kontrolujete složení, nikdy si nemůžete být stoprocentně jisti.

Jak zjistím, zda potřebuji doplňky?

Jediným způsobem, jak být naprosto v bezpečí, je neužívat žádné doplňky, ale pokud si myslíte, že nějaký potřebujete, vždy začněte tím, že zkonzultujete všechny své potřeby ohledně výživy a životního stylu s odborníkem, který není závislý na žádné společnosti vyrábějící doplňky (s někým, kdo nedoporučuje doplněk jen proto, že vám ho může prodat!). Jestliže vám doporučí užívání nějakého doplňku, mělo by to být po určitou dobu a měli byste být pravidelně sledováni, aby bylo jisté, že dostáváte správnou výživovou výhodu. Také je na vaší odpovědnosti ověřit, zda je doplněk bezpečný, i když ho máte od odborníka.

Jak zjistím, které doplňky fungují?

Nezávislé vědecké důkazy ukazují, že mnoho doplňků nefunguje. Ty, které fungují, jsou účinné pouze v případě, že jsou doporučeny odborníkem na výživu, aby uspokojily konkrétní potřebu. Jestliže si nejprve nevyžádáte profesionální radu, jen hádáte a pravděpodobně nedosáhnete zamýšleného přínosu.

Jak zjistím, které doplňky jsou bezpečné?

Největší riziko doplňků spočívá v tom, že během výroby mohou být kontaminovány zakázanými látkami. Může k tomu dojít úmyslně nebo neúmyslně. Výrobek by mohl obsahovat také zakázané ingredience, které nejsou uvedeny na štítku, nebo ingredience uvedené pod alternativním názvem, než jaký je uveden v seznamu zakázaných látek a metod dopingů.

Nebezpečné jsou zejména výrobky propagující hubnutí a nabytí hmotnosti/hmoty, stimulanty a prostředky před cvičením. Vezměte na vědomí, že výrobky prodávané v různých zemích pod stejnou značkou mohou obsahovat odlišné složky.

Co bych měl podniknout pro minimalizování rizika?

Vždy pozorně přezkoumejte výrobek i výrobce. Dobří výrobci doplňků posílají své výrobky k přezkoušení nezávislým laboratorům pro testování šarží, jako je Informed Sport. Tyto laboratoře vám sdělí, která šarže výrobku byla testována. Tím se snižuje riziko použití určité šarže, ale riziko se tím zcela nevyloučí. Nikdo vám nemůže dát stoprocentní jistotu, že daný doplněk je bezpečný.

Dávejte si pozor na společnosti, které tvrdí, že jejich výrobek je „přírodní“, „stoprocentně bezpečný“ nebo schválený někým jako WADA. Nikdy to nebude pravda. Potvrzení ze strany sportovní organizace nebo týmu nehraje roli v tom, jak bezpečný je nějaký výrobek. Jestliže něco vypadá příliš dobře, než aby to byla pravda, nespíš tomu tak je.

Kontrolní seznam pro minimalizaci rizik

1. Nepoužívejte doplněk, pokud k tomu nemáte jasnou stravovací potřebu prokázanou odborníkem.
2. Velmi pozorně si přečtěte štítek doplňku a zkontrolujte každou ingredienci, abyste se ujistili, že se nejedná o látku (nebo typ látky) na seznamu zakázaných látek a metod dopingů. Pamatujte, že nemusí být uváděny všechny látky obsažené ve výrobku.
3. Nekupujte doplňky přes internet. Pokud tak učiníte, zkontrolujte, zda má dodavatel fyzickou kontaktní adresu a zda nebyl dříve zapleten do nějakého případu ohledně dopingů. Jestliže se zdá, že stránky propagují posilování, „rychlé zhubnutí“ nebo „rychlé zesílení“, pravděpodobně jsou riskantní.
4. Nesdílejte doplňky s ostatními hráči a neužívejte žádné výrobky, které vám dají spoluhráči, přátelé, jiní sportovci nebo kamarád z tělocvičny. Nejsou odborníci a nemusí se na ně vztahovat stejná antidopingová pravidla jako na vás.
5. Používejte pouze takové doplňky, o kterých víte, že vaše konkrétní šarže byla přezkoušena nezávislou laboratorí pro testování šarží. Dávejte si pozor na výrobky doplňků, kteří mají na svých stránkách logo laboratoře pro testování šarží, ale nemusí testovat všechny své výrobky.

Pamatujte, že tyto kroky pouze snižují riziko a zcela jej nevyločují. Odpovědnost nesete jen vy a nikdo jiný. Jestliže si nejste jisti bezpečností doplňku, neužívejte ho.



Plná odpovědnost

Nesete plnou odpovědnost za jakoukoli zakázanou látku nalezenou ve vašem těle (bez ohledu na to, odkud pochází nebo kdo vám doporučil její užití). Toto pravidlo se označuje jako „plná odpovědnost“. I když užijete nějakou látku neúmyslně (například prostřednictvím léku nebo kontaminovaného doplňku) nebo pokud vám ji podá váš lékař, trenér nebo spoluhráč, stále se dopouštíte přestupku a budete čelit dlouhodobému pozastavení ragbyové činnosti. Dávejte si pozor na každou látku, kterou konzumujete.

PORUŠOVÁNÍ ANTIDOPINGOVÝCH PRAVIDEL

Jak se mohou dopustit porušení antidopingových pravidel?

Pozitivní výsledek testu na zakázané látky není jediným způsobem, jakým se můžete dopustit porušení antidopingových pravidel. Existuje jedenáct různých porušení. Vztahují se na hráče a podpůrný personál včetně trenérů, vedoucích a zdravotnického personálu. Jedná se o tato porušení:

1. Jestliže váš vzorek obsahuje zakázanou látku.
2. Jestliže užíváte, nebo se pokoušíte užívat nějakou zakázanou látku nebo metodu.
3. Jestliže se vyhýbáte testu, odmítáte ho, nebo se mu nepodrobíte.
4. Jestliže je vaše hlášení míst pobytu nepravdivé nebo nepřesné, nebo se ve vámi určených časech opakovaně nenacházíte na určených místech.
5. Jestliže se pokoušíte narušovat postup dopingové kontroly takovým chováním, jako je maření odběru vzorku nebo falšování antidopingových dokumentů.
6. Jestliže jste užívali nějakou zakázanou látku nebo metodu a nemáte související terapeutickou výjimku ani přijatelné odůvodnění.
7. Jestliže kšeftujete/obchodujete s nějakou zakázanou látkou nebo metodou (nebo se o to pokoušíte) včetně poskytnutí takové látky jinému hráči.
8. Jestliže někomu podáte nějakou zakázanou látku nebo metodou (nebo se o to pokusíte).
9. Jestliže někomu jinému pomáháte dopovat, nebo ho k tomu povzbuzujete. Tomu se říká spoluvina.
10. Jestliže se stýkáte s někým, o kom víte, že si odpykává pozastavení činnosti kvůli dopování (nebo trestnému činu souvisejícímu s dopingem) v profesionálním nebo sportovním vztahu (např. vás trénuje nebo vám poskytuje trenérské rady).
11. Pokud někoho odrazujete od nahlášení dopingového prostřednictvím hrozeb nebo zastrašování nebo pokud se mstíte někomu, kdo nahlásil doping.

Co se stane, jestliže poruším antidopingová pravidla?

Budete dočasně vyloučeni ze všech činností souvisejících s ragby včetně zápasů a tréninku, dokud nebude váš případ projednán nezávislým soudním výborem. Jestliže váš případ zahrnuje pozitivní test, máte právo na analýzu vzorku B.

Hráči jsou obvykle informováni prostřednictvím kontaktní osoby svého svazu, která má na starosti výsledky antidopingových kontrol. Váš svaz vám může nabídnout podporu s pochopením postupu a nalezením právního zastoupení. V opačném případě byste se měli obrátit na svaz hráčů ve vaší zemi (pokud existuje).

Budete mít právo přednést svůj případ soudnímu výboru, který potom rozhodne o příslušné sankci. Jeho rozhodnutí je publikováno na webových stránkách federace World Rugby. Jestliže nesouhlasíte s rozhodnutím v prvním stupni, máte právo na odvolání.

Jak dlouho bych měl pozastavenou ragbyovou činnost?

Všeobecně platí, že standardní základní sankce za porušení antidopingových pravidel je čtyři roky, záleží na dané látce a typu porušení. Sankce může být rovněž zkrácena nebo prodloužena v závislosti na jednotlivých okolnostech každého případu. Rozhodnutí federace World Rugby o starších případech lze nalézt na adrese world.rugby/keeprugbyclean.

Jaké jsou další následky?

Pověst: Pozastavení činnosti má významný dopad na vaši kariéru hráče a bude vás také izolovat od sportu. Nejspíš budete označeni za podvodníka nebo narkomana (často po zbytek vaší kariéry nebo života), i když byl váš přestupek neúmyslný. Jakmile je vaše jméno zveřejněno v médiích, vždy to poskvrní vaši pověst.

Přátelé, rodina a vztahy: Pozastavení činnosti za doping může ovlivnit také váš osobní život a vztahy. Může se stát, že přátelé a rodina k vám ztratí úctu a v týmovém sportu nejspíš rovněž přijdete o respekt a přátelství svých druhů nebo spoluhráčů, protože kvůli stykům s vámi by mohla utrpět také jejich pověst.

Finanční: Existují také finanční důsledky, neboť může být zrušena vaše hráčská smlouva společně s veškerým osobním sponzorstvím, protože firmy již nechtějí být spojovány s vaší osobou.

HLÁŠENÍ MÍST POBYTU

Co je hlášení míst pobytu?

Hlášení míst pobytu jsou údaje podávané hráči o místech, kde se každý den nacházejí, a jejich činnostech. Slouží k vašemu nalezení za účelem neohlášeného testování, což má zásadní význam pro účinnost antidopingového programu.

Kdo musí hlásit místa pobytu?

Hlášení míst pobytu je určeno hráčům na špičkové úrovni a jestliže jste v registru pro hlášení míst pobytu, svaz vás bude informovat o vašich povinnostech. Mezi ně budou patřit informace o tom, jaké údaje musíte podávat, kdy je musíte podávat a aktualizovat a jaké organizaci je musíte podávat.

Váš svaz a/nebo klub obvykle podává kolektivní údaje o zápase, cestování a tréninku týmu (nicméně tak můžete učinit sami, budete-li chtít), ale stále odpovídáte za přesnost všech údajů, které máte povinnost podávat.

Kam mám podávat hlášení míst pobytu?

Hráči v registrech World Rugby pro testování (TP) musí podávat hlášení míst pobytu federaci World Rugby. Hráči v registru národní antidopingové organizace pro testování musí podávat hlášení této organizaci. Hráči v registru pro testování RTP musí podávat hlášení prostřednictvím systému WADA ADAMS.

Jak často musím vyplňovat hlášení míst pobytu?

Hlášení se musí podávat před začátkem každého čtvrtletí. World Rugby prostřednictvím vašeho členského svazu rozešle upomínky v měsíci před začátkem příslušného čtvrtletí, jak je uvedeno níže:

1. čtvrtletí: 1. ledna až 31. března
2. čtvrtletí: 1. dubna až 30. června
3. čtvrtletí: 1. července až 30. září
4. čtvrtletí: 1. října až 31. prosince

Může mým jménem vyplnit hlášení míst pobytu někdo jiný?

Ano, ale nadále nesete odpovědnost za včasné a přesné hlášení a za svou dostupnost na stanovených místech a ve stanovených časech.

Jak mohu provádět změny v hlášení míst pobytu během čtvrtletí?

Vaše hlášení míst pobytu musí být neustále přesná. Hráči v registru TP zasílají změny nebo aktualizované informace federaci World Rugby na adresu whereabouts@world.rugby. Uvedte své jméno, svaz a příslušnou změnu místa, data nebo času. Hráči v registru RTP by měli zasílat aktualizované informace prostřednictvím systému ADAMS.

Co je porušení požadavků na hlášení míst pobytu?

Porušení jsou specifická pro hráče v registru RTP a existují dva typy: zanedbání při vyplňování a zmeškaný test. Pokud je vaše hlášení neúplné nebo nepřesné, můžete se dopustit zanedbání při vyplňování. Pokud vás komisař dopingové kontroly není schopen zastihnout během 60 minut, můžete se dopustit zmeškání testu. Tři porušení požadavků na hlášení míst pobytu za 12 měsíců mohou vést k sankci v délce 1–2 roků.

Co je porušení požadavků registru pro testování?

Tato porušení se vztahují pouze na hráče v registru TP. Jestliže jsou hlášení opožděná, nepřesná, nebo vedou k tomu, že komisař dopingové kontroly vás není schopen zastihnout za účelem testování, můžete se dopustit porušení požadavků registru pro testování. Více porušení během 12 měsíců může vést k tomu, že budete přesunuti do registru RTP. World Rugby vám také může naúčtovat náklady na test v souvislosti s jakýmkoli porušením.

Mají porušení požadavků na hlášení míst pobytu nějakou dobu platnosti?

Ano, platnost každého porušení požadavků na hlášení míst pobytu nebo požadavků registru pro testování končí po 12 měsících od data, kdy se jej hráč dopustil. Hráč vedený v registru RTP nebo přesunutý do tohoto registru začíná s nulovým počtem porušení požadavků na hlášení míst pobytu.

Co je 60minutový časový úsek a musím zůstat na místě po celou hodinu?

V registru RTP musíte pro každý den označit určitý 60minutový časový úsek, kdy vás lze zastihnout za účelem testování. V registru TP musíte uvést tento úsek pro všechna období, kdy se neúčastníte organizované týmové činnosti (např. mimo sezónu, během dovolené nebo během léčby zranění). Musíte být k dispozici celých 60 minut, ale můžete být testováni kdykoli během tohoto časového úseku nebo mimo něj.



Všechny informace obsažené v této příručce, stejně jako další zdroje lze najít na adrese:

world.rugby/keeprugbyclean

Tento dokument je vzdělávací materiál. V případě jakéhokoli rozporu má přednost předpis 21 federace World Rugby.

