

# Blijf Negatief

## 2013

### DOPINGREGELS EN DOPINGLIJST



[WWW.100PROCENTDOPEFREE.NL](http://WWW.100PROCENTDOPEFREE.NL)



DOPING  
AUTORITEIT

## Blijf Negatief

Het leven van een topsporter draait om presteren. Doelen stellen en doelen behalen. Pieken op het juiste moment. Doorgaan waar anderen stoppen. Zorgen voor de optimale trainingsomstandigheden, de beste begeleiders, de nieuwste materialen en de juiste voeding. Want je hebt uiteindelijk maar één ultiem doel voor ogen: winnen!

Maar presteren gaat niet in een rechte lijn. Het komt met vallen en opstaan. Het ene moment kun je de hele wereld aan een maak je grote progressie, het andere moment loopt het niet zo als je wilt, raak je het gevoel kwijt en krijg je last van blessures. Dit zijn de momenten dat je echt getest wordt. Dat je moet laten zien uit welk hout je gesneden bent.

Want echte topsporters onderscheiden zich door hun doorzettingsvermogen. Door het maken van de juiste keuzes op de moeilijke momenten. Door te vertrouwen in hun eigen weg, zonder het gebruik van doping. Door positief te blijven, maar nooit positief te testen. Door de regels te kennen en zich aan de regels te houden. Want iemand die doping gebruikt, zal nooit een echte winnaar zijn.

Gebruik geen doping, ken de regels en blijf negatief. Want sport is veel te mooi voor doping!

## Inhoudsopgave

### Hoofdstuk 1.

<b>De dopingregels</b>	<b>6</b>
1.1 Het dopingreglement	6
1.2 De definitie van doping	6
1.3 Dopingovertredingen	6
1.4 Nationale Testing Pool	7
1.5 Internationale Testing Pool	8
1.6 Overige sporters	9
1.7 Geneesmiddelen altijd checken	9
1.8 Dispensatieprocedure	11
1.9 Opgeven van whereabouts	14
1.10 (Huis)arts en doping	15
1.11 Verdovingen	16
1.12 Eigen verantwoordelijkheid	16
1.13 Voedingssupplementen altijd checken	17
1.14 Alcohol en doping	18
1.15 Cannabis en doping	18
1.16 Sancties op individuele dopingovertredingen	19
1.17 Sancties op dopingovertredingen van een team	20
1.18 Minderjarige sporters	20
1.19 Verboden en verplichtingen van begeleiders	20
1.20 Wetgeving in het buitenland	21
1.21 Website Dopingautoriteit en e-mailservice	22
1.22 100% Dope Free	22

<b>Hoofdstuk 2.</b>	
<b>De WADA-dopinglijst</b>	<b>24</b>
2.1	Verboden binnen én buiten wedstrijdverband <b>24</b>
2.2	Verboden binnen wedstrijdverband <b>28</b>
2.3	Verboden in bepaalde sporten <b>29</b>
2.4	Specifieke stoffen <b>30</b>
<b>Hoofdstuk 3.</b>	
<b>Lijst toegestane geneesmiddelen</b>	<b>33</b>
<b>Hoofdstuk 4.</b>	
<b>De dopingcontroleprocedure</b>	<b>44</b>
4.1	Door wie worden dopingcontroles afgenomen? <b>44</b>
4.2	Urine, bloed of ademanalyse <b>44</b>
4.3	Binnen of buiten wedstrijdverband <b>44</b>
4.4	Op welke locatie kun je gecontroleerd worden? <b>45</b>
4.5	Uitgangspunt dopingcontrole <b>45</b>
4.6	De dopingcontroleprocedure via urine, stap-voor-stap <b>46</b>
4.7	Wat gebeurt er dan? <b>57</b>
4.8	Een positieve uitslag, wat dan? <b>57</b>
4.9	De dopingcontrole via bloed <b>58</b>
<b>Meer informatie</b>	<b>60</b>
<b>Colofon</b>	<b>60</b>



MARIANNE VOS

## Hoofdstuk 1. De dopingregels

### 1.1 Het dopingreglement

Elke sporter die is aangesloten bij een sportbond (via lidmaatschap of licentie), dan wel deelneemt aan een wedstrijd dient zich te houden aan het dopingreglement. Hierin staat onder meer beschreven wat de definitie van doping is en welke dopinglijst en sancties gehanteerd worden. Het dopingreglement is te vinden op **[www.dopingautoriteit.nl](http://www.dopingautoriteit.nl)**.

### 1.2 De definitie van doping

De officiële definitie van doping is de overtreding van één of meer specifieke artikelen uit het dopingreglement. In de praktijk verstaan we onder doping ook wel: stoffen en methoden die door WADA verboden zijn. WADA is het Wereld Anti-Doping Agentschap.

### 1.3 Dopingovertredingen

Het volgende is voor sporters verboden:

- **Aanwezigheid** van een of meer verboden stoffen in een urine- of bloedmonster van een sporter;
- **Gebruik** van een verboden stof en/of verboden methode;
- **Gebrekkige medewerking** (bijv. niet meewerken aan of tijdens een dopingcontrole);
- **Gebrekkige informatieverstrekking** door een sporter (bijv. het niet correct opgeven van contact- en verblijfsgegevens, de zogenaamde whereabouts);
- **Manipuleren** (bijv. rommelen met een urinemonster of het opzettelijk foutief aanleveren van whereabouts);

- **Bezit** (bijv. in het bezit zijn van een dopinggeduide stof zonder dispensatie);
- **Handel** (bijv. het verkopen van dopinggeduide stoffen);
- **Toediening** (bijv. het toedienen van een dopinggeduide stof aan een sporter);
- **Poging** tot het maken van één of meerdere van de bovengenoemde overtredingen.

#### 1.4 Nationale Testing Pool

Een groot deel van de dopingcontroles in Nederland wordt ingezet binnen de nationale Testing Pool. Als je in de Testing Pool zit, word je hiervan op de hoogte gesteld middels een brief van de Dopingautoriteit. In deze brief staat waaraan jij als lid van de Testing Pool dient te voldoen. Dit kunnen één of meerdere van de volgende verplichtingen zijn:

- Je moet ervoor zorgen dat de Dopingautoriteit altijd beschikt over je actuele woon- en correspondentieadres en je moet per kwartaal je zogenaamde whereabouts doorgeven aan de Dopingautoriteit (zie §1.9);
- Je moet voorafgaand aan het gebruik van geneesmiddelen waarin een dopinggeduid middel is verwerkt, of voor specifieke toedieningswijzen van dergelijke geneesmiddelen, dispensatie hebben verkregen (zie §1.8);
- Je moet jaarlijks deelnemen aan een voorlichtingsactiviteit van de Dopingautoriteit.

**Letop!** Pas wanneer je van de Dopingautoriteit een brief ontvangt waarin staat dat je uit de Testing Pool treedt, vervallen deze verplichtingen!

## 1.5 Internationale Testing Pool

Ook de meeste internationale federaties hebben een Testing Pool vastgesteld, vaak Registered Testing Pool genoemd. Sporters die hier deel van uitmaken, dienen ook aan de regels van hun internationale federatie te voldoen. Zo moeten zij dispensaties voor geneesmiddelen die op de dopinglijst staan in principe internationaal aanvragen, en dienen zij hun whereabouts meestal bij de internationale federatie aan te leveren. Deze regels kunnen echter per internationale federatie verschillen. Wil je weten of je in de internationale Testing Pool zit en wat voor jou de regels zijn, dan kun je dit navragen bij de internationale federatie, je sportbond, of de Dopingautoriteit.

**Let op!** Sommige sporters zitten zowel in de Testing Pool van de Dopingautoriteit als in die van de internationale federatie. Je hoeft echter slechts op één plaats je whereabouts op te geven. Leverde je in een eerder stadium bij de Dopingautoriteit je whereabouts aan, en de internationale federatie geeft aan dat je de whereabouts internationaal moet aanleveren, laat dit de Dopingautoriteit dan weten. De Dopingautoriteit zal je dan schriftelijk laten weten dat je de aanlevering bij de Dopingautoriteit niet meer hoeft te doen. De verplichting om wel of niet aan te leveren bij de Dopingautoriteit is altijd duidelijk middels een brief.



## 1.6 Overige sporters

Ook wanneer je niet in de Testing Pool zit geldt dat je altijd zelf verantwoordelijk bent voor wat zich in je lijf bevindt, dat je binnen én buiten wedstrijdverband kan worden gecontroleerd en dat je altijd mee moet werken aan de uitvoering van een dopingcontrole.

## 1.7 Geneesmiddelen altijd checken

Op de dopinglijst staan veel geneesmiddelen. Dit betekent dat deze middelen voor sporters niet zijn toegestaan. Dit geldt zowel voor geneesmiddelen op doktersrecept als voor geneesmiddelen die zonder recept verkrijgbaar zijn, bijv. bij de apotheek of drogist. Een sporter dient dan ook altijd het geneesmiddel voor gebruik te controleren op de aanwezigheid van een dopinggeduide stof. Dit kan op de volgende manieren:

- Staat het geneesmiddel op de lijst van toegestane geneesmiddelen (zie hoofdstuk 3)? Zo ja, dan is het (soms onder bepaalde voorwaarden) toegestaan.
- Staat het geneesmiddel niet op de lijst van toegestane geneesmiddelen? Dan is er een aantal mogelijkheden om na te gaan of het middel een dopinggeduide stof bevat:
- Raadpleeg je team- of bondsarts;
- Mail naar **dopingvragen@dopingautoriteit.nl** (zie verder §1.21);
- Vertel je apotheker dat je topsporter bent. Via een computerprogramma kan meestal worden bekeken of het middel een dopinggeduide stof bevat.

**Letop!** Soms kunnen geneesmiddelen in het buitenland onder dezelfde naam (en in dezelfde verpakking!) verkocht worden, terwijl de bestanddelen van elkaar verschillen!

## 1.8 Dispensatieprocedure

Het kan gebeuren dat je een (acute of chronische) aandoening hebt en behandeld moet worden met een geneesmiddel waar doping in zit, bijv. bij (inspannings)astma, diabetes of ADHD. Zit je in de (nationale of internationale) Testing Pool (zie §1.4/§1.5) dan ben je verplicht om voorafgaand aan het gebruik van zo'n geneesmiddel toestemming te hebben van de dispensatiecommissie. Zit je niet in de (nationale of internationale) Testing Pool en neem je ook geen deel aan wedstrijden die onder auspiciën van de internationale federatie vallen of aan wedstrijden in het buitenland, dan mag je dispensatie (Therapeutic Use Exemption; TUE) aanvragen nadat de stof bij een dopingcontrole is gevonden.

**Let op!** Ook dan moet je kunnen aantonen dat het medisch noodzakelijk was dat je het medicijn gebruikte. Wil je hierover van tevoren zekerheid, dan is het mogelijk om je dispensatie vooraf alvast te regelen. Je kunt hierover altijd contact opnemen met de Dopingautoriteit (§1.21).

### **Nationaal of internationaal dispensatie aanvragen?**

Sporters die in de internationale Testing Pool zitten moeten dispensatie aanvragen bij hun internationale federatie. Ook sporters die meedoen aan wedstrijden die vallen onder hun internationale federatie (bijv. WK's of World Cup wedstrijden) moeten hun dispensatie meestal aanvragen bij hun internationale federatie. De overige sporters kunnen

dispensatie aanvragen bij de 'Geneesmiddelen Dispensatie Sporter'-commissie (GDS-commissie). Op [www.dopingautoriteit.nl/GDS](http://www.dopingautoriteit.nl/GDS) staat de procedure beschreven.

Heeft je internationale federatie nog geen dispensatiecommissie, dan kun je dispensatie aanvragen bij de GDS-commissie. Twijfel je waar je je dispensatie aan moet vragen, neem dan contact op met de Dopingautoriteit (§1.21).

### **Hoe dien je een dispensatieverzoek in?**

Op [www.dopingautoriteit.nl/GDS](http://www.dopingautoriteit.nl/GDS) staat de procedure uitvoerig beschreven. Je dient de gegevens omtrent je medicatie digitaal in te vullen en het formulier uit te printen. Vervolgens stuur je het door jou en je arts ondertekende formulier op, samen met de relevante actuele medische documenten waaruit duidelijk blijkt dat je de aandoening hebt en dat toediening van het dopinggeduide geneesmiddel in die dosering noodzakelijk is. Zonder aanvullende medische informatie kan het dispensatieverzoek niet in behandeling worden genomen. Het afhandelen van een dispensatieverzoek door de 'Geneesmiddelen Dispensatie Sporter'-commissie duurt ongeveer 2 weken vanaf het moment dat de commissie alle noodzakelijke informatie/documentatie heeft ontvangen. Zorg dus dat je tijdig voorafgaand aan een wedstrijd of evenement dispensatie aanvraagt. Internationale federaties hanteren een termijn van 21 dagen voor het begin van een evenement.

## **Bewijs van toestemming**

Je ontvangt altijd schriftelijk een toestemmingsformulier als bewijs dat je een dopinggeduid geneesmiddel mag gebruiken. In de meeste gevallen mag je het geneesmiddel pas gaan gebruiken als je dit toestemmingsformulier hebt ontvangen. Het is aan te bevelen altijd een kopie van het toestemmingsformulier bij je te dragen. Deze kun je afgeven aan de dopingcontroleofficial tijdens een dopingcontrole.

## **Medisch noodgeval**

Er kan sprake zijn van een noodgeval of een acute medische noodzaak waardoor je een dopinggeduid geneesmiddel moet gebruiken voordat je hiervoor officieel toestemming hebt ontvangen. Je moet dan zo spoedig mogelijk na aanvang van het gebruik (maar uiterlijk binnen 10 werkdagen) een dispensatie indienen. Deze kun je dan nog met terugwerkende kracht krijgen. Regel je dit te laat (na 10 werkdagen) en test je positief, dan bepaalt de tuchtcommissie van de sportbond of de positieve uitslag gevolgen zal hebben.

## **Glucocorticosteroïden**

Voor een specifieke groep ontstekingsremmers, de glucocorticosteroïden, is het afhankelijk van de toedieningswijze of er een dispensatie aangevraagd dient te worden. Een dispensatie is vereist wanneer glucocorticosteroïden oraal (het middel wordt ingeslikt), rectaal (via de anus ingebracht), intraveneus (in een ader) of intramusculair (in een spier) worden toegediend. Andere toedieningswijzen zijn toegestaan.

## DISPENSATIE VEREIST

Toedieningswijze	Omschrijving
<b>Oraal</b>	Het middel wordt ingeslikt
<b>Intraveneus</b>	In een ader
<b>Intramusculair</b>	In een spier
<b>Rectaal</b>	Via de anus ingebracht

## TOEGESTAAN

Toedieningswijze	Omschrijving
<b>Intra-articulair</b>	In een gewricht
<b>Peri-articulair</b>	Rondom een gewricht
<b>Peritendineus</b>	Rondom een pees
<b>Epiduraal</b>	Op of buiten het vlies van het ruggenmerg
<b>Intradermaal</b>	In de huid
<b>Per inhalatie</b>	Via de luchtweg (het middel wordt ingeademd)
<b>Auriculair</b>	In het oor
<b>Buccaal</b>	Via de binnenkant van de wang
<b>Dermatologisch*</b>	Op de huid
<b>Gingivaal</b>	In of op het tandvlees
<b>Nasaal</b>	In de neus
<b>Oculair</b>	In of op het oog
<b>Peri-anaal</b>	Rondom de anus

*\*(incl. iontoforese en fonoforese)*

## 1.9 Opgeven van whereabouts

Voor een goed antidopingbeleid is het van belang ook buiten wedstrijdverband, dus tijdens trainingskampen, thuis of op een trainingslocatie, dopingcontroles uit te voeren. Sporters in de Testing Pool zijn daarom verplicht om periodiek hun contact- en verblijfsgegevens aan te leveren en voortdurend up-to-date te houden: de zogenaamde whereabouts. Zij worden hierover in een brief uitgebreid voorgelicht.

Sporters die whereabouts aanleveren dienen per kwartaal in elk geval de volgende informatie aan te leveren:

- Een correct en actueel postadres, waar de sporter ook bij verblijf in het buitenland post kan (laten) ophalen en (laten) lezen;
- Voor elke dag het volledige adres van de locatie waar de sporter verblijft. Dit kan een thuislocatie zijn, maar ook de locatie van een hotel op een trainingslocatie, of het adres van ouders of partner;
- Voor elke dag het 1-hour time slot (het Uur): voor een aaneengesloten periode van zestig minuten een specifieke locatie waarop de sporter zeker beschikbaar is voor een dopingcontrole;
- Het wedstrijdschema van de sporter inclusief de adressen van de wedstrijdlocaties;
- De namen en adressen van locaties waar de sporter reguliere activiteiten uitvoert, zoals trainen, werken en/of studeren;
- De tijdstippen waarop deze reguliere activiteiten plaatsvinden.

Het niet goed en/of tijdig aanleveren van whereabouts leidt tot een foutieve inzending ofwel filing failure. Het niet beschikbaar zijn op de in het 1-hour time slot aangegeven plek leidt tot een missed test. Wanneer een sporter binnen 18 maanden drie keer een filing failure en/of een missed test begeeft, is dat een overtreding van het dopingreglement. Hierop staat een sanctie van 1 tot 2 jaar schorsing.

Levert een sporter opzettelijk frauduleuze, incorrecte, onnauwkeurige en/of misleidende informatie aan, dan wordt dit beschouwd als manipuleren.

**Let op!** Je bent ook verplicht aan dopingcontroles mee te werken die buiten het 1-hour time slot worden uitgevoerd! Bij niet-meewerken aan een dopingcontrole buiten het 1-hour time slot is sprake van een overtreding van het dopingreglement.

### **1.10 (Huis)arts en doping**

Niet alle (huis)artsen zijn (volledig) op de hoogte van de dopingregels en de verplichtingen die deze met zich meebrengen voor de sporter. Neem daarom altijd de lijst van toegestane geneesmiddelen mee als je naar de (huis)arts gaat. Staat het geneesmiddel niet op de toegestane lijst, raadpleeg dan je team- of bondsarts of mail naar **dopingvragen@dopingautoriteit.nl**.

Indien je een geneesmiddel moet gebruiken dat op de dopinglijst staat, en je zit in de Testing Pool, dan moet je hiervoor een dispensatieverzoek indienen (zie §1.8). Een arts is

wettelijk verplicht het medisch dossier van een patiënt (de sporter) vrij te geven indien de patiënt hierom vraagt (art. 7:456 BW).

### 1.11 Verdovingen

Lokale anaesthetica (lokale pijnstillers of verdovingen) zijn toegestaan. Ook lokale verdovingen in combinatie met adrenalineachtige stoffen zijn toegestaan.

**Let op!** Sommige KNO (Keel-, Neus- en Oor)- artsen gebruiken verdovingen in combinatie met cocaïneachtige stoffen. Deze zijn niet toegestaan.

Indien van tevoren bekend is dat je een behandeling met verdoving moet ondergaan, bespreek dan met de behandelend arts welke verdoving kan worden toegepast. Indien je onverwacht verdoofd moet worden, vraag dan altijd achteraf welke verdovende stoffen gebruikt zijn en noteer deze. Als blijkt dat de verdovende stof inderdaad op de WADA-dopinglijst voorkomt, dien je binnen tien werkdagen de dispensatie voor het gebruik van de stof aan te vragen bij de dispensatiecommissie (zie §1.8).

### 1.12 Eigen verantwoordelijkheid

Het kan niet vaak genoeg gezegd worden: je bent zelf verantwoordelijk voor alle verboden stoffen of afbraakproducten van verboden stoffen die in je urine of bloed worden aangetroffen. Het is de persoonlijke plicht van elke sporter ervoor



te zorgen dat geen verboden stoffen en/of afbraakproducten daarvan in zijn/haar lichaam binnenkomen. Er hoeft geen opzet, schuld, nalatigheid, onzorgvuldigheid, of bewust gebruik door de sporter te worden aangetoond om een dopingovertreding volgens het dopingreglement te kunnen vaststellen.

### **1.13 Voedingssupplementen altijd checken**

Uit onderzoek blijkt steeds weer dat voedingssupplementen dopinggeduide stoffen kunnen bevatten, zonder dat dit op het etiket vermeld staat. Dit kan leiden tot een positieve uitslag bij een dopingcontrole.

NOC\*NSF, de brancheorganisatie Natuur- & Gezondheids-Producten Nederland (NPN) en de Dopingautoriteit hebben om deze reden het Nederlands Zekerheidssysteem Voedingssupplementen Topsport (NZVT) opgezet. In dit systeem worden supplementen volgens specifieke kwaliteitseisen geproduceerd en speciaal gecontroleerd op de aanwezigheid van dopinggeduide stoffen. Supplementen die aan al deze eisen voldoen, worden op een website geplaatst: **[www.dopingautoriteit.nl/NZVT](http://www.dopingautoriteit.nl/NZVT)**.

Je wordt aangeraden slechts die supplementen te gebruiken die op de NZVT-website gepubliceerd staan, omdat alleen deze supplementen de hoogst mogelijke zekerheid op een dopingvrij product bieden.

**Let op!** Deze zekerheid geldt alleen voor de specifieke product-batch combinaties op de website. Check altijd de website voor de meest recente lijst met gecontroleerde supplementen.

Gebleken is dat een klein aantal producenten van voedings-supplementen beweert dat hun supplementen aan dezelfde kwaliteitseisen voldoen als de producten op de website, zonder dat deze producenten zich bij het NZVT hebben aangesloten. Het is dus erg belangrijk om de website in de gaten te houden. Inmiddels is er een aantal producenten dat het NZVT-logo op haar producten mag voeren, omdat zij iedere batch van dat product laten testen.

### **1.14 Alcohol en doping**

Bij een aantal sportbonden is het verboden alcohol te gebruiken binnen wedstrijdverband. Detectie wordt uitgevoerd door adem- en/of bloedanalyses en bij een concentratie van meer dan 0,10 g/l (bloedwaarde) is er sprake van een positieve test. Het verbod geldt voor de volgende sporten: autosport, handboogschieten, karate, luchtvaart, motorsport, powerboaten.

### **1.15 Cannabis en doping**

Het is voor alle sporters verboden cannabinoïden (bijv. hasj, marihuana) te gebruiken binnen wedstrijdverband. THC, de werkzame stof van cannabis, wordt echter gemakkelijk in de vetreserves van het lichaam opgeslagen en daarom duurt het lang voordat het compleet uit het lichaam verdwenen is. De hoeveelheid die in vet opgeslagen wordt hangt af van de hoeveelheid, de frequentie en de sterkte van het gebruikte cannabisproduct. Bij zwaar gebruik kan cannabis tot zo'n anderhalve

maand in de urine aantoonbaar zijn. Bij onregelmatig gebruik kan het tien of meer dagen duren. Deze tijdsduur geeft echter geen volledige zekerheid. Er is wel eens THC in urine aangetroffen 3 maanden nadat met het gebruik gestopt was.

**Let op!** Het advies aan sporters is om helemaal geen cannabis te gebruiken. Bij de opsporing van THC in de urine wordt een detectielimiet gehanteerd. Pas als de waarde in de urine hierboven stijgt is sprake van een overtreding. De kans dat je deze waarde als gevolg van meerroken overschrijdt is echter zeer klein.

### **1.16 Sancties op individuele dopingovertredingen**

Bij een eerste dopingovertreding wordt een sanctie opgelegd die kan variëren van een waarschuwing tot vier jaar schorsing, afhankelijk van meerdere factoren (waaronder de stof waarop de sporter positief test en de mate van schuld van de sporter). In de periode dat een sporter geschorst is, mag hij of zij niet deelnemen aan wedstrijden, trainingen of activiteiten binnen de sportbond, inclusief de aangesloten clubs of teams. Indien de dopingovertreding binnen wedstrijdverband heeft plaatsgevonden, leidt dit tevens tot diskwalificatie van het behaalde individuele resultaat in die wedstrijd en dienen het eventuele prijzengeld, medailles en punten te worden ingeleverd. Deze sancties worden door alle (inter)nationale sportbonden overgenomen. Een sporter kan dus ook niet uitkomen voor een andere sportbond (ook niet als trainer of begeleider).

### **1.17 Sancties op dopingovertredingen van een team**

Indien meer dan twee sporters binnen een team een dopingovertreding hebben begaan, is het mogelijk dat het gehele team wordt gediskwalificeerd of op andere wijze wordt gesanctioneerd.

### **1.18 Minderjarige sporters**

De dopingregels van een sportbond zijn ook van toepassing op minderjarige sporters (sporters onder de 18 jaar). De verplichtingen voor meerderjarige en minderjarige sporters zijn dan ook gelijk. Echter, voor minderjarigen geldt dat zij een begeleider de toiletruimte mee in mogen nemen.

Voor sporters onder de 16 jaar geldt dat een wettelijk vertegenwoordiger toestemming moet verlenen voor het verwerken van de persoonsgegevens van de betreffende sporter. Bij het indienen van een dispensatieverzoek door een sporter onder de 16 jaar is, naast de handtekening van de sporter zelf, ook de handtekening van een ouder of voogd verplicht.

### **1.19 Verboden en verplichtingen van begeleiders**

De rol van begeleiders staat uitgebreid in het dopingreglement beschreven. Onder het begrip begeleiders vallen bijv. de trainer/coach, het (para)medisch personeel, zoals artsen, fysiotherapeuten, verzorgers, maar ook managers en alle andere personen die op welke wijze dan ook een sporter tijdens zijn/haar sportcarrière begeleiden. Het is een begeleider

verboden de volgende handelingen uit te voeren: het niet of onvoldoende meewerken aan een dopingcontrole, manipuleren, het in het bezit hebben en de toediening van dopinggeduide stoffen zonder geldige reden en handelen in dopinggeduide stoffen. Daarnaast hebben begeleiders een aantal verantwoordelijkheden meegekregen: zij dienen sporters op de hoogte te brengen van de dopinglijst; zij zijn verplicht op de hoogte te zijn van de regels; zij zijn verplicht medewerking te verlenen aan dopingcontroles; en begeleiders zijn verplicht de houding van sporters ten aanzien van doping gunstig te beïnvloeden. Indien een begeleider een van de dopingregels overtreedt, kunnen zware sancties volgen, variërend van twee jaar tot een levenslang verbod op het uitoefenen van functies binnen de bond. Het verbod wordt door alle (inter)nationale sportbonden overgenomen.

### **1.20 Wetgeving in het buitenland**

In Nederland is de dopingregelgeving in de vorm van een reglement opgenomen in de regelgeving van de sportbond. In sommige landen, zoals Frankrijk, Italië en België, is de dopingregelgeving vastgelegd bij wet. Dit betekent dat de aanpak van de dopingproblematiek niet alleen de verantwoordelijkheid is van de sportbond, maar ook die van de overheid. Een sporter of begeleider die de dopingwet overtreedt, kan justitieel vervolgd worden. Ter voorkoming van problemen in het buitenland is het aan te raden om een aantal voorzorgsmaatregelen te nemen. Neem bijv. altijd je (genees)middelen in de originele verpakking mee. Dit geldt ook voor

sportdranken. Indien je van de internationale of nationale dispensatiecommissie schriftelijk toestemming hebt gekregen een dopinggeïdentificeerd geneesmiddel te gebruiken (dispensatie/TUE), neem deze toestemming dan altijd mee!

### **1.21 Website Dopingautoriteit en e-mailservice**

Wil je extra informatie over de dopingregels, de risico's van onbewust dopinggebruik, of de voorlichtingsmaterialen, bekijk dan de website van de Dopingautoriteit: **[www.dopingautoriteit.nl](http://www.dopingautoriteit.nl)**. Heb je een vraag, mail deze dan naar: **[dopingvragen@dopingautoriteit.nl](mailto:dopingvragen@dopingautoriteit.nl)**. E-mails worden binnen één werkdag beantwoord.

### **1.22 100% Dope Free**

100% Dope Free is een campagne tegen doping. Het is een manier van leven waarbij je zelf de verantwoordelijkheid neemt voor een dopingvrije sport. Steun dit initiatief, teken het statement tegen doping en draag het uit. Want sport is veel te mooi voor doping!

Meer informatie over de campagne kun je vinden op: **[www.100procentdopefree.nl](http://www.100procentdopefree.nl)**.



## Hoofdstuk 2. De WADA-dopinglijst

De WADA-dopinglijst bestaat uit drie delen. Onder ieder deel staan groepen van stoffen en/of methoden beschreven die verboden zijn. De stoffen die als voorbeeld worden genoemd vormen geen volledige opsomming van alle verboden stoffen. De dopinglijst wordt elk jaar op 1 januari van kracht, uitzonderingen daargelaten.

### 2.1 Verboden binnen én buiten wedstrijdverband

De dopinggeduide stoffen en methoden die tot deze groep behoren zijn langdurend werkzaam en daarom zowel binnen als buiten wedstrijdverband verboden.

#### Verboden stoffen

##### S0. Niet erkende stoffen

Elke farmacologische stof die niet behoort tot een van de volgende paragrafen van de lijst en die niet is goedgekeurd door een overheidsgerelateerde gezondheidsautoriteit voor menselijk therapeutisch gebruik, is te allen tijde verboden.

**Reden gebruik:** afhankelijk van stof

**Risico's:** onbekend, en daarom zeer gevaarlijk

##### S1. Anabole middelen

Bijv. nandrolon, stanozolol, clenbuterol



**Reden gebruik:** spiermassa ↑, spierkracht ↑

**Risico's:** Bij mannen o.a. borstvorming, impotentie, onvruchtbaarheid, leverfunctiestoornissen, agressie ↑, hart- en vaatziekten  
Bij vrouwen o.a. stemverlaging, borstverkleining, lichaamsbehairing ↑, vermannelijking, agressie ↑, hart- en vaatziekten

## S2. Peptide hormonen, groeifactoren en verwante stoffen

*Bijv. erythropoëtine (EPO), groeihormoon (GH)*

**Reden gebruik:** afhankelijk van de stof. **EPO:** duurvermogen ↑ **GH:** spiermassa ↑ vetverbranding ↑

**Risico's:** afhankelijk van de stof. **EPO:** o.a. hoofdpijn, griepverschijnselen, longembolie, hersenbloedingen. **GH:** o.a. vochtophoping, spier- en gewrichtspijnen, vergroeide lichaamsdelen.

## S3. Bèta-2 agonisten

*Bijv. terbutaline, fenoterol*

**Reden gebruik:** stimulerende werking zenuwstelsel, spieropbouw bij hoge doseringen

**Risico's:** o.a. misselijkheid, duizeligheid, beven

**Let op!** Veel astmamedicatie bevat bèta-2 agonisten. Salmeterol is alleen toegestaan per inhalatie. Salbutamol is alleen toegestaan per inhalatie met een maximum van 1600

microgram per 24 uur. Formoterol is alleen toegestaan per inhalatie met een maximum van 54 microgram per 24 uur.

#### S4. Hormoon- en metabole modulators

*Bijv. clomifeen, tamoxifen, insuline*

**Reden gebruik:** vergroten de spieropbouwende werking van anabole middelen

**Risico's:** afhankelijk van stof. **Clomifeen:** o.a. wazig zicht, dubbel zien, duizeligheid, depressies. **Tamoxifen:** o.a. misselijkheid, opvliegingen, braken, depressies. **Insuline:** o.a. bloedsuikerspiegel ↓, coma

#### S5. Diuretica en andere maskerende middelen

*Bijv. diuretica (o.a. furosemide, spironolacton), probenecide en middelen die het plasmavolume vergroten (o.a. HES)*

**Reden gebruik:** deze middelen kunnen het gebruik van andere dopinggeduide stoffen verdoezelen.

**Diuretica:** verminderen de uitscheiding van dopinggeduide stoffen, afvallen. **HES:** verlaging van verschillende bloedwaarden

**Risico's:** afhankelijk van de stof. **Diuretica:** o.a. oververhitting, verzuring van de spieren, hartritme stoornissen, spierkrampen. **HES:** hartritme stoornissen, bloeddruk ↓

**Let op!** Als er een dispensatie wordt aangevraagd voor een diureticum of ander maskerend middel, en de sporter gebruikt ook een ander middel waarvoor grenswaarden gelden (bijv. salbutamol of pseudo-efedrine), dan dient dispensatie te worden aangevraagd voor beide middelen (zie §1.8).

## Verboden methoden

### M1. Bloedmanipulaties

Bloeddoping en middelen die de opname, het transport of de afgifte van zuurstof verbeteren.

**Reden gebruik:** duurvermogen ↑

**Risico's:** afhankelijk van de methode

**Bloeddoping:** o.a. bloedstolsels, koorts, nierschade, hartinfarct

### M2. Chemische en fysieke manipulatie

Manipulatie van het urinemonster tijdens of na de dopingcontroleprocedure (bijv. verwisseling van urinemonsters) en het aanbrengen van een infuus. Een infuus is alleen toegestaan wanneer legitiem toegediend vanwege een klinisch onderzoek of ziekenhuisopname.

### M3. Genetische doping

Wanneer de sportprestatie ermee verbeterd kan worden, zijn verboden:

- de overdracht van polymeren van nucleïnezuren of nucleïnezuursequenties;
- het gebruik van normale of genetisch gemodificeerde cellen.

## 2.2 Verboden binnen wedstrijdverband

De dopinggeduide stoffen en methoden die tot deze groep behoren zijn kortdurend werkzaam en daarom alleen binnen wedstrijdverband verboden.

### S6. Stimulantia

Bijv. amfetaminen, (pseudo-)efedrines, methylfenidaat, cocaïne, XTC, DMAA (methylhexanamine)

**Reden gebruik:** alertheid↑, vermoeidheid↓, hartslag↑

**Risico's:** o.a. hartkloppingen, beven, inschattingsvermogen↓, verslaving

**Let op!** DMAA was tot augustus 2012 de enige dopinggeduide stof die legaal in voedingssupplementen mocht zitten. Sindsdien zijn alle producten met DMAA door de Nederlandse Voedsel- en Warenautoriteit (NVWA) officieel uit de handel genomen.

### S7. Narcotica

Bijv. methadon, morfine

**Reden gebruik:** pijnstillend, verdovend

**Risico's:** o.a. slaperigheid↑, duizelingen, misselijkheid, verslaving

### S8. Cannabinoïden

*Bijv. hasj, marihuana*

**Reden gebruik:** ontspanning

**Risico's:** concentratievermogen ↓, duizeligheid, depressie, wazig zien

## S9. Glucocorticosteroïden

*Bijv. budesonide, prednison, beclometason*

**Reden gebruik:** ontstekingsremmers

**Risico's:** o.a. psychische stoornissen, hoofdpijn, botdichtheid ↓

**Let op!** De meeste toepassingen met glucocorticosteroïden zijn niet verboden. Een dispensatie is vereist wanneer glucocorticosteroïden oraal, rectaal, intraveneus of intramusculair worden toegediend. Andere toedieningswijzen zijn toegestaan (zie §1.8).

## 2.3. Verboden in bepaalde sporten

### P1. Alcohol

*Ethanol*

**Reden gebruik:** ontspanning

**Risico's:** o.a. coördinatie ↓, beoordelingsvermogen ↓, leverstoornissen

Alcohol (ethanol) is in de volgende sporten verboden binnen wedstrijdverband, bij een concentratie van meer dan 0,10 g/l (bloedwaarde): autosport, handboogschieten, karate, luchtvaart, motorsport, powerboaten.

## P2. Bètablokkers ( $\beta$ -receptorblokkerende stoffen)

*Bijv. atenolol, propranolol*

**Reden gebruik:** hartslag↓, bloeddruk↓

**Risico's:** o.a. vermoeidheid, slaapstoornissen, depressie

Bètablokkers zijn in de volgende sporten verboden (uitsluitend binnen wedstrijdverband, tenzij anders staat aangegeven): autosport, biljarten (alle disciplines), darts, golf, handboog-schieten (ook buiten wedstrijdverband verboden), schieten (ook buiten wedstrijdverband verboden) en skiën/snowboarden (schansspringen, free style (aerials en halfpipe) en snowboarden (half pipe en big air)).

### 2.4 Specifieke stoffen

Indien je positief test op een specifieke stof maar kunt aantonen hoe een middel in je lichaam terecht is gekomen én dat het gebruik van die stof niet tot doel had de sportprestatie te verbeteren, dan kan afhankelijk van de mate van schuld van de sporter, een minder zware sanctie worden opgelegd. Dit varieert van een waarschuwing of berisping tot een sanctie van één jaar bij een eerste overtreding.

Alle stoffen op de dopinglijst zijn specifiek, behalve:

- anabole middelen;
- peptide hormonen, groeifactoren en verwante stoffen;
- sommige hormoon- en metabole modulators;
- sommige stimulantia (bijv. amfetamine, XTC, cocaïne, modafinil);
- de stoffen die genoemd worden in de sectie 'Verboden methoden'.

# Blijf Negatief

## 2013

**TOEGESTANE  
GENEESMIDDELEN  
EN PROCEDURE**



[www.100percentdopefree.nl](http://www.100percentdopefree.nl)



**DOPING  
AUTORITEIT**



EPKE ZONDERLAND



## Hoofdstuk 3. Lijst toegestane geneesmiddelen

Hieronder tref je een lijst aan van veel gebruikte geneesmiddelen die (soms onder bepaalde voorwaarden) zijn toegestaan. De lijst is per "klacht/kwaal" gerangschikt. Als eerste wordt de naam genoemd waaronder het geneesmiddel te koop is; tussen haakjes is de werkzame stof vermeld (maar alleen als die verschilt van de merknaam). Sommige toedieningswijzen van deze geneesmiddelen zijn echter alleen toegestaan met een dispensatie. Voor meer info zie: [www.dopingautoriteit.nl/GDS](http://www.dopingautoriteit.nl/GDS).

Bij het opstellen van deze lijst is de uiterste zorgvuldigheid betracht. Noch de KNMP (Koninklijke Nederlandse Maatschappij ter bevordering der Pharmacie), noch de Dopingautoriteit kan enigerlei aansprakelijkheid aanvaarden voor eventuele schade die zou kunnen voortvloeien uit typefouten, tussentijdse wijzigingen in de lijst of andere onjuistheden.

### Tekstverwijzingen

- 1 Glucocorticosteroïden zijn verboden wanneer oraal (het geneesmiddel wordt ingeslikt), intraveneus (in een ader), intramusculair (in een spier), of rectaal (via de anus ingebracht) toegediend.
- 2 Salbutamol is alleen toegestaan per inhalatie met een maximum van 1600 microgram per 24 uur.
- 3 Formoterol is alleen toegestaan per inhalatie met een maximum van 54 microgram per 24 uur.
- 4 Salmeterol is alleen toegestaan per inhalatie.
- 5 Lokaal werkende preparaten van epinefrine (adrenaline) zijn toegestaan (bijv. nasaal, oogheelkundig, maar ook tandheelkundig).

**Aambeien**

- Epianal (*lauromacrogol 400, natriumoleaat*)  
 Hydrocortison vaselinecrème FNA (*hydrocortisonacetaat*)<sup>1</sup>  
 Lidocaïne vaselinecrème FNA (*lidocaïne*)  
 Theranal (*bismutsubnitraat, zinkoxide, lidocaïne*)  
 Zinksulfaat Vaselinecrème FNA (*zinksulfaat*)

**Acne**

- Acid A Vit (*tretinoïne*)  
 Acnecare (*tretinoïne, miconazol*)  
 Benzac (*benzoylperoxide*)  
 Benzoylperoxide  
 Differin (*adapaleen*)  
 Isotretinoïne  
 Roaccutane (*isotretinoïne*)  
 Salicylzuur  
 Tretinoïne  
 Vesanoid (*tretinoïne*)

**Allergie**

- Aerius (*desloratadine*)  
 Allerfre (*loratadine*)  
 Allergodil (*azelastine*)  
 Atarax (*hydroxyzine*)  
 Avamys (*fluticason*)<sup>1</sup>  
 Azelastine  
 Beclometason <sup>1</sup>  
 Budesonide <sup>1</sup>  
 Cetirizine  
 Claritine (*loratadine*)  
 Cromoglicaat (*cromoglicinezuur*)  
 Dasselta (*desloratadine*)

- Desloratadine  
 Flixonase (*fluticason*)<sup>1</sup>  
 Hooikoortstablet Cetirizine (*cetirizine*)  
 Hydroxyzine  
 Kestine (*ebastine*)  
 Ketotifen  
 Levocetirizine  
 Livocab (*levocabastine*)  
 Lomudal (*cromoglicinezuur*)  
 Lomusol (*cromoglicinezuur*)  
 Loratadine  
 Mizollen (*mizolastine*)  
 Nasacort (*triamcinolon*)<sup>1</sup>  
 Nasonex (*mometason*)<sup>1</sup>  
 Opatanol (*olopatadine*)  
 Polaramine (*dexchlorfeniramine*)  
 Prevalin (*cromoglicinezuur*)  
 Prevalin Allerstop (*cetirizine*)  
 Promethazine  
 Reactine (*cetirizine*)  
 Rhinocort (*budesonide*)<sup>1</sup>  
 Semprex (*acrivastine*)  
 Syntaris (*flunisolide*)<sup>1</sup>  
 Tavegyl (*clemastine*)  
 Telfast (*fexofenadine*)  
 Tilade (*nedocromil*)  
 Tinset (*oxatomide*)  
 Xyzal (*levocetirizine*)  
 Zaditen (*ketotifen*)  
 Zyrtec (*cetirizine*)

**Angst**

- Alprazolam  
 Bromazepam  
 Chloordiazepoxide  
 Clobazam  
 Clorazepaat (*clorazepinezuur*)  
 Clorazepaatdikalium  
 Diazepam  
 Frisium (*clobazam*)  
 Lorazepam

Oxazepam  
 Reapam (*prazepam*)  
 Seresta (*oxazepam*)  
 Stesolid (*diazepam*)  
 Temesta (*lorazepam*)  
 Tranxène (*clorazepinezuur*)  
 Valdispert (*valeriaanextract*)  
 Valeriaan  
 Xanax (*alprazolam*)

### Antibiotica

Amoxicilline  
 Augmentin (*amoxicilline, clavulaanzuur*)  
 Avelox (*moxifloxacin*)  
 Azitromycine  
 Bactrimel (*co-trimoxazol*)  
 Broxil (*feneticilline*)  
 Ceclor (*cefaclor*)  
 Cedax (*ceftibuten*)  
 Ciprofloxacin  
 Ciproxin (*ciprofloxacin*)  
 Co-trimoxazol  
 Doxycycline  
 Erythrocin (*erytromycine*)  
 Erytromycine  
 Fenoxymethylpenicilline  
 Floxapen (*flucloxacilline*)  
 Flucloxacilline  
 Forcid (*amoxicilline, clavulaanzuur*)  
 Fucidin (*fusidinezuur*)  
 Furabid (*nitrofurantoïne*)  
 Furadantine (*nitrofurantoïne*)  
 Keforal (*cefalexine*)  
 Klacid (*claritromycine*)  
 Minocycline

Mycobutin (*rifabutine*)  
 Nitrofurantoïne  
 Norfloxacin  
 Ofloxacin  
 Penidural (*benzylpenicilline*)  
 Pipram (*pipemidinezuur*)  
 Rifadin (*rifampicine*)  
 Rifampicine  
 Roxitromycine  
 Tarivid (*ofloxacin*)  
 Tavanic (*levofloxacin*)  
 Tetracycline  
 Trimethoprim  
 Zinnat (*cefuroxim*)  
 Zithromax (*azitromycine*)

### Anticonceptie

Voor vrouwen alle toegestaan

### Astma/bronchitis

Airomir (*salbutamol*)<sup>2</sup>  
 Alvesco (*ciclesonide*)<sup>1</sup>  
 Atimos (*formoterol*)<sup>3</sup>  
 Atrovent (*ipratropium*)  
 Avamys (*fluticason*)<sup>1</sup>  
 Beclometason<sup>1</sup>  
 Combivent (*salbutamol, ipratropium*)<sup>2</sup>  
 Flixonase (*fluticason*)<sup>1</sup>  
 Flixotide (*fluticason*)<sup>1</sup>  
 Foradil (*formoterol*)<sup>3</sup>  
 Formoterol<sup>3</sup>  
 Foster (*formoterol, beclometason*)<sup>1 3</sup>  
 Ipramol (*salbutamol, ipratropium*)<sup>2</sup>  
 Ipraxa (*ipratropium*)  
 Lomudal (*cromoglicinezuur*)  
 Oxis (*formoterol*)<sup>3</sup>  
 Pulmicort (*budesonide*)<sup>1</sup>  
 Qvar (*beclometason*)<sup>1</sup>

Rhinocort (*budesonide*)<sup>1</sup>  
 Ribupir (*budesonide*)<sup>1</sup>  
 Salbutamol<sup>2</sup>  
 Seretide (*salmeterol, fluticason*)<sup>1 4</sup>  
 Serevent (*salmeterol*)<sup>4</sup>  
 Singulair (*montelukast*)  
 Spiriva (*tiotropium*)  
 Symbicort (*formoterol, budesonide*)<sup>1 3</sup>  
 Theolair (*theofylline*)  
 Tilade (*nedocromil*)  
 Ventolin (*salbutamol*)<sup>2</sup>

### **Cholesterolverlagende middelen**

Atorvastatine  
 Bezalip (*bezafibraat*)  
 Cholestagel (*colesevelam*)  
 Colestyramine  
 Complamin (*xantinolnicotinaat*)  
 Crestor (*rosuvastatine*)  
 Ezetrol (*ezetimib*)  
 Fluvastatine  
 Gemfibrozil  
 Inegy (*ezetimib, simvastatine*)  
 Lescol (*fluvastatine*)  
 Lipitor (*atorvastatine*)  
 Lopid (*gemfibrozil*)  
 Modalim (*ciprofibrat*)  
 Nedios (*acipimox*)  
 Omacor (*omega-3-olie*)  
 Pravafenix (*pravastatine, fenofibrat*)  
 Pravastatine  
 Questran (*colestyramine*)  
 Selektine (*pravastatine*)  
 Simvastatine

Tredaptive (*nicotinezuur, laropirant*)  
 Zocor (*simvastatine*)

### **Depressie**

Amitriptyline  
 Anafranil (*clomipramine*)  
 Aurorix (*moclobemide*)  
 Cipramil (*citalopram*)  
 Citalopram  
 Clomipramine  
 Cymbalta (*duloxetine*)  
 Efexor (*venlafaxine*)  
 Fevarin (*fluvoxamine*)  
 Fluoxetine  
 Fluvoxamine  
 Imipramine  
 Lexapro (*escitalopram*)  
 Maprotiline  
 Moclobemide  
 Nortrilen (*nortriptyline*)  
 Paroxetine  
 Prothiaden (*dosulepine*)  
 Prozac (*fluoxetine*)  
 Remeron (*mirtazapine*)  
 Sarotex (*amitriptyline*)  
 Seroxat (*paroxetine*)  
 Sinequan (*doxepine*)  
 Tolvon (*mianserine*)  
 Trazolan (*trazodon*)  
 Tryptizol (*amitriptyline*)  
 Valdoxan (*agomelatine*)  
 Zoloft (*sertraline*)  
 Wellbutrin (*bupropion*)

### **Diabetes mellitus**

Actos (*pioglitazon*)  
 Amaryl (*glimepiride*)  
 Eucreas (*vildagliptine*)  
 Glibenclamide  
 Gliclazide  
 Glucobay (*acarbose*)

Januvia (*sitagliptide*)  
 Metformine  
 Novonorm (*repaglinide*)  
 Onglyza (*saxagliptine*)  
 Tolbutamide  
 Trajenta (*linagliptine*)

### Diarree

Arestal (*loperamide oxide*)  
 Diacure (*loperamide*)  
 Imodium (*loperamide*)  
 Loperamide  
 Norit (*geactiveerde kool*)  
 Orale rehydratievloeistoffen

### Eczeem

Betamethason 1  
 Betnelan (*betamethason*) 1  
 CalmuridHC (*hydrocortison, ureum*) 1  
 Cutivate (*fluticason*) 1  
 Dermovate (*clobetasol*) 1  
 Diprolene (*betamethason*) 1  
 Diprosalic (*betamethason, salicylzuur*) 1  
 Diprosone (*betamethason*) 1  
 Elidel (*pimecrolimus*)  
 Elocon (*mometason*) 1  
 Emovate (*clobetasol*) 1  
 Ibaril (*desoximetason*) 1  
 Locacorten (*flumetason*) 1  
 Locasalen (*flumetason*) 1  
 Locoid (*hydrocortison*) 1  
 Mometason 1  
 Nerisona (*diflucortolon*) 1  
 Protopic (*tacrolimus*)  
 Topicorte O/W (*desoximetason*) 1  
 Triamcinolon 1

### Epilepsie

Carbamazepine  
 Depakine (*valproïnezuur*)  
 Diacomit (*stiripentol*)  
 Diphantoïne (*fenytoïne*)  
 Ethymal (*ethosuximide*)  
 Fenobarbital  
 Fenytoïne  
 Inovelon (*rufinamide*)  
 Keppra (*levetiracetam*)  
 Lamictal (*lamotrigine*)  
 Lamotrigine  
 Levetiracetam  
 Lyrica (*pregabaline*)  
 Mysoline (*primidon*)  
 Neurontin (*gabapentine*)  
 Ospolot (*sultiam*)  
 Oxcarbamazepine  
 Propymal (*valproïnezuur*)  
 Rivotril (*clonazepam*)  
 Sabril (*vigabatrine*)  
 Taloxa (*felbamaat*)  
 Tegretol (*carbamazepine*)  
 Topamax (*topiramaat*)  
 Topiramaat  
 Trileptal (*oxcarbazepine*)  
 Trobalt (*retigabine*)  
 Valproïnezuur  
 Vimpat (*lacosamide*)  
 Zonegran (*zonisamide*)

### Glaucoom

Alphagan (*brimonidine*)  
 Azopt (*brinzolamide*)  
 Cosopt (*dorzolamide*)  
 Lumigan (*bimatoprost*)  
 Pilocarpine  
 Pilogel (*pilocarpine*)  
 Saflutan (*tafluprost*)  
 Travatan (*travoprost*)  
 Trusopt (*dorzolamide*)  
 Xalatan (*latanoprost*)

**Hoesten/keelpijn**

Acetylcysteïne  
 Bisolbruis (*acetylcysteïne*)  
 Bisoltussin (*dextromethorfan*)  
 Bisolvon (*broomhexine*)  
 Bronchicum extra sterk (*codeïne*)  
 Broomhexine  
 Codeïne tabletten (*codeïne*)  
 Corsodyl (*chloorhexidine*)  
 Darolan hoestprikkeldempend (*dextromethorfan*)  
 Fluimucil (*acetylcysteïne*)  
 Hibitane (*chloorhexidine*)  
 Melrosum extra sterk stroop (*codeïne*)  
 Mucoangin (*ambroxol*)  
 Mucodyne (*carbocysteïne*)  
 Noscapine  
 Roter Noscapect (*noscapine*)  
 Strepsils (*dichloorbenzylalcohol, amylnmetacresol*)  
 Trachitol (*lidocaïne*)

**Hoge bloeddruk**

Acupril (*quinapril*)  
 Adalat (*nifedipine*)  
 Amlodipine  
 Aprovel (*irbesartan*)  
 Atacand (*candesartan*)  
 Candersartan  
 Captopril  
 Cardene (*nicardipine*)  
 Cibacen (*benazepril*)  
 Coveram ARG (*perindopril*)  
 Coversyl ARG (*perindopril*)  
 Cozaar (*losartan*)  
 Cyress (*barnidipine*)

Diltiazem  
 Diovan (*valsartan*)  
 Ebrantil (*urapidil*)  
 Enalapril  
 Felodipine  
 Fosinopril  
 Isoptin (*verapamil*)  
 Lacidipine  
 Lerdip (*lercanidipine*)  
 Lertec (*lercanidipine, enalapril*)  
 Lisinopril  
 Lomir (*isradipine*)  
 Losartan  
 Micardis (*telmisartan*)  
 Motens (*lacidipine*)  
 Nifedipine  
 Norvasc (*amlodipine*)  
 Olmetec (*olmesartan*)  
 Perindopril  
 Plendil (*felodipine*)  
 Rasilamlo (*aliskiren, amlodipine*)  
 Rasilez (*aliskiren*)  
 Renitec (*enalapril*)  
 Tarka (*verapamil, trandolapril*)  
 Teveten (*eprosartan*)  
 Tildiem (*diltiazem*)  
 Tritace (*ramipril*)  
 Vascase (*cilazapril*)  
 Verapamil  
 Zestril (*lisinopril*)  
 Zofenopril  
 Zofil (*zofenopril*)

**Keelpijn: zie hoesten/keelpijn****Koortslip**

Aciclovir  
 Fenistil penciclovir (*penciclovir*)  
 Penciclovir  
 Zovirax (*aciclovir*)

**Maag- en darmkrampen/  
zuurbranden**

Algeldraat  
 Antagel (*algeldraat, magnesiumhydroxide*)  
 Duspatal (*mebeverine*)  
 Gastilox (*aluminiumoxide, magnesiumhydroxide*)  
 Gaviscon suspensie/  
 -tabletten (*o.a. alginezuur, natriumwaterstofcarbonaat*)  
 Maalox (*algeldraat, magnesiumhydroxide*)  
 Regla pH (*algeldraat, magnesiumhydroxide*)  
 Rennie (*calciumcarbonaat, magnesiumsubcarbonaat*)  
 Ultacit (*hydrotalciet*)

**Maag- en darmzweer**

Axid (*nizatidine*)  
 Buscozol (*omeprazol*)  
 Cimetidine  
 Esomeprazol  
 Famotidine  
 Lansoprazol  
 Losec (*omeprazol*)  
 Losecosan (*omeprazol*)  
 Nexium (*esomeprazol*)  
 Omeprazol  
 Pantopac (*amoxicilline, claritromycine, pantoprazol*)  
 Pantoprazol  
 Pantozol (*pantoprazol*)  
 Pariet (*rabeprazol*)  
 Prezal (*lansoprazol*)  
 Ranitidine

Sucralfaat  
 Ulcogant (*sucralfaat*)  
 Zantac (*ranitidine*)

**Malaria (profyaxe)**

A-CQ (*chloroquine*)  
 A-PQ30 (*primaquine*)  
 Chloroquine  
 Lariam (*mefloquine*)  
 Malarone (*atovaquon, proguanil*)  
 Paludrine (*proguanil*)

**Migraine**

Acetylsalicylzuur  
 Almogran (*almotriptan*)  
 Deseril (*methysergide*)  
 Dixarit (*clonidine*)  
 Fromirex (*frovatriptan*)  
 Imigran (*sumatriptan*)  
 Maxalt (*rizatriptan*)  
 Migrafin (*acetylsalicylzuur, metoclopramide*)  
 Naramig (*naratriptan*)  
 Relpax (*eletriptan*)  
 Sandomigran (*pizotifeen*)  
 Sumatriptan  
 Zomig (*zolmitriptan*)

**Misselijkheid/braken**

Domperidon  
 Granisetron  
 Kytril (*granisetron*)  
 Litican (*alizapride*)  
 Metoclopramide  
 Motilium (*domperidon*)  
 Ondansetron  
 Primperan (*metoclopramide*)  
 Zofran (*ondansetron*)

**Obstipatie**

Bisacodyl  
 Dulcolax (*bisacodyl*)

Duphalac (*lactulose*)  
 Importal (*lactitol*)  
 Lactulose  
 Legendal (*lactulose*)  
 Metamucil (*psylliumzaad*)  
 Movicolon (*macrogol*)  
 Normacol (*sterculiagom*)  
 Nourilax (*bisacodyl*)  
 Resolor (*prucalopride*)  
 Transipeg (*macrogol 3350*)  
 Volcolon (*psylliumzaad*)  
 X-Praep (*sennosiden A + B*)

### Oogontsteking

Azyter (*azitromycine*)  
 Chlooramfenicol  
 Dexagenta-POS (*dexamethason, gentamicine*)<sup>1</sup>  
 Dexamethason<sup>1</sup>  
 Dexamytrex (*dexamethason, gentamicine*)<sup>1</sup>  
 Dexa-POS (*dexamethason*)<sup>1</sup>  
 FML (*fluormetholon*)<sup>1</sup>  
 Fucithalmic (*fusidinezuur*)  
 Maxitrol (*dexamethason, neomycine, polymyxine*)<sup>1</sup>  
 Pred forte (*prednisolon*)<sup>1</sup>  
 Prednisolon<sup>1</sup>  
 Sofradex (*dexamethason, framycetine, gramicidine*)<sup>1</sup>  
 Terra cortril (*oxytetracycline, hydrocortison, polymyxine*)<sup>1</sup>  
 Tobradex (*dexamethason, tobramycine*)<sup>1</sup>  
 Ultracortenol (*prednisolon*)<sup>1</sup>  
 Vexol (*rimexolon*)<sup>1</sup>  
 Vigamox (*moxifloxacin*)

### Oorontsteking

Locacorten-vioform (*flumetason, clioquinol*)<sup>1</sup>  
 Otosporin (*hydrocortison, neomycine, polymyxine*)<sup>1</sup>  
 Panotile (*fludrocortison, polymyxine, neomycine, lidocaine*)<sup>1</sup>  
 Sofradex (*dexamethason, framycetine, gramicidine*)<sup>1</sup>  
 Terra cortril (*oxytetracycline, hydrocortison, polymyxine*)<sup>1</sup>  
 Zure oordruppels FNA met hydrocortison<sup>1</sup>  
 Zure oordruppels FNA met triamcinolon<sup>1</sup>

### Pijnstillende, ontstekingsremmende middelen

Acetylsalicylzuur  
 Advil (*ibuprofen*)  
 Aleve (*naproxen*)  
 Antigrippine (*paracetamol, ascorbinezuur, coffeïne*)  
 APC (*acetylsalicylzuur, paracetamol, coffeïne*)  
 Arcoxia (*etoricoxib*)  
 Arthrotec (*diclofenac, misoprostol*)  
 Ascal (*carbasalaatcalcium*)  
 Aspirine (*acetylsalicylzuur*)  
 Aspro (*acetylsalicylzuur*)  
 Auxib (*etoricoxib*)  
 Biofenac (*aceclofenac*)  
 Brufen (*ibuprofen*)  
 Cataflam (*diclofenac*)  
 Celebrex (*celecoxib*)  
 Citrosan (*paracetamol, ascorbinezuur*)  
 Diclofenac  
 Dynastat (*parecoxib*)  
 Finimal (*paracetamol, coffeïne*)



Hot Coldrex (*paracetamol, ascorbinezuur*)  
 Ibuprofen  
 Indocid (*indometacine*)  
 Indometacine  
 Ketoprofen  
 Mebutan (*nabumeton*)  
 Movicox (*meloxicam*)  
 Naproxen  
 Nurofen (*ibuprofen*)  
 Orudis (*ketoprofen*)  
 Panadol (*paracetamol*)  
 Paracetamol  
 Para-don (*propyfenazon, paracetamol, coffeïne*)  
 Roter APC (*acetylsalicylzuur, paracetamol, coffeïne*)  
 Sanalgin (*propyfenazon, paracetamol, coffeïne*)  
 Saridon (*propyfenazon, paracetamol, coffeïne*)  
 Sarixell (*ibuprofen*)  
 Seractil (*dexibuprofen*)  
 Spidifen (*ibuprofen*)  
 Sulindac  
 Surgam (*tiaprofeenzuur*)  
 Tramadol  
 Tramagetic (*tramadol*)  
 Tramal (*tramadol*)  
 Vimovo (*naproxen, esomeprazol*)  
 Voltaren (*diclofenac*)  
 Witte kruis (*paracetamol, coffeïne*)  
 Zafen (*ibuprofen*)  
 Zal diar (*tramadol, paracetamol*)

### Reisziekte

Cinnarizine (*cinnarizine*)  
 Cyclizine (*cyclizine*)  
 Primatour (*chloorcyclizine, cinnarizine*)  
 Scopoderm (*scopolamine*)  
 Suprimal (*meclozine*)

### Schildklier

Carbimazol  
 Cytomel (*liothyroxine*)  
 Levothyroxine  
 Propylthiouracil  
 Strumazol (*thiamazol*)  
 Thyrax (*levothyroxine*)

### Schimmelinfecties

Canesten (*clotrimazol*)  
 Clotrimazol  
 Daktacort (*hydrocortison, miconazol*)<sup>1</sup>  
 Daktarin (*miconazol*)  
 Dermacure (*miconazol*)  
 Diflucan (*fluconazol*)  
 Fungizone (*amfotericine B*)  
 Lamisil (*terbinafine*)  
 Locacorten-vioform (*flumetason, clioquinol*)<sup>1</sup>  
 Loprox (*ciclopirox*)  
 Miconazol  
 Myk 1 (*sulconazol*)  
 Nizoral (*ketoconazol*)  
 Nystatine  
 Trisporal (*itraconazol*)  
 Vfend (*voriconazol*)

### Slaapstoornissen

Circadin (*melatonine*)  
 Dalmadorm (*flurazepam*)  
 Dormicum (*midazolam*)  
 Dormonoct (*loprazolam*)

Imovane (*zopiclon*)  
 Lendormin (*brotizolam*)  
 Lormetazepam  
 Nitrazepam  
 Noctamid (*lormetazepam*)  
 Normison (*temazepam*)  
 Stilnoct (*zolpidem*)  
 Temazepam

### Vaccinaties

Alle toegestaan

### Vaginitis

Betadine (*povidon-jood*)  
 Dalacin (*clindamycine*)  
 Flagyl (*metronidazol*)  
 Metronidazol

### Verdovingen, lokaal

Citanest (*prilocaine*)  
 Septanest (*articaine, epinefrine*) **S**  
 Ultracain D-S (*articaine, epinefrine*) **S**  
 Xylocaine + adrenaline (*lidocaine, epinefrine*) **S**

### Verkoudheid

Nasivin (*oxymetazoline*)  
 Otrivin (*xylometazoline*)  
 Otrivin Duo (*xylometazoline, ipratropium*)  
 Vicks Sinex neusspray  
 (*oxymetazoline, levomenthol, kamfer*)  
 Xylometazoline

---

Staat jouw geneesmiddel niet in deze lijst, neem dan contact op met de Dopingautoriteit: **dopingvragen@dopingautoriteit.nl**.  
 E-mails worden binnen één werkdag beantwoord.

CHURANDY MARTINA



## Hoofdstuk 4. De dopingcontroleprocedure

### 4.1 Door wie worden dopingcontroles afgenomen?

In Nederland wordt het merendeel van de dopingcontroles afgenomen door de Dopingautoriteit. Dopingcontroleofficials van de Dopingautoriteit zijn te herkennen aan de pas die ze bij zich hebben. Bij grote sportevenementen worden soms ook dopingcontroles uitgevoerd door andere organisaties. In het buitenland worden controles afgenomen door de daar aanwezige dopingcontrole uitvoerende organisaties.

### 4.2 Urine, bloed of ademanalyse

Bij dopingcontroles worden urinemonsters, en in sommige gevallen bloedmonsters afgenomen. Voor de controle op alcoholgebruik kan ademanalyseapparatuur ingezet worden.

### 4.3 Binnen of buiten wedstrijdverband

Dopingcontroles kunnen zowel binnen als buiten wedstrijdverband worden uitgevoerd. Controles binnen wedstrijdverband vinden plaats binnen het verband van een wedstrijd, bijv. na de wedstrijd of een wedstrijdonderdeel. Een dopingcontrole buiten wedstrijdverband vindt plaats buiten een wedstrijd om, bijv. tijdens trainingen, thuis of op een andere verblijfplaats. Tijdens een dopingcontrole buiten wedstrijdverband wordt op minder stoffen gecontroleerd, zie hoofdstuk 2.

#### 4.4 Op welke locatie kun je gecontroleerd worden?

Dopingcontroles binnen wedstrijdverband worden uitgevoerd in een speciaal ingericht dopingcontrolestation. Meestal bestaat het station uit een wachtruimte, een werkruimte en een aparte toiletruimte. Het station zal zo worden ingericht dat je voldoende privacy hebt. Dopingcontroles buiten wedstrijdverband worden uitgevoerd op een ter plekke geschikt geachte locatie, die je voldoende privacy biedt.

#### 4.5 Uitgangspunt dopingcontrole

Op de volgende pagina's worden de Nederlandse dopingcontroleprocedures via urine en bloed uitgelegd. In het buitenland kan het voorkomen dat andere dopingcontrolematerialen worden gebruikt of dat de procedure enigszins afwijkt. Let er dan op dat:

- Je in het kader van een wedstrijd, competitie of evenement nagaat of je geselecteerd bent voor een dopingcontrole;
- Het dopingcontrole materiaal dat je kiest intact en goed verpakt is;
- Je altijd zicht houdt op je afnamemonster, totdat het materiaal verzegeld is;
- Het dopingcontrole materiaal goed wordt verzegeld;
- Alle gegevens, inclusief de nummers op het dopingcontrole materiaal, correct worden genoteerd op het aanwijzings- en dopingcontrole formulier;
- Je de mogelijkheid hebt om eventuele bezwaren op het dopingcontrole formulier op te schrijven. Dit mag ook in het buitenland in het Nederlands;

- Je het aanwijzings- en dopingcontroleformulier ondertekent. Ook als je het niet eens bent met de procedure;
- Je altijd een kopie van de formulieren meekrijgt.

#### 4.6 De dopingcontroleprocedure via urine, stap-voor-stap

##### Stap 1 Oproep voor dopingcontrole

De dopingcontroleofficial (DCO) of een aangewezen assistent (chaperon(ne)) zal je op de hoogte stellen van het feit dat je bent geselecteerd voor een dopingcontrole, waarna hij/zij je zal vertellen wat je rechten en plichten zijn. Zo mag je een begeleider en eventueel een tolk meenemen naar de dopingcontrole. Je dient het aanwijzingsformulier te ondertekenen waarna je een kopie van het formulier krijgt. Vanaf het moment van aanwijzing sta je onder toezicht van de DCO of chaperon(ne). Je dient je direct te melden in het dopingcontrolestation of op de afgesproken plaats. Indien je later wilt verschijnen dien je hiervoor toestemming te vragen aan de DCO. Alleen met toestemming van de DCO mag je later



verschijnen tijdens een dopingcontrole. Geldige redenen zijn onder andere een prijsuitreiking, persconferentie of een volgend wedstrijdonderdeel.

### **Sporters met een beperking**

De begeleider van een sporter met een lichamelijke of verstandelijke beperking of het dopingcontrolepersoneel, mag assisteren tijdens de afnameprocedure indien de DCO hiermee instemt. Tevens kan de DCO besluiten andere afname-materialen, zoals grotere opvangbekers, te gebruiken zolang de identiteit en integriteit van het urinemonster gewaarborgd blijven. De begeleider van een sporter met een visuele beperking mag namens de sporter het dopingcontroleformulier ondertekenen.



## Stap 2 Melden in het dopingcontrolestation

Op het moment dat je je meldt in het dopingcontrolestation ben je verplicht jezelf te identificeren. De identificatie in Nederland kan plaatsvinden met je licentie, rijbewijs of paspoort. In het buitenland geldt meestal alleen een rijbewijs of paspoort als geldig identificatiebewijs! Ook de DCO is altijd in het bezit van een legitimatiebewijs waarmee hij kan aantonen dat hij voor de Dopingautoriteit werkzaam is.



## Stap 3 Keuze opvangbeker

Als je denkt voldoende te kunnen plassen, word je gevraagd een opvangbeker te kiezen. Elke opvangbeker is apart verpakt. Controleer of de verpakking nog intact is. Op de opvangbeker staat een uniek codenummer. De DCO zal dit codenummer op het dopingcontroleformulier noteren. Je bent zelf verantwoordelijk voor het toezicht op de door jou uitgekozen materialen. Zorg er dan ook voor dat je deze steeds in de gaten houdt zolang ze niet verzegeld zijn.





#### Stap 4 Plassen onder toezicht

In de toiletruimte dien je onder toezicht van de DCO of chaperon(ne), die in beginsel van hetzelfde geslacht zal zijn, in de opvangbeker te plassen. De DCO of chaperon(ne) zal hierop goed zicht houden en je verzoeken je gedeeltelijk te ontkleden. Je dient minimaal 90 ml urine te produceren. Sluit vervolgens de opvangbeker.

Je begeleider mag niet mee de toiletruimte in, tenzij je onder de 18 jaar bent. In dat geval mag je begeleider wel mee het toilet in om toezicht te houden op de DCO of de chaperon(ne). Je begeleider mag echter geen zicht hebben op het plassen zelf, tenzij je daar als sporter om vraagt. Hetzelfde geldt voor sporters met een visuele of verstandelijke beperking. Ook dan mag de begeleider mee de toiletruimte in.

N.B. Een sporter met een permanente katheter moet 'oude' urine verwijderen alvorens een nieuw urinemonster te produceren. Indien de sporter zichzelf katheteriseert, mag hij/zij gebruik maken van eigen katheters mits de verpakking van deze katheter intact is.



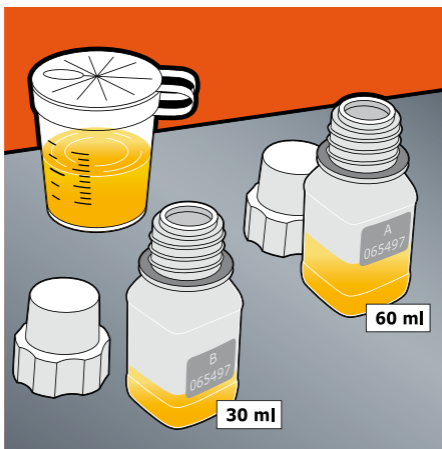
### Stap 5 Onvoldoende urine

Het is goed mogelijk dat je in eerste instantie niet in staat bent om minimaal 90 ml urine te produceren. Je sluit dan toch de opvangbeker, waarna deze wordt verzegeld met een uniek genummerd plakzegel. De DCO zal het codenummer van de opvangbeker en het nummer van de plakzegel noteren op het dopingcontroleformulier. De verzegelde opvangbeker wordt in het dopingcontrolestation bewaard, terwijl jij terug gaat naar de wachtruimte. Op het moment dat je weer kunt plassen keer je terug in de werkruimte waar je opnieuw een opvangbeker uitkiest. In de toiletruimte dien je, onder toezicht, wederom in de opvangbeker te plassen. De urine uit de tweede opvangbeker voeg je toe aan de urine in de eerste opvangbeker, net zolang totdat in de eerste opvangbeker de gewenste hoeveelheid is bereikt. Let er op dat de verzegeling van de eerste opvangbeker nog intact is voordat je de tweede urine hieraan toevoegt!



### Stap 6 Keuze van flesjes

Nadat je geplast hebt keer je terug in de werkruimte. De DCO zal je vragen een piepschuimen doosje te kiezen (de Bereg Kit) dat twee, in plastic verpakte flesjes bevat. Over het piepschuimen doosje zit een blauwe plakzegel. Controleer of de zegel nog intact is. Maak het piepschuimen doosje open en haal de flesjes eruit. Op de flesjes en op het piepschuimen doosje staat een codenummer. Controleer of deze nummers overeenkomen en of de DCO de nummers goed noteert op het formulier.



### Stap 7 Verdelen van de urine

Haal de flesjes uit het plastic, haal de doppen eraf en open de opvangbeker. Verdeel de urine over de flesjes. Je schenkt minimaal 30 ml in het B-flesje en 60 ml in het A-flesje. De streepjes op het etiket geven de juiste hoeveelheid aan. Laat altijd een kleine hoeveelheid urine achter in de opvangbeker. Dit wordt op een later tijdstip gebruikt om te bepalen of het urinemonster voldoende bruikbaar is in het laboratorium (zie stap 9).



### Stap 8 Sluiten en verzegelen van de flesjes

Om de hals van de flesjes zit een rode ring. Haal de ring eraf en draai de dop op de flesjes. Als de dop tijdens het draaien geen geluid meer maakt is het flesje dicht en verzegeld. Controleer of de flesjes niet lekken door ze op de kop te houden. De flesjes worden teruggeplaatst in het piepschuimen doosje. In Nederland kies je vervolgens een (rood) plakzegel met een uniek codenummer. Het plakzegel wordt over het piepschuimen doosje aangebracht. Deze tweede verzegeling, naast de verzegeling van het flesje zelf, is een extra waarborg voor de sporter maar is niet noodzakelijk. Controleer weer of de DCO het codenummer goed noteert.



### Stap 9 Meting soortelijk gewicht (SG)

In de opvangbeker is een klein beetje urine achtergebleven. De DCO bepaalt hiermee het soortelijk gewicht van de urine. Deze waarde geeft aan of de urine voldoende bruikbaar is voor analyse in het dopinglaboratorium. Voldoet de achtergebleven urine niet aan het gestelde criterium, dan zal je opnieuw moeten plassen. De procedure wordt vanaf stap 3 herhaald. Indien de urine de tweede keer ook niet aan de eis voldoet, zal de procedure desondanks voortgezet worden met stap 10.

**Let op!** Bij dopingcontroles in het buitenland kan het voorkomen dat je net zo vaak moet plassen tot een urinemonster met een juist soortelijk gewicht is geproduceerd.



### **Stap 10 Opgave gebruikte geneesmiddelen**

Het is altijd aan te raden het gebruik van eventuele geneesmiddelen, voedingssupplementen, natuurgeneeskundige kruiden en soortgelijke middelen te vermelden bij een dopingcontrole.

Gebruik je geneesmiddelen die op de dopinglijst staan en ben je in het bezit van een dispensatie voor het gebruik van deze middelen, geef dit dan aan en overhandig de DCO eventueel een kopie van je dispensatie. Heb je nog geen dispensatie voor geneesmiddelen die op de dopinglijst staan, kijk dan in §1.8 of en wanneer je die dient aan te vragen.



### **Stap 11 Ondertekenen van het dopingcontroleformulier**

De DCO zal je vragen de informatie op het dopingcontroleformulier te controleren. Daarnaast zal je gevraagd worden of je akkoord gaat met de gegevens die op het formulier vermeld staan. Heb je opmerkingen of klachten over de gevolgde procedure, dan kun je deze in de daarvoor gereserveerde ruimte opschrijven. Dit mag altijd in het Nederlands, ook al ben je in het buitenland! Als laatste stap dienen jijzelf, de DCO en eventueel je begeleider het dopingcontroleformulier te ondertekenen. Met je handtekening geef je aan dat je de controle hebt ondergaan en dat je akkoord gaat met de gegevens die op het formulier vermeld staan. Dit is dus inclusief de eventuele bezwaren die je hebt opgeschreven. Niet ondertekenen staat gelijk aan een weigering van de dopingcontrole!

Na ondertekening krijg je een kopie mee van het formulier en daarmee is de procedure tot een einde gekomen.



#### 4.7 Wat gebeurt er dan?

Na afloop van de dopingcontrole zal de DCO het piepschui-  
men doosje met de flesjes verzenden aan de dopingcontro-  
leorganisatie die de controle heeft uitgevoerd. In Nederland  
is dat de Dopingautoriteit. De Dopingautoriteit maakt de  
urinemonsters klaar voor verzending aan het dopingcontro-  
lelaboratorium. Zo zal de Dopingautoriteit er onder meer voor  
zorgen dat de urinemonsters geanonimiseerd worden, zodat  
het dopingcontrolelaboratorium niet weet van welke sporter  
de urine afkomstig is.

Het dopingcontrolelaboratorium ontvangt de urinemonsters  
en controleert of de monsters nog intact zijn en of de mee-  
gezonden informatie correct is. Vervolgens zal het laborato-  
rium het A-monster (het A-flesje) analyseren op de aanwe-  
zigheid van dopinggeduide stoffen. Het B-monster wordt  
bewaard. De uitslag van de analyse wordt teruggezonden  
aan de Dopingautoriteit die de juiste naam aan de uitslag van  
de analyse koppelt. Vervolgens zal de uitslag naar de sporter  
worden gestuurd. Ook de (inter)nationale sportbond ontvangt  
de uitslag. Over het algemeen duurt het ongeveer 6 tot 12  
weken voordat een sporter bericht krijgt over de uitslag.

#### 4.8 Een positieve uitslag, wat dan?

Indien in het A-monster een dopinggeduide stof wordt aan-  
getroffen, zal de Dopingautoriteit de sporter hiervan per  
aangetekende brief, met bericht van ontvangst, op de hoogte  
stellen. Ook de (inter)nationale sportbond ontvangt bericht.

Een sporter heeft recht op onderzoek van het B-monster.

Indien de sporter het B-monster wil laten  
analyseren, dient hij/zij dit binnen 7 werk-  
dagen na ontvangst van de uitslag van het  
A-monster aan te geven door middel van een

aangetekende brief aan de Dopingautoriteit. De sporter mag zelf aanwezig zijn tijdens de B-analyse en mag hierbij vergezeld worden door een door hem/haar gekozen persoon. Naar aanleiding van de uitslag van het A- en eventueel het B-monster zal de (inter)nationale sportbond besluiten of er al dan niet sprake is van een overtreding van het dopingreglement. Bij vragen kun je natuurlijk altijd contact opnemen met de Dopingautoriteit.

## **4.9 De dopingcontrole via bloed**

### **Stap 1 Oproep voor bloedcontrole**

De oproep voor een bloedcontrole verloopt precies zo als een oproep voor een dopingcontrole door middel van urine. Voor de uitgebreide beschrijving, zie § 4.6 (De dopingcontroleprocedure via de urine, stap-voor-stap, stap 1).

### **Stap 2 Gezondheidsproblemen**

Voordat een bloedmonster bij je afgenomen wordt, dien je de DCO op de hoogte te stellen van een eventuele bloedingstoornis of van het gebruik van geneesmiddelen die van invloed kunnen zijn op het stollingsproces van het bloed, zoals aspirine, stollingsremmende middelen en ontstekingsremmers.

### **Stap 3 Keuze bloedafnamepakket**

Je wordt gevraagd een bloedafnamepakket met materiaal uit te kiezen dat nodig is voor het afnemen van het monster. Op het bloedafnamepakket staan identieke code-nummers. Controleer of deze nummers met elkaar overeen komen. De DCO zal de codenummers noteren op het dopingcontroleformulier.

**Stap 4 Het afnemen van het bloed**

Voordat het bloed wordt afgenomen zal je eerst 10 minuten rustig mogen liggen of zitten. Daarna zal een gekwalificeerde arts of iemand anders die bevoegd is bloed af te nemen een stuwband omleggen (zo kort mogelijk) en de huid schoonmaken. De gekwalificeerde bloedprikker zal in een oppervlakkig gelegen ader prikken en één of meerdere buisjes bloed afnemen.

**Stap 5 Onvoldoende bloed**

Indien bij de eerste poging te weinig bloed kan worden afgenomen mag er nog twee keer geprikt worden. Als het dan nog steeds niet voldoende is, wordt de afnameprocedure van het bloedmonster beëindigd.

**Stap 6 Sluiten en verzegelen**

De buisjes met bloed worden verpakt in beschermend materiaal en vervolgens verzegeld. Het nummer van de verzegeling wordt genoteerd op het dopingcontroleformulier.

**Stap 7 Opgave gebruikte geneesmiddelen**

De opgave van gebruikte geneesmiddelen verloopt precies zo als bij de dopingcontrole via urine, zie §4.6, stap 10.

**Stap 8 Ondertekenen van het dopingcontroleformulier**

Het ondertekenen van het dopingcontroleformulier verloopt precies zo als bij de dopingcontrole via urine, zie §4.6, stap 11. Na ondertekening krijg je een kopie mee van het formulier en daarmee is de procedure tot een einde gekomen.

## Meer informatie

Wil je extra informatie over de dopingregels, de risico's van onbewust dopinggebruik, of de voorlichtingsmaterialen, bekijk dan de website van de Dopingautoriteit: **[www.dopingautoriteit.nl](http://www.dopingautoriteit.nl)**. Heb je een vraag, mail deze dan naar: **[dopingvragen@dopingautoriteit.nl](mailto:dopingvragen@dopingautoriteit.nl)**. E-mails worden binnen één werkdag beantwoord.

## Colofon

Dopingautoriteit  
Postbus 5000  
2900 EA Capelle aan den IJssel  
Tel: 010-201 01 50  
Fax: 010-201 01 59

© Copyright 2013 Dopingautoriteit

Bij het samenstellen van deze dopingwaaier is de uiterste zorgvuldigheid betracht. De Dopingautoriteit kan generlei aansprakelijkheid aanvaarden voor type- en zetfouten, tussentijdse wijzigingen of andere onjuistheden.

Niets van deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of vermenigvuldigd door middel van druk, fotokopie of op welke andere wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de Dopingautoriteit.