

## World Anti-Doping Code: ook belangrijk voor de Nederlandse bonden

Tijdens het harmonisatiecongres is voor het eerst de World Anti-Doping Code geïntroduceerd. Deze Code moet op mondiaal én op nationaal niveau de hoeksteen worden van het anti-dopingbeleid. Ook de Nederlandse sportbonden krijgen op termijn te maken met deze universele Code. Hieronder volgt een korte introductie van deze World Anti-Doping Code.

### Uniek

De World Anti-Doping Code is om twee redenen uniek. De eerste reden is dat de Code een initiatief is van de World Anti-Doping Agency (WADA). Hierin participeren alle bij het anti-dopingbeleid betrokken partijen, waaronder nationale overheden en internationale sportorganisaties. Ten tweede zijn al deze partijen betrokken bij de opstelling van de Code en zullen zij deze Code invoeren. Het gevolg hiervan is dat een harmonisatie op dopinggebied zal worden bereikt die tot voor kort onmogelijk werd geacht.

### Raamwerk

Om harmonisatie te bewerkstelligen, maar ook om de omvangrijke verschillen binnen de sport te respecteren, heeft de WADA gekozen voor het bouwen van een raamwerk. Binnen dit 'framework' bestaan voor de partijen verschillende opties. Dit raamwerk bestaat uit de Code en diverse standaarden en modellen. De Code is hiervan het belangrijkste. Dit document moet alle fundamentele principes en beginselen op het gebied van het anti-dopingbeleid gaan bevatten. Het gaat dan bijvoorbeeld om de dopingdefinitie, het

dopingverbod, de dopinglijst en sancties. De andere onderdelen van het raamwerk bevatten standaarden en modellen. Het kan hierbij gaan om gevarieerde onderwerpen als conceptreglementen, dopingcontroleprocedures en richtlijnen voor dopingcontrole-laboratoria.

### Acceptatie & implementatie

De WADA hoopt de Code nog dit jaar af te ronden. Hierop volgt de fase van acceptatie ervan door alle betrokken partijen. Deze fase staat grotendeels gepland voor volgend jaar. Het plan is de Code nog voor de Olympische Spelen van 2004 in Athene operationeel te laten zijn. Met betrekking tot de Code geldt dat er meerdere mogelijkheden van acceptatie en implementatie bestaan. Voor sommige aspecten uit de Code is uniforme navolging verplicht. Van andere hoeft slechts erkenning plaats te vinden (in het algemeen of van enkele aspecten). Ook kan de Code acceptatie en implementatie van (enkele of diverse) minimumbeginselen verplicht stellen. Inzake de standaarden en modellen is het van belang dat niet elke standaard of elk model op elke betrokkene van toepassing is.

### Consequenties

De World Anti-Doping Code gaat specifiek in op de rol van de betrokken partijen, waaronder de internationale sportfederaties en de nationale overheden. Beide dienen de Code te accepteren en te implementeren, wat kan leiden tot consequenties voor hun wet- en regelgeving. Deze behoeven waarschijnlijk aanpassing. Positief aspect is dat alle partijen een actieve bijdrage kunnen leveren aan de Code, waardoor draagvlak voor deze Code verzekerd lijkt. De Code noemt bij de rol van de internationale federaties de nationale sportorganisaties met naam. De internationale federaties moeten de

implementatie van de Code door de nationale sportorganisaties verzekeren.

De Code lijkt op dit moment misschien heel nieuw en nog wat vaag, maar hij komt er onherroepelijk aan. Alle Nederlandse sportbonden zullen er mee te maken krijgen. Als adviserende en ondersteunende organisatie ten behoeve van de Nederlandse sportbonden wil het NeCeDo de bonden op dit moment al attent maken op de naderende ontwikkelingen. Het NeCeDo zal met (beleids)initiatieven komen om de bonden bij de implementatie van de Code te helpen en te ondersteunen.

## 0900 2001 000 Dopingvraag? Bel de Doping Infolijn!

Of het nu een sporter, begeleider of arts is, iedereen heeft wel eens een dopinggerelateerde vraag. Wel verloopt bijvoorbeeld een dopingcontroleprocedure, wat zijn de rechten en plichten van een sporter, wat zijn anabole steroïden en bevat dit geneesmiddel of voedingssupplement nu wel of geen dopinggeduide stof?

Deze en andere dopinggerelateerde vragen kunnen gesteld worden aan de operators van de Doping Infolijn van het NeCeDo.

Het telefoonnummer van deze Infolijn is 0900 2001 000 en is elke werkdag geopend

van 13.00 tot 16.00 uur (€ 0,10/ minuut). Sporters, begeleiders, artsen en overigen kunnen anoniem vragen stellen en vanzelfsprekend worden alle gegevens vertrouwelijk behandeld.

## Olympisch, Europees en wereldkampioen Jochem Uytdehaage: 'Ik ben het bewijs dat het schoon kan'

Door Jan Brouwer de Koning

Op de Olympic Oval van Salt Lake City gleed hij op briljante wijze naar Olympische titels op de vijf en tien kilometer. Op de 1500 meter kwam er nog eens een zilveren plak bij. En passant pakte Jochem Uytdehaage dit seizoen ook nog eens de Europese en wereldtitel bij het allround schaatsen. En dat allemaal puur natureel. 'Ooit heb ik met mezelf de afspraak gemaakt dat ik me nooit aan doping zou overgeven. Welke commerciële belangen er ook spelen.

Jochem Uytdehaage is er openhartig over: met doping heeft hij helemaal niets. Hij kan dan ook geen enkel respect opbrengen voor sporters die de verleiding niet kunnen weerstaan en wel stoffen nemen waardoor ze beter gaan presteren. 'Ik vind sport juist zo leuk omdat de strijd eerlijk is. Je spreekt van tevoren af wat wel en niet mag. Dan moet je je ook aan de regels houden, anders is de strijd niet eerlijk meer en verliest de sport zijn schoonheid.'

Hoe mooi de 25-jarige Utrechter ook praat over het karakter van topsport, ook hij weet dat de sport al decennia lang bezoedeld wordt door fraudeurs en bedriegers. 'Maar - ik weet dat het klinkt alsof ik mijn straatje wil schoonvegen - schaatsen is volgens mij wel een sport die clean is

gebleven. Hoe ik dat weet? Nou omdat ik niet het idee heb dat ik verslagen ben door schaatsers die pakken. Van mezelf weet ik dat ik clean ben en ik sta nu aan de top: ik heb zo beetje alles gewonnen dit jaar, dus ik bewijs dat het schoon kan.

En wat zeg je dan van het startverbod dat Shepel dit seizoen kreeg vanwege een te hoge hematocrietwaarde?

'Ach, dat zegt me niet zo heel veel. Weet je dat mijn hele ploeg ook een keer een veel te hoge waarde testte? Allemaal! Wat bleek: de buisjes bloed hadden te lang in de zon gestaan, en dat had de uitkomst van de test beïnvloed. Zo zie je maar. Je moet dan ook niet te gauw iemand verdenken. Sowieso ken ik in de schaatsport niemand die openlijk toegeeft dat-ie gebruikt.'



Ben je nooit bang gepakt te worden? 'Dat hangt van mijn bui af. Na een dopingcontrole denk ik nooit: 'o jee als ik hier maar goed doorheen kom.' Ik weet toch dat ik niet gebruik! Maar als je dan wel eens verhalen leest van sporters die

Vervolg op pag. 2

## INHOUD

In deze Receptor komen de volgende onderwerpen aan bod:

- pagina 1**
  - World Anti-Doping Code: ook belangrijk voor de Nederlandse bonden
  - Interview met Jochem Uytdehaage, Olympisch, Europees en wereldkampioen schaatsen
  - Dopingvraag? Bel de Doping Infolijn
- pagina 2**
  - Van de directietafel, 'Codes, standaarden en paspoorten'
  - Vervolg interview met Jochem Uytdehaage
  - Noodzaak tot harmonisatie onderstreept
- pagina 3**
  - Nieuwe medewerker Lijf, sport en Middelen
  - Begeleiding dopinggebruikende sporters door artsen: de oplossing of een te bittere pil?
  - Atletenpaspoort..... komt de grens over
- pagina 4**
  - Voedingssupplementen vormen ook in Nederland een dopinggevaar
  - Sportbonden besteden steeds meer aandacht aan dopingvoorzichting
  - Richtlijn opgesteld voor inzet dopingcontroles



## Van de directietafel Codes, standaarden en paspoorten

Tijdens het onlangs door NOC\*NSF en NeCeDo georganiseerde internationale congres 'Harmonisation in Anti-Doping Policy' kon voor het eerst nader kennis worden gemaakt met de in ontwikkeling zijnde World Anti-Doping Code. Het Wereld Anti-Doping Agentschap (WADA) wenst met deze Code een nieuw fundament te leggen voor het hedendaagse mondiale anti-dopingbeleid. Het vertrekpunt voor alle partijen die zich actief met anti-dopingbeleid bezighouden zoals sportfederaties, overheden, nationale anti-dopingorganisaties en olympische comités. Een ambitieuze doelstelling die het WADA gerealiseerd wil hebben voor de Olympische Zomerspelen van 2004 in Athene. Zeker gezien het grote aantal (nieuwe) onderwerpen dat in de Code is opgenomen, van onderzoek tot resultaatmanagement en van laboratorium analyses tot de definitie van doping.

IADA Standard for Doping Control. Naast de World Anti-Doping Code van het WADA bestaan er verschillende standaarden die betrekking hebben op specifieke deelreinen van het anti-dopingbeleid. Een van deze standaarden is een standaard voor de uitvoering van dopingcontroles, de IADASTandard for Doping Control (ISDC). Deze zogeheten ISDC-standaard is begin jaren negentig opgesteld door enkele, met betrekking tot anti-dopingbeleid, vooruitstrevende landen (Noorwegen, Canada en Australië) om te komen tot een norm c.q. richtlijn voor 'best practice'.

De ISDC-standaard staat op de nominatie voor het verkrijgen van een officiële status, die van een ISO-norm. Dit zal echter geen eenvoudige opgave worden omdat de ISDC-standaard gekoppeld moet worden aan de World Anti-Doping Code en dus niet alleen realiseerbaar moet zijn voor de 'mondiale besten' uit de klas. Daarom ondergaat de ISDC-standaard nu een ware metamorfose. Veel onderdelen worden verwijderd dan wel geherformuleerd om te komen van 'best practice' tot 'minimum requirements'. Harmonisatie van anti-dopingbeleid moet zich immers niet

beperken tot de vijf landen die nu ISDC-gecertificeerd zijn. Een uiterst select gezelschap waartoe recentelijk ook Dopingcontrole Nederland (DoCoNed) mocht toetreden. Vanaf deze plek nogmaals proficiat aan mijn DoCoNed-collega's.

**Atletenpaspoort**  
Nieuwe dimensies voor het anti-dopingbeleid dienen zich niet alleen aan in de

World Anti-Doping Code. Het atletenpaspoort is er één die naar mijn mening in Nederland serieus de aandacht verdient. Voor alle duidelijkheid hebben we het hier niet over een 'paspoort' waarin een groot aantal bloedparameters is opgenomen, maar om een unieke wijze voor elke goedwillende sporter om de daad bij het woord te voegen wanneer zij zeggen: 'Ik heb niets te verbergen, controleer mij maar!'

Suggesties omtrent vermeend dopinggebruik bij het leveren van glansrijke top-prestaties kunnen met een atletenpaspoort moeilijk overeind worden gehouden. Immers de sporter heeft zich altijd beschikbaar gehouden voor dopingcontroles. Voorwaar een mogelijkheid om een duidelijk signaal af te geven naar sportend Nederland. Het signaal dat topsport bedrijven op eigen kracht wel degelijk mogelijk is. Een uiterst waardevol signaal naar een maatschappij die geneigd is elke topprestatie te wantrouwen.

Rens van Kleij

## Dopingcongres in Papendal groot succes Noodzaak tot harmonisatie onderstreept

Op 11 en 12 april jongstleden werd op Nationaal Sportcentrum Papendal een internationaal congres gehouden over het harmoniseren van het anti-dopingbeleid. Ook richtte het congres zich op de toekomstige ontwikkelingen op dit gebied. Alle 150 deelnemers waren het met elkaar eens dat verdere harmonisatie op vele terreinen noodzakelijk is. De wil tot samenwerking zal nu moeten worden omgezet in acties.

'The European Working Congress on Harmonisation and Future developments in Anti-Doping Policy' werd georganiseerd door NOC\*NSF in samenwerking met het NeCeDo. De 150 deelnemers waren afkomstig uit de gehele wereld. Zij zijn werkzaam bij sportbonden, olympisch comités, overheidsinstanties en

dopingorganisaties op zowel nationaal als internationaal niveau. Ook waren er afvaardigingen van atletencomités. De deelnemers worden bij hun dagelijkse werkzaamheden constant geconfronteerd met verschillen in anti-dopingreglementeringen, bijvoorbeeld tussen landen en federaties.



**Aanbevelingen**  
De aanbevelingen richten zich onder andere op een voornamere rol van het CAS (Court of Arbitration for Sport) en een wereldwijde aanpak van de mogelijkheid om de technieken van genetische manipulatie te misbruiken in de sport. Ook werd benadrukt dat de nieuwe lijst van verboden middelen en methoden (welke in 2003 in zal gaan) gebaseerd moet zijn op twee heldere uitgangspunten: de verboden stof moet de mogelijkheid bezitten om de sportprestatie te bevorderen en de gezondheid te schaden. Deze uitgangspunten laten toe dat er uiteindelijk verschillende lijsten kunnen ontstaan voor verschillende sporten. Dit is een duidelijk voorbeeld dat harmonisatie niet altijd hoeft te leiden tot uniformiteit.

Om effectief te kunnen zijn moet het gevoerde anti-dopingbeleid van goede kwaliteit zijn. Dit betekent bijvoorbeeld dat voorlichtingsprogramma's gebaseerd moeten zijn op wetenschappelijk onderbouwde uitgangspunten. Het atletenpaspoort, een initiatief van Johann-Olav Koss, kan gebruikt worden om voorlichtingsmateriaal makkelijker toegankelijk te maken voor landen die niet over een uitgebreid anti-dopingprogramma beschikken. Een andere aanbeveling richt zich op de afwikkeling van dopingcontroles. Deze dient te voldoen aan bepaalde minimumeisen. Zo kunnen alle betrokkenen dit proces simpel, helder en doeltreffend uitvoeren.

Vervolg van pag. 1

toch positief zijn getest, terwijl ze zweren nooit iets gebruikt te hebben, dan denk ik wel eens: "wat zou dat een ramp voor me zijn". Echt, als zoiets zou gebeuren, dan ben je voor het leven getekend. Ik zou in paniek raken, dat is zeker. Maar die angstige gedachten heb ik gelukkig niet vaak.

Je zult het afgelopen jaar heel wat keren gecontroleerd zijn....

'Ja dat was heel wat anders dan de jaren ervoor. Ik heb hier toevallig de papieren van de controles liggen: eens kijken, dat zijn er toch wel een stuk of vijftien dit seizoen. (cynisch): Dat krijg je ervan als je zoveel wint.'

Word je het dan niet zat, steeds maar weer plassen of bloed afgeven?

'Ach, het hoort erbij. En nogmaals: ik vind het alleen maar goed dat ze proberen om gebruikers op te sporen. Maar er zitten

wel wat haken en ogen aan de controles. Zo heb ik geloof ik vier of vijf verschillende instanties voorbij zien komen die allemaal controleerden. In Calgary maakte ik het mee dat de ene dag NOC\*NSF me een dopingtest afnam en de dag erop kwam de internationale schaatsunie. Dat vind ik dus onzinnig. Of neem nou sporters die op zaterdag in competitie worden gecontroleerd en de dag erop uit van competitie. Dat heeft helemaal geen zin. Er moet dus absoluut een betere afstemming komen.'

Je gebruikt geen doping. Hoe zit het met voedingssupplementen?

'Ik gebruik er eenje. Multi-vitamine. Een tablet per dag. Meer heb ik niet nodig. Ik gebruik ze omdat het prettig is om op momenten dat je voeding niet optimaal is, je wel je minimale hoeveelheid vitamines binnenkrijgt. Overigens is het supplement dat ik gebruik getest op vervulende elementen en die zijn niet gevonden.'

In het recente verleden liepen er nogal wat schaatsers met een attest voor een middel tegen astma op zak. Is dat nog steeds zo? 'Ik heb ook zo'n attest. Heeft te maken met een bepaalde prikkel die kan ontstaan door de kou in de hal. Kun je inspanningsastma van krijgen. De schaatsers zijn uitgebreid getest en voor sommigen is er inderdaad uitgekomen dat ze een middelje tegen die klachten nodig hebben. Wel een aantal minder dan voorheen. Bij mij bleek dus dat ik er nadeel van zou ondervinden als ik dat spraytje niet gebruik. Maar mocht ik niet zo'n attest hebben gekregen, dan had ik die prikkelende hoest voor lief genomen.'

En hoe nu verder?

'Ik kom net kijken. Ik wil dus nog lekker doorgaan met schaatsen. Zolang ik het leuk vind, blijf ik dat doen. Dus zelfs al zou ik niet meer zo goed presteren als dit seizoen, dan nog kan ik het lang volhouden. Schoon, voor alle duidelijkheid.'

Deze aanbevelingen dienen een bijdrage te leveren aan de totstandkoming van een (meer) geharmoniseerd anti-dopingbeleid, waardoor sporters beter weten waar ze aan toe zijn. De resultaten en aanbevelingen van het harmonisatiecongres zijn terug te vinden op [www.necedo.nl](http://www.necedo.nl).

World Anti-Doping Code

Het harmonisatiecongres was alleen al uniek omdat het Wereld Anti-Doping Agentschap (WADA) voor het eerst een conceptversie van de World Anti-Doping Code presenteerde (op pagina 1 van deze Receptor staat een artikel met uitgebreidere informatie over de World Anti-Doping Code). Deze code is een raamwerk dat de contouren moet aangeven waarbinnen een effectief anti-dopingbeleid moet vallen. Tijdens werksessies werden de aanwezigen in staat gesteld input en kritiek te leveren op deze Code. Deze input zal WADA vervolgens gebruiken om de Code te verbeteren en te verfijnen.

## Nieuwe medewerker Lijf, Sport & Middelen

Sinds januari 2002 is Bart Coumans (37 jaar) als beleidsmedewerker in dienst getreden bij het NeCeDo. Zijn belangrijkste aandachtsveld is het programma Lijf, Sport & Middelen (LSM) dat zich richt op dopingpreventie in fitnesscentra en sport scholen. Voor Coumans zeker geen onbekend terrein.

Na zijn studie Bewegingswetenschappen (VU, Amsterdam) was Bart Coumans achtereenvolgens werkzaam als inspanningsfysioloog bij de Luchtmacht en vervolgens docent anatomie/fysiologie bij de Leidse Hogeschool voordat hij actief werd in de sportwereld. Bij het toenmalige Nederlands Instituut voor Sport en Gezondheid (NISG) en later NOC\*NSF hield hij zich als senior beleidsadviseur met een breed scala aan onderwerpen bezig. Zijn werkterrein betrof met name sport, bewegen en gezondheid.

Met doping en de fitnessbranche kwam hij voor het eerst in aanraking toen hij het project 'Bloedhygiëne in de sport' uitvoerde. Kort daarna was hij betrokken bij het eerste onderzoek naar dopinggebruik in sportscholen en fitnesscentra dat in 1994 door TNO-PG, het NISG en het NeCeDo werd uitgevoerd. Dit onderzoek was tevens de start van het LSM-programma. Vanaf die tijd volgde Coumans de LSM-ontwikkelingen nauwlettend vanaf de zijlijn.

Zijn affiniteit met de branche fitnesscentra en sportscholen is groot. Hij is al meer dan 30 jaar actief als judoka, is secretaris van een topjudo club en begeleidt ook topjudoka's. Daarnaast traint hij twee per



week in een fitnesscentrum in zijn woonplaats. Waar hij regelmatig tegenaan loopt is het gebrek aan goede (wetenschappelijke) informatie en helemaal aan misleidende informatie ten aanzien van training, herstel, voeding, voedingssupplementen en natuurlijk dopinggeduide middelen. De affiniteit met de fitnessbranche en de wens om zorg te dragen voor kennisbevordering bij sporters, trainers en begeleiders zijn voor hem belangrijke motieven om bij het NeCeDo het programma Lijf, Sport & Middelen verder vorm te geven.

Nieuw instrument voor het beter afstemmen van dopingcontroles

## Atletenpaspoort... komt de grens over

Februari jongstleden is Penelope Di Lella op verzoek van het Wereld Anti-Doping Agentschap (WADA) afgereisd naar de Olympische Winterspelen in Salt Lake City om te participeren in het project atletenpaspoort. Het atletenpaspoort bestaat uit een papieren paspoort en een persoonlijke website. Dit atletenpaspoort kan een belangrijke bijdrage gaan leveren aan het beter afstemmen van dopingcontroles, een item dat hoog op het verlanglijstje staat van sporters.

Het WADA atletenpaspoort bestaat uit een papieren paspoort en een persoonlijke website. Het papieren paspoort kan door de dopingcontrole-official worden afgetekend zodra een sporter (m/v) een dopingcontrole heeft ondergaan. Op deze manier kan de sporter voor zichzelf bijhouden hoeveel maal hij gecontroleerd is. Tevens kan hij het paspoort gebruiken om aan te geven dat hij stelling neemt tegen doping.

De sporter die zich heeft aangemeld voor het atletenpaspoort heeft zich bereid verklaard WADAtE allen tijde op de hoogte te houden van zijn actuele adres- en verblijfsgegevens via een specifieke pagina op de website. WADA- en in de toekomst andere dopingcontrole uitvoerende instanties - heeft de mogelijkheid deze specifieke pagina in te zien en is daardoor altijd in staat de sporter te benaderen voor een dopingcontrole buiten wedstrijdverband. De kans op een 'no show' wordt hiermee verminderd.

Tevens worden op de website de testresultaten van de bij de sporter uitgevoerde dopingcontroles geregistreerd. De sporter kan in één oogopslag zien hoeveel maal hij gecontroleerd is en wat de uitslag is geweest. WADA- en in de toekomst ook andere dopingcontrole uitvoerende organisaties - heeft de mogelijkheid om ook deze pagina in te zien en aan de hand hiervan te bepalen of het de sporter wel, niet of op een ander tijdstip zal controleren. Het risico dat een sporter op dit moment loopt om meerdere keren per week gecontroleerd te worden, kan met behulp van het atletenpaspoort verder worden geminimaliseerd.

In Salt Lake City hebben 512 sporters, waaronder 6 Nederlanders, zich aangemeld voor het atletenpaspoort. Echter, niet alleen de sporters hebben kennis genomen van het project, ook de staatssecretaris sport, mevrouw Vliegendaar, en de voorzitter van NOC\*NSF, de heer Blankert, hebben met belangstelling kennis genomen van het project.

Begeleiding dopinggebruikende cosmetische sporters door artsen:

## Dé oplossing of een te bittere pil?

Met enige regelmaat komt deze vraag naar voren. Is het niet beter om zogenoemde cosmetische sporters, sporters die dopinggeduide middelen gebruiken om hun uiterlijk te verbeteren, medisch te laten begeleiden door een arts? Onder medisch begeleiding wordt het voorschrijven en verstrekken van middelen bedoeld. Zo is deze groep niet aangewezen op de zwarte markt waar de meeste middelen vervalst zijn en kan de gezondheid van deze groep sporters in de gaten worden gehouden. Dat zou toch een mooie oplossing zijn? Artsen helpen toch ook bij andere 'cosmetische' problemen? In dit artikel houden we een aantal argumenten eens tegen het licht.

Voorschrijven mag niet

In 1995 heeft de Vereniging voor Sportgeneeskunde (VSG) richtlijnen opgesteld voor (sport)artsen waarin ook het onderwerp doping aan bod kwam. Een van die richtlijnen luidt: "De arts die benaderd wordt door een gezonde sporter met het verzoek dopinggeduide middelen voor te schrijven, dient op dit verzoek afwijzend te reageren." Naast deze afspraak voor artsen heeft de Nederlandse overheid het verdrag van de Raad van Europa geratificeerd, waarmee is aangegeven dat we in Nederland doping bestrijden en ook daarbij geldt dat voorschrijven en verstrekken zacht uitgedrukt 'not done' is.

Arts zal niet aan vraag voldoen

Uit het bodybuildingcircuit is bekend dat er veel middelen worden gebruikt en vaak ook diverse middelen tegelijkertijd, zoals anabolica, groeihormoon en insuline. Stel dat een arts zou besluiten om toch anabolica voor te schrijven dan is hij of zij aan de maximale therapeutische dosis gehouden. Deze is echter veel lager dan de wens van de gemiddelde cosmetische sporter. Deze zal naar alle waarschijnlijkheid verder gaan (bij)shoppen op de zwarte markt. Een andere complicerende factor is dat het merendeel van de huisartsen zelf aangeeft weinig kennis te hebben van doping. Dit bleek uit het onderzoek 'Huisarts & Doping' uit 1998.

Er bestaan alternatieven voor doping

Begeleiding bij dopinggebruik voor een gespierd lijf wordt soms vergeleken met een borstvergroting of een neuscortectie. "De patiënt met een probleem moet nu eenmaal geholpen worden". Deze vergelijking is echter niet helemaal correct. Natuurlijk hebben we het in beide gevallen over een aanpassing van het uiterlijk, maar het verschil in effecten op de lange termijn en het bestaan van alternatieven geven toch wel aan dat we niet alles op één hoop moeten gooien. Het grootste verschil is natuurlijk dat er geen alternatieven zijn voor een hazenlip of brandwonden. Daarnaast is een operatie voor dergelijke situaties blijvend, een eenmalige investering die het leven gemakkelijker maakt. Bij deze uiterlijke 'handicappen' kan redelijk goed besloten

Omdat het atletenpaspoort in de toekomst kan bijdragen aan een betere afstemming van dopingcontroles en omdat het tevens een goed instrument is voor de sporter om stelling te nemen tegen doping, zal NeCeDo de verdere ontwikkelingen op het gebied van het atletenpaspoort nauwgezet blijven volgen. Tevens zal NeCeDo de mogelijke



LIJF, SPORT  
& MIDDelen

worden om tot een ingreep over te gaan. Voor grotere spieren en minder vet zijn er wel degelijk alternatieven voor doping, namelijk effectief trainen met aandacht voor herstel in combinatie met een uitgekend voedingspatroon.

Meerwaarde artsen

Kunnen artsen dan geen rol van betekenis spelen voor deze groep? Naar onze mening wel. Bij een deel van de groep bodybuilders en krachtsporters speelt de vraag of het gebruik niet tot gezondheidsschade heeft geleid. Een aantal ervaart al hinderlijke bijwerkingen. Door de gezondheidsstatus te controleren, ze er mee te confronteren, objectieve informatie te verschaffen en in gesprek te raken kan wel degelijk ontmoediging van gebruik worden gerealiseerd. Binnen regionale LSM-projecten is dit een aantal keren uitgetest. De resultaten van deze gezondheidscontroles waren voor een aanzienlijk aantal gebruikers reden om met het dopinggebruik te stoppen. Informatie over welke bloedwaarden gescreend moeten worden, welk lichamelijk onderzoek moet worden gedaan en hoe dat allemaal geïnterpreteerd moet worden zijn in een NeCeDo-handreiking beschreven. Deze handreiking - die nu nog concept is - wordt de komende tijd verbeterd en verrijkt. Daarnaast heeft het NeCeDo natuurlijk al veel kennis (websites, boekjes, etc.) en diensten (de Doping Infolijn) beschikbaar waar natuurlijk ook artsen gebruik van kunnen maken.

den inventariseren of er een Nederlands atletenpaspoort ontwikkeld zou moeten worden dat nauw aansluit bij het WADA paspoort. Het NeCeDo is hierover reeds in gesprek met WADA.

Voor een nadere kennismaking met het atletenpaspoort, [www.necedo.nl](http://www.necedo.nl) of [www.wadapassport.org](http://www.wadapassport.org).



## Voedingssupplementen vormen ook in Nederland een dopinggevaar

Onderzoek heeft uitgewezen dat ook in Nederland dopinggeduide stoffen aanwezig kunnen zijn in voedingssupplementen zonder dat deze stoffen op de ingrediëntenlijst genoemd worden. De resultaten van het onderzoek zijn zonder meer schokkend te noemen. Van de 69 voedingssupplementen die getest zijn op dopinggeduide middelen, bleken vijftien supplementen doping te bevatten. Dit is een percentage van 22%.

Het onderzoek is uitgevoerd door NOC\*NSF en het ministerie van VWS in samenwerking met het NeCeDo. TNO voeding en het RIVM. Voor het onderzoek zijn supplementen onderzocht die gebruikt werden door de Nederlandse sporters die zich aan het voorbereiden waren voor de Olympische Winterspelen in Salt Lake City. Nog voor de Spelen begonnen, zijn de sporters geïnformeerd over de uitkomsten en in sommige gevallen is het gebruik van bepaalde supplementen onmiddellijk gestaakt.

Stimulantia en steroïden  
Het onderzoek maakt duidelijk dat ook in Nederland topsporters voorzichtigheid moeten betrachten bij het gebruik van voedingssupplementen. In twee gevallen stond er op de ingrediëntenlijst wel een 'thee-extract' vermeld, waardoor de oplettende topsporter had kunnen vermoeden dat er cafeïne in het betreffende product was verwerkt. Maar de overige dertien gevallen betroffen concentraties cafeïne, efedrine, XTC en nandrolonachtige stoffen (pro-hormonen) waarbij niemand aan de buitenkant had kunnen zien dat deze stoffen in het product verwerkt waren. Hierbij kan men met recht van 'vervuilingen' spreken. Bij het innemen van deze supplementen lopen topsporters het gevaar dat ze onbewust posi-

tief testen bij een dopingcontrole. Of de gevonden concentraties ook een gevaar voor de volksgezondheid vormen, is daarentegen nog maar de vraag. Maar het feit dat XTC en steroïden gevonden worden in gewone supplementen toont wel aan dat er een serieus probleem is in het productieproces van de betrokken supplementen.

### Controleren van batches

Een ander opvallend resultaat van het onderzoek was dat tot tweemaal toe een supplement tijdens het ene productieproces (een zogenaamde 'batch') geen doping bevatte, en bij een andere batch wel. Hierdoor heeft het openbaar maken van productnamen waarin vervuilingen zijn aangetroffen geen zin. Een volgende batch kan wel geheel volgens de normen geproduceerd zijn. Andersom kan een product wat in het verleden altijd heeft geleverd wat er op de ingrediëntenlijst staat bij een volgende batch wel dopinggeduide stoffen bevatten.

### Naar een oplossing

Het Salt Lake City project heeft bewezen dat topsporters op dit moment onvoldoende zekerheid kan worden gegeven over de precieze ingrediënten van voedingssupplementen, waardoor het gevaar voor een onbewuste positieve

dopingtest reëel is. Deze situatie is voor iedereen onbevredigend. Niet alleen de sportwereld is geschrokken van de resultaten van het Nederlandse onderzoek. De voedingssupplementenbranche ziet in de resultaten een aanleiding om het gehele productieproces onder de loep te nemen. Om in de toekomst meer zekerheid te kunnen bieden aan de Nederlandse topsporters, zijn de betrokken partners bij het Salt Lake City project inmiddels in overleg getreden met NPN, de branchevereniging van voedingssupplementenproducenten. Dit overleg moet deze zomer leiden tot een gezamenlijke aanpak die de kansen op een onbedoelde positieve dopingtest minimaliseert. Hiervoor zijn verschillende scenario's mogelijk, variërend van algemene richtlijnen tot specifieke aanduidingen dat bepaalde producten 'schoon' zijn.

### Alternatieven

Het is duidelijk dat er voor topsporters behoorlijke nadelen kleven aan het gebruik van voedingssupplementen. Een sporter (of een begeleider) moet zich dan ook terdege afvragen: zijn deze supplementen wel nodig? Voedingsdeskundigen zijn er van overtuigd dat een sporter nog veel winst kan behalen uit het optimaliseren van het voedingspatroon en vaak is dit nog een stuk goedkoper ook. Mocht een sporter, in samenspraak met een voedingsdeskundige, toch besluiten dat bepaalde supplementen onontbeerlijk zijn dan moet de sporter wel beseffen dat de huidige stand van zaken eigenlijk vereist dat iedere batch gecontroleerd zou moeten worden op dopinggeduide stoffen.

## Richtlijn opgesteld voor inzet dopingcontroles

Het aantal door NOC\*NSF gesubsidieerde dopingcontroles voor het jaar 2002 is vastgesteld op 2500. Deze dopingcontroles worden op advies van het NeCeDo verdeeld over die sportbonden die de verplichting hebben tot het voeren van een actief anti-dopingbeleid. De sportbond moet vooralsnog het toegewezen aantal dopingcontroles zelf verder verdelen over de categorie I en II topsportonderdelen. Voor deze verdeling heeft het NeCeDo een richtlijn opgesteld. De richtlijn voor de verdeling van de gesubsidieerde dopingcontroles is begin maart 2002 naar de sportbonden gecommuniceerd.

Met de uitvoering van dopingcontroles wordt 'nagegaan' of sporters het dopingreglement van hun sportbond naleven. Buiten het feit dat dopingcontroles worden ingezet om overtreders op te sporen (het 'opsporingseffect'), worden dopingcontroles ook ingezet om juist sporters ervan te weerhouden doping te gebruiken (preventief effect). Om beide effecten te optimaliseren heeft het NeCeDo een richtlijn opgesteld. Met behulp van deze richtlijn kunnen sportbonden het aan hun toegewezen aantal dopingcontroles optimaal verdelen over de categorie I en II topsportonderdelen. Tevens geeft deze richtlijn een handvat voor het verdelen van de controles binnen een topsportonderdeel. De richtlijn is opgebouwd uit:

1. een verdeling over de topsportonderdelen;
2. een verdeling binnen de topsportonderdelen;
3. inzet van gerichte communicatie.

De volledige richtlijn is tevens terug te vinden op [www.necedo.nl](http://www.necedo.nl).

## Stimuleringsbedragen opnieuw uitgekeerd Sportbonden besteden steeds meer aandacht aan dopingvoorlichting

Steeds meer sportbonden maken gebruik van het stimuleringsbedrag en dus besteden steeds meer sportbonden aandacht aan voorlichting over doping. Zo blijkt uit onze cijfers dat, over de periode maart 2001 tot maart 2002, 44 sportbonden gebruik hebben gemaakt van het stimuleringsbedrag. Een stijging van 50 procent in vergelijking met het jaar daarvoor. Vooral de stijging bij de niet-olympische sportbonden is bemoedigend. Het NeCeDo hoopt dat in het komend jaar deze stijgende lijn wordt doorgezet.

Jaarlijks keert het NeCeDo stimuleringsbedragen uit aan de Nederlandse sportbonden die de verplichting hebben tot het voeren van een actief anti-dopingbeleid. Deze bedragen zijn mede ter beschikking gesteld door het ministerie van VWS en Sector Topsport van NOC\*NSF en worden uitgekeerd in de vorm van een 'tegoedbon'. Met deze tegoedbon, die een looptijd heeft van één jaar, kunnen voorlichtingsactiviteiten en -materialen verzilverd worden bij het NeCeDo. Deze voorlichtingsdiensten staan beschreven in het 'NeCeDo Partner in Clean Sport dienstenpakket', editie 2001 - 2002.

In totaal heeft bijna 70 procent van de Nederlandse sportbonden aandacht besteed aan voorlichting over doping en gebruikt gemaakt van de stimuleringsbedragen. Veel sportbonden hebben zelfs extra financiële middelen vrijgemaakt

(bovenop het stimuleringsbedrag) om hun sporters voor te lichten over, met name, de dopingcontroleprocedure, de dopinglijst en de problematiek van voedingssupplementen. Een eveneens verheugende ontwikkeling is de toename van voorlichting over doping bij de niet-olympische sportbonden. Bijna 60% van de niet-olympische sportbonden heeft gebruik gemaakt van de stimuleringsbedragen.

De stimuleringsbedragen die in de periode maart 2001 tot maart 2002 zijn uitgekeerd, waren in totaal bijna het dubbele van wat in de periode maart 2000 tot maart 2001 is uitgekeerd. De kwantiteit van de voorlichtingsdiensten die de sportbonden 'afgenomen' hebben, is eveneens drastisch toegenomen. Oftewel, meer bonden hebben gebruik gemaakt van het stimuleringsbedrag en per bond zijn meer voorlichtingsdiensten 'afgenomen'. Vooral de

NeCeDo-dopingwaaiers alsmede de informatiebijeenkomsten waren bijzonder in trek.

Voor de periode maart 2002 tot maart 2003 zijn wederom stimuleringsbedragen voor voorlichting over doping uitgekeerd aan de Nederlandse sportbonden die de verplichting hebben tot het voeren van een actief anti-dopingbeleid. Deze bedragen komen overeen, maar dan in euro's, met de bedragen van vorig jaar.

## Colofon

Receptor is een uitgave van het Nederlands Centrum voor Dopingvraagstukken (NeCeDo) om haar partners en relaties te informeren over doping. Informatie uit Receptor mag door derden worden gebruikt. Bij overname van artikelen dient bronvermelding plaats te vinden.

Hoofd- en eindredactie: Maurice Leeser  
Aan deze uitgave werkten mee:  
Rens van Kleij, Frans Stoele,  
Jan Brouwer de Koning,  
Steven Teitler, Bart Coumans,  
Olivier De Hon  
en Penelope Di Lella  
Uitgeverij: Arko Sports Media  
Fotografie: Pardon fotografie  
Vormgeving, Lay-out en druk:  
Lunodruk  
grafisch bedrijf BV

Redactieadres: NeCeDo  
T.a.v. de redactie van  
Receptor  
Postbus 5014  
2900 EA Capelle aan den IJssel  
tel: 010 2010150  
fax: 010 2010159  
info@necedo.nl  
www.necedo.nl

ISSN: 1566-1814