

Sporters moeten voedingssupplementen blijven controleren!!

Positief op nandrolon door gebruik van.....?

Linford Christie, Merlene Ottey, Troy Douglas en zo kunnen we nog wel even doorgaan. De sportwereld lijkt op dit moment overspoeld te worden met nandrolon. Wat is er gaande.....?

Om te beginnen is nandrolon niets nieuws onder de zon. Al decennia lang is dit anabool steroïd niet alleen bekend, maar ook 'populair', omdat het betrekkelijk 'mild' is in vergelijking met andere anabole steroïden. Een andere naam voor nandrolon is nortestosteron. Het wordt onder andere verkocht onder de merknaam Deca-Durabolin. 'Een decaatje' is in sommige kringen een begrip geworden. Nandrolon is vrij lang na gebruik nog op te sporen in de urine en is de meest gevonden stof bij dopingcontroles; tussen 1990 en 1997 is de stof 1649 keer aangetroffen in de urine van sporters. De kans om tegen de lamp te lopen is dus groot.

Hoe is het dan, gezien bovenstaande, te verklaren dat er op dit moment een grote toename is van het aantal 'nandrolon-positieven'? Hiernaast zijn een aantal mogelijke verklaringen op een rijtje gezet.

Er wordt meer gebruikt.

Gezien de jarenlange bekendheid en de gemakkelijke opspoorbaarheid van nandrolon is deze verklaring niet erg waarschijnlijk. Een sporter weet dat hij een groot risico neemt als hij doelbewust nandrolon gebruikt.

Nandrolon is beter op te sporen.

Aangezien de laboratoria hun detectietechnieken steeds verder aanscherpen, is de kans om de metaboliëten (afbraakproducten) van dopinggeduide stoffen in de urinemonsters op te sporen verbeterd. Dit geldt ook voor de metaboliëten van nandrolon.

De mens maakt van nature nandrolon aan.

Zowel mannen als vrouwen maken van nature nandrolon aan. Deze natuurlijke aanmaak is bij vrouwen meer dan bij mannen, echter bij allebei gering. Laboratoria houden om deze reden dan

ook grenswaarden aan, om te voorkomen dat sporters positief worden bevonden op grond van deze natuurlijke aanmaak.

Nandrolon komt voor in vlees

Nandrolon komt inderdaad van nature voor in vlees, uitsluitend echter in vlees van mannelijke niet-gecastreerde varkens (beren). In vlees van andere dieren is het nog nooit aangetoond. Het is dus eventueel mogelijk dat een mens dit via natuurlijke weg binnenkrijgt. Daarbij moet wel worden opgemerkt dat in West-Europa geen 'beren'-vlees wordt gegeten. De smaak van het vlees en de geur tijdens de bereiding zijn in onze 'neus' niet prettig. Overigens heeft één en ander niets te maken met het behandelen van vlees met hormonen.

Gebruik 'voedingssupplementen'

Het is mogelijk dat de oorzaak van de toename van 'nandrolon-positieven' te maken heeft met het gebruik van 'voedingssupplementen'. Sinds een aantal jaren worden er 'voedingssupplementen' op de markt gebracht die stoffen bevatten die aan nortestosteron verwant zijn. Het gaat dan met name om de zogenaamde precursors (chemische voorlopers) van testosteron, zoals 19-nor androsteendion en 19-nor androsteendiol. Deze middelen worden in Nederland aangemerkt als geneesmiddel en zijn alleen op recept verkrijgbaar.

In andere landen echter, bijvoorbeeld in de Verenigde Staten, worden ze beschouwd als voedingssupplement en zijn daar wel vrij verkrijgbaar. Zoals eerder vermeld wordt er tijdens de analyse van het urinemonster gezocht naar de metaboliëten van dopinggeduide stoffen. De metaboliëten van deze 'voedingssupplementen' is hetzelfde als de metaboliëten van nandrolon. Het vinden van desbetreffende metaboliëten kan dus wijzen op nandrolongebruik, maar ook op gebruik van bovengenoemde precursors. Overigens zijn 19-nor androsteendion en 19-nor androsteendiol volgens de meest recente IOC-dopinglijst ook verboden.

Het gebruik van deze 'voedingssupplementen' zou kunnen verklaren dat er een toename is van het aantal 'nandrolon-positieven' en zou kunnen verklaren dat sporters beweren dat ze géén nandrolon gebruikt hebben.

De vraag blijft natuurlijk wat de betrokken sporters nu eigenlijk hebben gebruikt en vooral hoe dit soort 'dopingzaken' in de toekomst te voorkomen zijn? Op de eerste vraag kunnen alleen de sporters zelf antwoord geven. De tweede vraag is makkelijker te beantwoorden. Sporters moeten zich (nog) meer bewust worden van wat ze gebruiken. Het is belangrijk alle middelen na te (laten) kijken op de aanwezigheid van dopinggeduide stoffen, dus ook de 'voedingssupplementen'!

Tweedekamerlid Joop Atsma wil meer aandacht voor doping in amateursport

Doping ook probleem in breedtesport

Joop Atsma zal in de aanstaande nota over breedtesport tevergeefs op zoek gaan naar passages over doping. Een gemiste kans, vindt het CDA-kamerlid. 'Doping is namelijk wel een probleem van de breedtesport. Een groot probleem zelfs. Er wordt voor miljoenen aan doping verhandeld en alleen in het sportscholencircuit zijn er al tienduizenden gebruikers. Doping is en blijft een gevaar voor de volksgezondheid.'

Toen Joop Atsma vorig jaar aantrad als nieuw tweedekamerlid van het CDA, was hij niet uit op de sportportefeuille. Toch werd hij door zijn collega's naar voren geschoven als fractiespecialist van sport. 'Omdat ik als voorzitter van de nationale wielerbond middenin de sport zit. Waarom ik aanvankelijk niet stond te springen? Nou, omdat anderen belangstelling hadden en ik al veel in de sport actief ben. Nu ik toch sport "doe", probeer ik het thema hoger op de politieke agenda te krijgen. Want wanneer wordt er echt over sport gedebatteerd? Vrijwel nooit. De grote fracties zijn het altijd eens. Of het nou over de verdubbeling van het sportbudget gaat, of over het bestrijden van voetbalvandalisme.'

Alleen op het gebied van dopingbestrijding zijn de politieke gelederen niet altijd gesloten. Atsma vindt het nog steeds onbegrijpelijk dat paars alleen oog heeft voor dopingbestrijding in de topsport. Vlak voor het zomerreces kreeg hij niet meer dan een lauwe reactie van paars toen hij aandacht vroeg voor de dopingproblemen binnen de breedte-

sport. Atsma: 'Van het extra geld dat het kabinet vanaf 1999 voor sport uittrekt, gaat 25 procent naar de topsport. Een deel daarvan gaat naar het dopingbeleid, prima! Maar dan zou er van het restant van het extra budget, dat is bestemd voor de breedtesport, een deel naar dopingbestrijding in de breedtesport moeten gaan. Daar voelt paars dus niets voor, onder het mom van: "we doen toch al zoveel tegen doping."'

Waarom denkt u dat doping een groot probleem is in de breedtesport?

Atsma: 'Dat kun je afleiden uit enkele onderzoeken van het NeCeDo. Onderzoek binnen het sportscholencircuit heeft aangetoond dat tienduizenden amateursporters doping gebruiken en dat ze er miljoenen guldens aan besteden. Als je bedenkt dat in elke tak van sport, of het nu handbal, wielrennen, tafeltennis of atletiek is, doping wordt gebruikt, hoef je geen genie te zijn om te bedenken dat dopinggebruik een groot maatschappelijk probleem is. Een gevaar voor de volksgezondheid. Maar voordat je ge-

AANKONDIGING

Symposium over doping: hormonen als prestatieverhogende middelen in de sport

Georganiseerd door de Nederlandse Vereniging voor Endocrinologie met medewerking van het Nederlands Centrum voor Dopingvraagstukken.

Tijdstip: Vrijdag 19 november
Aanvang: 10:00 uur
Locatie: Collegezaal Diergeneeskunde Utrecht

Voor meer informatie kunt u terecht bij Dr. A. Hermus, St. Radboudziekenhuis, Nijmegen, tel.: 024 361 45 99



richt actie kunt ondernemen, moet je wel precies weten hoe omvangrijk het probleem is en wie je moet benaderen. Daarom pleit ik ervoor om ook binnen de breedtesport dopingcontroles te houden, in elke tak van sport. Meten is weten.'

Stel dat dat gebeurt, dan wordt straks een amateursporter positief bevonden, omdat-ie een hoestdrankje heeft gebruikt. Dat kun je toch geen dopinggebruiker noemen?

'Daarom vind ik het ook belangrijk dat de lijst van verboden middelen wordt "opgeschoond". Er moet een lijst komen met middelen die in elke tak van sport verboden zijn, zoals het zeer schadelijke EPO. Maar daarnaast ook lijsten van producten die per sporttak, of per discipline,

Vervolg op pag. 2

INHOUD

In deze Receptor komen de volgende onderwerpen aan bod:

pagina

1

- Positief op nandrolon door gebruik van...?
- Interview met de voorzitter van de KNWU, de heer Joop Atsma
- Aankondiging symposium over doping

pagina

2

- Vervolg interview Joop Atsma
- Handel in doping harder aangepakt
- Van de directietafel "Prikken en slikken"
- Rectificatie

pagina

3

- NeCeDo-dopingwaaier, editie 1999
- Creatine verboden?
- Lance, Ludo en corticosteroiden
- Lijf, Sport & Middelen in Zaanstreek-Waterland

pagina

4

- Astmatische sporters in het voordeel?
- Vrijwel alle Olympische sportbonden in bezit van dopingreglement
- De inrichting van het dopingcontrolestation
- Colofon



Handel in doping harder aangepakt

Zwaardere straffen voor dopinghandelaren

Door een tweetal in de Wet op de Geneesmiddelenvoorziening (WoG) omschreven strafbare feiten als economisch delict aan te gaan merken, wil staatssecretaris Vliegthart de handel in doping harder gaan aanpakken. Op advies van de Inspectie voor de Gezondheidszorg (IGZ) en het Openbaar Ministerie (OM), zullen in de nabije toekomst het onbevoegd uitoefenen van de arts-nijbereidkunst en het verbod tot het invoeren, bereiden en verhandelen van ongeregistreeerde geneesmiddelen worden aangemerkt als economisch delict.

Betreffende maatregelen volgen op de conclusie dat de huidige wettelijke regelingen onvoldoende mogelijkheden bieden om de illegale handel in doping doeltreffend aan te pakken. Op het eerste gezicht lijkt de huidige Wet op de Geneesmiddelenvoorziening een goed instrument. De relatief lichte straffen van maximaal zes maanden hechtenis of een geldboete van maximaal tienduizend gulden worden in de praktijk door illegale handelaren echter als 'bedrijfsrisico' op de koop toegenomen. Daar komt nog bij dat opsporingsambtenaren, door deze milde straffen, slechts over zeer beperkte bevoegdheden kunnen beschikken om tot aanhouding over te gaan.

Zwaardere straffen

De Wetswijzigingen die Staatssecretaris Vliegthart voorstelt, maken het mogelijk het onbevoegd verstrekken en bereiden van geneesmiddelen (arts-nijbereidkunst) en het invoeren en verhandelen van ongeregistreeerde medicij-



nen te bestraffen met een geldboete van maximaal honderdduizend gulden of een gevangenisstraf van maximaal zes jaar. Betreffende maatregel is met name bedoeld om de illegale handel in doping effectiever te kunnen bestrijden. Op de 'zwarte markt' (de illegale handel in dopingmiddelen) zijn deze praktijken immers aan de orde van de dag. De Inspectie voor de Gezondheidszorg en het Openbaar Ministerie achten de maatregel eveneens zinvol om de illegale handel in reguliere medicijnen te bestrijden.

Meer opsporingsmogelijkheden

Een belangrijk voordeel van de zwaardere straffen is de verruiming van de opsporingsmogelijkheden die dit oplevert. Tot op de dag van vandaag moeten opsporingsambtenaren iemand op heterdaad betrappen om hem of haar aan te kunnen houden. De voorgestelde wetswijziging maakt het echter mogelijk om iemand ook "buiten heterdaad" aan te houden of tot huiszoeking over te gaan. Tevens wordt het mogelijk om iemand in voorlopige hechtenis te nemen en telefoongesprekken af te luisteren.

Handel in Doping; een verkennend onderzoek

De nu voorgestelde wetswijziging komt overeen met het advies dat het NeCeDo begin 1998 heeft uitgebracht op basis van het door haar verrichtte verkennende onderzoek naar de handel in dopinggeduide middelen in Nederland. In aanvulling hierop adviseert het NeCeDo in het onderzoeksrapport "Handel in Doping" justitieel in te grijpen in gevallen waarin van excessen sprake is. Hierbij moet worden gedacht aan de handel in biologisch groeihormoon, vervalsingen en de handel in middelen als insuline en GHB. Ook wordt aanbevolen een task-force in het leven te roepen, waarin expertise, midde-

len en aandacht gebundeld kunnen worden. Deze task-force zou over kunnen gaan tot de opsporing van vervalzers in dopinggeduide middelen en het opsporen en dichten van 'lekken' in de geneesmiddelenvoorziening. Ook kan een dergelijk orgaan functioneren als (inter)nationaal aanspreekpunt inzake de handel in doping. Tot slot werd destijds aanbevolen een geautomatiseerd informatiesysteem op te zetten, waarin alle bekende dopingmiddelen zijn opgenomen. Een systeem dat door alle politiekorpsen geraadpleegd kan worden.

Wel de handelaar, niet de gebruiker

De nu voorgestelde wetswijziging heeft inmiddels tot de nodige commotie geleid. In sommige gevallen was slechts de aankondiging van een op handen zijnde wetswijziging voldoende om dopinggebruikers een opgejaagd gevoel te bezorgen. Met de Tour de France perikelen van vorig jaar nog vers in het geheugen, bekwam menig gebruiker het gevoel aangeschoten wild te worden. Met de nu voorgestelde wetswijziging beoogt de Staatssecretaris echter geen klopjacht op de gebruikers. De maatregelen worden getroffen om de verkrijgbaarheid van dopingmiddelen te bemoeilijken en de personen die zich hiermee moedwillig bezig houden in de kraag te vatten.

Bestelwijze

Het NeCeDo-onderzoeksrapport "Handel in Doping" is voor f32,50 (excl. verzendkosten) te bestellen bij Arko-uitgeverij te Nieuwegein via het telefoonnummer 030 605 10 90.

Van de directietafel Prikken en Slikken

"Prikken en slikken" is de titel van een geruchtmakend boek waarin de Belgische wielersoigneur Willy Voet zijn memoires beschrijft. Het boek las ik in één adem uit en ik was onthutst zonder naïef te willen zijn. Het is toch niet te geloven dat zoiets in sportkringen gebeurd? Aanvankelijk vond ik de opstelling van de Franse justitie nogal overdreven, maar na het lezen van het boek van Willy Voet heb ik er meer begrip voor gekregen.

Intussen gaan de dopingcontroles in Nederland gewoon door, waarvan het aantal in omvang met het jaar zal toenemen. Tot nu toe zijn er dit jaar in Nederland zo'n vijfhonderd controles verricht en niet één sporter werd positief bevonden. Een resultaat om trots op te zijn. Helaas kunnen we minder trots zijn op sommige afnameprocedures van deze controles. Zo raakten twee van onze dopingcontrole-officials, tot mijn grote spijt, bij een ernstig incident betrokken. Een voor een dopingcontrole ingelote topsportster verliet het dopingcontrolestation zonder te plassen. Dit gebrek aan medewerking werd, conform de regels, door het NeCeDo gemeld aan de betrokken sportbond. In plaats dat desbetreffende sportbond een goed gesprek voerde met de topsportster, verdiepte de tuchtcommissie zich in de gevolgde procedure en vond men zelfs aanleiding om de bringer van de boodschap, het

NeCeDo, een oorvijg te verkopen. Een ontkenning die klopte met wat wij al weken eerder via de wandelgangen vernamen. Een gang van zaken die mij zeker niet lekker zit, maar helaas kan ik me met mijn beklag tot geen enkele instantie wenden. Reden temeer om zo snel mogelijk na het operationeel worden van DoCoNed een commissie van toezicht in te stellen.

Een ander incident betrof de "supporter" die tijdens een nationaal kampioenschap het dopingcontrolestation binnen drong en de aanwezige dopingcontrole-official ernstig bedreigde. De topsportster, die gecontroleerd moest worden, bedacht zich geen moment en kwam tussenbeide. Zo maakte ze het de dopingcontrole-official mogelijk zich een veilig heenkomen te zoeken. Daags na het gebeuren leidde mijn contact met de bondsdirecteur er toe dat onze versie van de gebeurtenis binnen enkele uren werd bevestigd. Kort daarna kwamen er excuses en werd aangegeven welke tuchtrechtelijke maatregelen getroffen zouden worden. De schriftelijke bevestiging liet ook niet lang op zich wachten waarop de zaak voor de dopingcontrole official en voor het NeCeDo was afgedaan. Met een bond die zo snel en adequaat optreedt is het voor het NeCeDo fijn samenwerken, tenslotte kunnen er zich in de best georganiseerde bonden incidenten voor doen.

In 1995 heeft de Nederlandse overheid de Anti-Dopingconventie van de raad van Europa geratificeerd. Het ontwikkelde beleid heeft er onder andere toe geleid dat alle sportbonden per 1 januari 1999 over een anti-dopingreglement dienden te beschikken. Vrijwel alle Olympische bonden hebben hier aan voldaan.

Voor de denksportbonden ligt dit echter wat moeilijker. Al was het alleen maar al vanwege het feit dat er geen internationaal referentiekader bestaat. Het NeCeDo is voornemens om hier -in goede samenwerking met het Ministerie van VWS en de betrokken bonden- beleid op te gaan ontwikkelen. Eerst moeten er antwoorden gevonden worden op vra-

gen als: welke dopinggeduide middelen zijn reeds bekend bij de denksporters, welke dopinggeduide middelen leiden tot betere prestaties en welke zijn schadelijk voor de gezondheid? Opnieuw een stap in de goede richting! Tot de volgende Receptor.

Piet van der Kruk.

Vervolg van pag. 1

taboe zijn. Zo zou bijvoorbeeld een schutter niet als dopinggebruiker worden moeten aangemerkt wanneer er bijvoorbeeld sporen van een verkoudheidsdrankje gevonden worden. Dat is dan van een heel andere orde dan een bètablokker.' (geneesmiddel voor bloeddrukverlaging en regulering van het hartritme, red)

Even terug naar de topsport: staatssecretaris Vliegthart heeft de duimschroeven van de sportbonden aangedraaid. Bonden die geen dopingreglement hebben, kunnen gekort worden. Uw mening?

'Ik heb er een dubbel gevoel over. Op zich is het goed dat de sportbonden verplicht worden om zich met dopingbestrijding bezig te houden. Maar als straks een bond de fout ingaat en rijkssubsidie verspeelt, wie wordt dan de dupe? De topsportster. Want een bond zal niet korten op het eigen apparaat, maar op de activiteiten van de sporter. Daar maak ik me zorgen over.'

Rectificatie

In de vorige Receptor (uitgave 1, juni 1999, bladzijde 4) is in de tabel -ter verduidelijking van de IOC-lijst- een foutje geslopen bij de stof corticosteroiden.

Wat valt er verder te verbeteren in de Nederlandse dopingwereld?

'Nederland mist een instantie die de urinestalen analyseert. De plasjes die de medewerkers van DoCoNed ophalen, gaan allemaal naar Amerika voor de analyse.'

Prima toch, want daar gebeurt het goedkoper dan om de hoek in Keulen!

'Maar hier in Nederland kan het nog goedkoper dan in de VS, en ook sneller. Dat betekent dat je voor hetzelfde geld meer controles kunt verrichten. Bovendien is het hebben van een eigen lab - dat natuurlijk wel voldoet aan de IOC normen - heel erg belangrijk voor de kennis over doping. De ontwikkeling gaat zo snel met nieuwe dopingmiddelen en maskeringsmiddelen. Dat is een wedloop tussen wetenschappers. Daar moet je zelf middenin zitten omdat je de kennis dan in Nederland kunt gebruiken.'

Jan Brouwer de Koning

Rectale toediening van corticosteroiden is óók verboden en lokale en intra-articulaire injecties zijn toegestaan zonder verklaring. Onze excuses voor deze fout. De gehele tabel is nog eens correct afgebeeld op onze internet-site (www.necedo.nl).

Zojuist verschenen De NeCeDo-dopingwaaier, editie 1999

De NeCeDo-dopingwaaier is uit. In de kleine, geplastificeerde waaier wordt kort en bondig de meest recente IOC-dopinglijst (31 januari 1999) beschreven. Ook wordt de dopingcontrole-procedure stap voor stap toegelicht aan de hand van illustraties en tekst. Tevens is een lijst van toegestane geneesmiddelen opgenomen, gerangschikt op ziektebeeld/aandoening, die sporters kunnen gebruiken zonder het risico te lopen positief bevonden te worden bij een dopingcontrole.

De NeCeDo-dopingwaaier is met

name geschikt om sporters te informeren, die in aanmerking kunnen komen voor een dopingcontrole. Onderzoek heeft uitgewezen dat sporters die de NeCeDo-dopingwaaier in hun bezit hebben, aanzienlijk beter scoren op kennisvragen over doping. De NeCeDo-dopingwaaier wordt, dankzij een financiële bijdrage van de Sector Topsport NOC*NSF, gratis ter beschikking gesteld aan alle atleten met de topsportstatus A, B en Jong Oranje. De reguliere prijs van de NeCeDo-dopingwaaier bedraagt vijf gulden per exemplaar.

Creatine verboden?

Veel sporters willen creatine meenemen naar het buitenland, maar zijn onzeker geworden naar aanleiding van een aantal 'broodje aap' verhalen over het vervoer en gebruik van creatine in het buitenland.

Het is het NeCeDo in ieder geval niet bekend dat er in sommige landen een invoerverbod zou zijn op creatine, laat staan dat het gebruik van creatine in die landen verboden zou zijn.

Je mag creatine dus gewoon meenemen. Het NeCeDo adviseert echter wel creatine zoveel mogelijk te vervoeren in de originele verpakking, liefst in een nog onaangebroken verpakking. Dit om eventuele problemen bij de douane te voorkomen. Je kunt je de reactie van een overijverige douane-beambte waarschijnlijk wel voorstellen wanneer hij (bij



een Nederlander) een zakje wit poeder vindt. En leg dan maar eens uit dat het creatine is!

Lance, Ludo en corticosteroiden

Ondanks dat er in de Tour de France van 1999 geen invallen zijn geweest van de Franse Justitie, werd deze Tour alsnog opgeschrikt door vermeend dopinggebruik. Op maandag 19 juli, een rustdag notabene, werd de Belgische kampioen Ludo Dierickxsens door zijn ploegleiding uit de Tour gezet. Ludo had namelijk bij de dopingcontrole verteld dat hij 'het corticoïd Synacthen' had gebruikt. Later bleek uit berichten in de Franse pers dat ook Lance Armstrong positief was bevonden op het gebruik van 'corticoïden'. Maar waren hun plasjes nu eigenlijk wel positief en hoe zit dat nu met het gebruik van corticosteroiden?

Corticosteroiden (corticoïden is de Franse benaming) zijn ontstekingsremmers. Het Internationaal Olympisch Comité, (IOC) zegt hier het volgende over:

Het systemisch gebruik van corticosteroiden is verboden.

Anale, nasale, oor- en oogheekundige, dermatologische toepassing en toediening per inhalatie zijn toegestaan, maar rectale toepassing niet. Intra-articulaire en lokale injecties van corticosteroiden zijn toegestaan.

Als de regels van de verantwoordelijke autoriteit dat aangeven, kan melding van de toedieningswijze noodzakelijk zijn.

Lance

Lance Armstrong gebruikte een zalf met de stof triamcinolon voor de behandeling van zadelpijn. Dit valt onder "dermatologische toepassing". Daarnaast had hij een verklaring van de arts waarin reden van gebruik en toedie-

ningswijze waren vermeld. Lance Armstrong heeft dus volgens de regels van het spel gehandeld.

Ludo

Het verhaal van Ludo Dierickxsens werd nogal gekscherend gebracht als zijnde de zoveelste Belgenmop, omdat Ludo zo stom zou zijn geweest om het op doktersvoorschrift voorgeschreven middel te melden bij de dopingcontroleur.

Voor alle duidelijkheid, Ludo Dierickxsens werd door de ploegleiding uit de Tour gezet, omdat hij het betreffende middel niet van zijn ploegarts had gekregen, maar van zijn eigen arts. Daarmee ging hij in tegen de regels van de ploeg. Maar wat had hij nu eigenlijk gebruikt?

In eerste instantie werd Synacthen genoemd. Dit is echter geen corticosteroid, maar een stof die valt onder de 'peptide hormonen en mimetica'. Het gebruik van deze stof is sowieso verboden. Het is niet zo verwonderlijk dat

Lijf, Sport & Middelen in Zaanstreek-Waterland

Donderdag 10 juni 1999 jongstleden is in Zaandam een seminar Lijf, Sport & Middelen gehouden voor sportschoolhouders en fitnessinstructeurs in de regio's Zaanstreek en Waterland. De bijeenkomst werd georganiseerd door de GGD Zaanstreek-Waterland in samenwerking met het NeCeDo. De twaalf vertegenwoordigers van verschillende sportscholen uit Zaanstad, Purmerend, Wormer en Landsmeer beoordeelden de dag positief. In het najaar zal als follow up een aantal voorlichtingsbijeenkomsten georganiseerd worden op sportscholen.

In navolging van de regio's Eemland en Midden-Brabant zijn de GGD Zaanstreek-Waterland en het NeCeDo in 1998 begonnen met de voorbereiding van het project 'Lijf, Sport & Middelen'. Na een belronde naar verschillende sportscholen is er een gesprek gevoerd met een aantal sportschoolhouders over hun ideeën met betrekking tot doping en een mogelijk preventieproject in dit kader. Daaropvolgend is de seminar voor sportschoolhouders georganiseerd. Op de tweeëntwintig uitnodigingen die zijn verstuurd kwamen vijftien reacties. Uiteindelijk waren twaalf (voornamelijk de grote) sportscholen uit de regio vertegenwoordigd.

Levendige discussie

Het seminar startte met een levendige discussie over dopinggebruik in de regio. Bijna iedereen kende wel verhalen over sporters, waarvan men wist of vermoedde dat ze weleens doping gebruikten. De reacties van de desbetreffende sportschoolhouders of instructeurs waren weliswaar verschillend, maar tegelijkertijd was iedereen verontrust over het toenemende gebruik van doping door jongeren die zonder trainen er toch als 'een Schwarzenegger' uit willen zien.

Squats, curls en presses

De eerste spreker was de Rotterdamse sportschoolhouder Hans Kroon. Kroon heeft zich gespecialiseerd in trainingstechnieken en voedingsprogramma's op natuurlijke basis, voor bodybuilders. Zijn verhaal, doorspekt met ervaringen die hij in de afgelopen twintig jaar heeft opgedaan, bestond uit praktische tips met een theoretische onderbouwing. Verder gaf hij zijn visie op de dopingproblematiek, met zijn eigen (internationale) ervaring als uitgangspunt. Uit de vele vragen naar meer precisering van de hoeveelheid noodzakelijke squats, curls en presses bleek dat verschillende aanwezigen het geleerde meteen in de praktijk wilden brengen.

Koolhydraatrijk en vetarm

Daarna sprak Willem Jonkman, oud Nederlands kampioen zwaargewicht én voorzitter van de Stichting Atleten Belangen, vlak voor de lunch nog over voeding voor sporters. Jonkman is sportschoolhouder in Den Haag en begeleidt daarbij ook wedstrijd-bodybuilders. Zijn aanbevelingen voor een goede voeding waren vooral gebaseerd op vetarme, koolhydraatrijke voeding met voldoende eiwitten. Ook adviseerde hij veel te drinken zodat afvalstoffen snel afgevoerd kunnen worden. Wel moeten sporters natuurlijk zorgen dat zij extra veel eten

Ludo later verklaarde dat hij Kenacort had gebruikt (een middel dat dezelfde stof bevat als het middel dat Lance Armstrong gebruikte). Weer later was er zelfs sprake van dat het om een 'een homeopathisch middel' zou gaan.

Op de lijst en toch toegestaan?

Belangrijk is nu dat je je niet laat weerhouden door het verhaal van



LIJF, SPORT
& MIDDELEN

om de verbruikte energie weer aan te vullen. Dit kan het beste over meerdere tijdstippen per dag verspreid worden. Zijn adviezen werden door verschillende aanwezigen al in praktijk gebracht deze ochtend: halve broden, ontbijtkoeken en pakken zuivel waren vóór elfen al verorberd. Er was al extra veel lunch geregeld, maar een goede tip voor iedereen die een dergelijke bijeenkomst organiseert is zorg te dragen voor een koolhydraatrijke, vetarme snack om tien uur.

Informatiemap

Na de lunch sprak Rens van Kleij van het NeCeDo over de eigenschappen en effecten van verschillende dopinggeduide middelen.

Het seminar werd afgesloten met het uitdelen van een informatiemap met daarin de brochures Basic-Nutrition, Work-Out en Drug-info van het NeCeDo. Het is de bedoeling dat deze map ter inzage ligt op de sportscholen. De map is ook aangeboden aan alle regionale sportscholen die niet op de bijeenkomst aanwezig waren. Verder is het aanbod gedaan om een aantal voorlichtingsbijeenkomsten te organiseren voor sporters. Verschillende sportscholen reageerden positief. Waarschijnlijk zullen deze bijeenkomsten plaatsvinden in het najaar van 1999.

Carola Bijen en Ghislaine Nooijen Kooij
GGD Zaanstreek Waterland

GGD zaanstreek
waterland

Dierickxsens en de door jouw gebruikte medicijnen gewoon opgeeft. Daarnaast is het belangrijk om te weten dat dus niet al het 'gebruik' van stoffen die op de IOC-dopinglijst staan, verboden is. Corticosteroiden zijn gewoon toegestaan, behoudens systemisch en rectaal gebruik. Melding van het gebruik en of de toedieningswijze kan echter noodzakelijk zijn.

NeCeDo presenteert salbutamol-onderzoek

Astmatische sporters in het voordeel?

De Universiteit van Maastricht huisvest de medische wetenschappelijke afdeling van het NeCeDo. Deze afdeling van het NeCeDo heeft in samenwerking met de Universiteit Maastricht een onderzoek uitgevoerd naar de effecten van salbutamol op de duurprestatie. Salbutamol is één van de meest gebruikte geneesmiddelen ter verlichting van astmatische klachten en is de werkzame stof van Ventolin. Salbutamol wordt echter ook gebruikt door sporters zonder astma, vanwege de vermeende prestatiebevorderende effecten. Dit onderzoek is door het NeCeDo gepresenteerd tijdens de grootste conferentie op het gebied van de sportgeneeskunde ter wereld, de ACSM-conferentie in Seattle.

Normaal wordt aan astma-patiënten tweehonderd microgram voorgeschreven, terwijl aan zwaardere gevallen de maximale, therapeutische dosering wordt voorgeschreven (vierhonderd microgram per inhalatie). Centraal in dit wetenschappelijk onderzoek stond het effect van een eenmalige toediening van een zeer hoge dosering salbutamol per inhalatie (achthonderd microgram) bij

duursporters. Zestien goed getrainde, niet-astmatische mannelijke wielrenners en triatleten werd gevraagd twee tijdritten (van ongeveer veertig kilometer) op een fietsergometer te rijden.

Verbetering longfunctie

Nadat de balans werd opgemaakt, bleek dat na inhalatie van achthonderd microgram salbutamol er gemiddeld een

betere eindtijd werd gerealiseerd dan zonder die eenmalige inhalatie van achthonderd microgram salbutamol. Mede op basis van dit is geconcludeerd dat een eenmalige toediening van achthonderd microgram salbutamol per inhalatie tot een verbetering van de longfunctie van niet-astmatische, goed getrainde duursporters leidt. Daarnaast leidt salbutamol ook tot een verbetering van het duurprestatievermogen. Het is echter mogelijk dat deze verbetering afhankelijk is van het prestatieniveau van de getrainde duursporter. Het lijkt erop dat vooral de mindere sportgoden een voordeel behalen van het gebruik van salbutamol.

Verboden lijst?

Betekent dit nu dat salbutamol alsnog verboden moet worden, vanwege de

prestatiebevorderende effecten? Geredeneerd vanuit de vaak gehoorde opinie dat geneesmiddelen die tot prestatieverbetering leiden uit de sport geweerd moeten worden, zou dit betekenen dat salbutamol inderdaad alsnog op de 'verboden lijst' geplaatst moet worden. Dit zou echter alle astmatische sporters in één klap uitschakelen voor de strijd om de overwinning. Aan de andere kant zijn er, uitgaande van de huidige situatie waarin salbutamol (maar ook terbutaline en salmeterol) is toegestaan voor geregistreerde astmatici, geheel andere complicaties. Astmatische sporters zouden dan misschien een voordeel kunnen hebben ten opzichte van hun niet-astmatische collega's. Zij zouden immers een prestatieverbetering kunnen ondervinden door het exclusief door hen gebruikte geneesmiddel. Het is duidelijk dat de alom gehanteerde dopinglijst in de huidige vorm deze complicaties zeker niet vereenvoudigt.

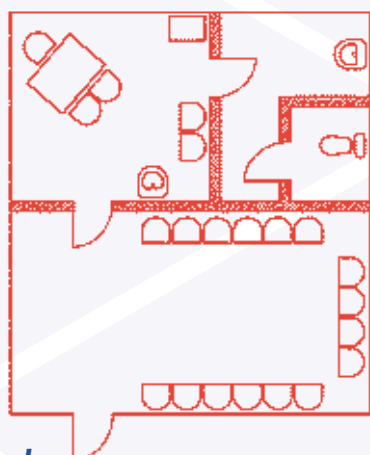
De inrichting van het dopingcontrolestation

Alhoewel de kwaliteit van de meeste dopingcontrolestations steeds beter wordt, blijft er af en toe ook nog weleens wat te wensen over. In ieder geval dient het dopingcontrolestation de sporters privacy te bieden en moet het geschikt zijn voor het correct uitvoeren van een dopingcontrole. Voor alle duidelijkheid geven we een overzicht van de overige voorwaarden waaraan een dopingcontrolestation moet voldoen.

Toegang

Het dopingcontrolestation moet dicht in de buurt liggen van de locatie van de wedstrijd of de training. Alleen daartoe bevoegden krijgen toegang tot het dopingcontrolestation. Dit zijn de dopingcontrole-official(s), de tot dopingcontrole aangewezen sporters en hun begeleiders en een officiële vertegenwoordiger van de opdrachtgever tot uitvoering van de dopingcontroles. De toegangsdeur tot het dopingcontrolestation dient hiertoe beveiligd te zijn.

Fig. 1. Een model dopingcontrolestation



Ideaal

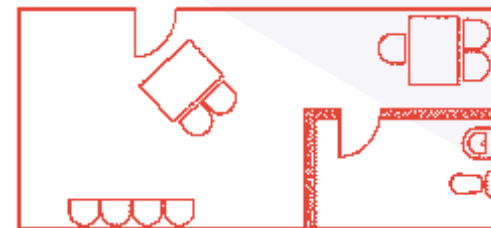
Een model dopingcontrolestation dient te bestaan uit drie van elkaar gescheiden ruimtes namelijk, een wachruimte, een werkruimte en toiletten voor het afnemen van de urinemonsters. Idealiter moet er tenminste sprake zijn van twee afzonderlijke, met elkaar ver-

bonden, ruimtes ten behoeve van de dopingcontrole te zijn. De wachruimte moet tenminste voorzien zijn van een aantal stoelen, kledinghangers of -haken. Ook moeten er voldoende niet-alcoholische en coffeïnevrije dranken (frisdrank, vruchtensap en mineraalwater) in de wachruimte aanwezig zijn. Deze dranken dienen zich in de originele en afgesloten fles of verpakking te bevinden en mogen dus niet geopend zijn. Tenslotte verdient het aanbeveling zorg te dragen voor kranten en tijdschriften en, indien mogelijk, een radio of een televisie. Dit om een ontspannen sfeer te kunnen creëren.

Alternatief

Als slechts één ruimte beschikbaar is voor de uitvoering van de dopingcontroles, dan moet in deze ruimte tenminste één afgezonderde toiletruimte aanwezig te zijn. De werkruimte moet op haar beurt afgezonderd zijn van de wachruimte, zodat meeluisteren door de wachtenden niet mogelijk is.

Fig. 2. Een alternatief voor een model dopingcontrolestation.



In de werkruimte moet minimaal een tafel en een aantal stoelen staan. Bij grote evenementen, waarbij gedurende meerdere dagen dopingcontroles zullen worden gehouden, moet ook een afsluitbare koelkast in de werkruimte aanwezig zijn voor de opslag en het bewaren van de afgenomen urinemonsters. Voor de afname van urinemonsters is minimaal één toiletruimte vereist. Mochten er zowel mannelijke als vrouwelijke sporters worden gecontroleerd, dan moet er voor elke sexe een eigen toiletruimte beschikbaar te zijn. De toiletruimte dient voldoende bewegingsvrijheid te bieden aan de dopingcontrole-official en de betrokken sporter.

Vrijwel alle Olympische sportbonden in bezit van dopingreglement

Per één juli jongstleden is de 'deadline' verstreken waarop de Nederlandse sportbonden over een dopingreglement moeten beschikken. De huidige stand van zaken is dat vier bonden de deadline niet gehaald hebben en dat twee sportbonden uitstel hebben gekregen tot 1 oktober 1999. Voor het hebben van een actief dopingreglement dienen de Olympische bonden niet alleen in het bezit te zijn van een dopingreglement, maar ook moeten ze een actief anti-doping beleid voeren.

De in het vooruitzicht gestelde subsidiekorting, door het Ministerie van VWS, heeft ervoor gezorgd dat er veel vooruitgang is geboekt met het opstellen van dopingreglementen. Uiteindelijk slaagden vrijwel alle 'Olympische' bonden er in om over een deugdelijk dopingreglement te beschikken vóór de uiterlijke termijn. Van de overige bonden beschikt meer dan de helft over een reglement.

Natuurlijk betekent dit niet dat de betrokkenen bij de bonden nu op hun lauweren kunnen gaan rusten. Het dopingvraagstuk is voortdurend in beweging en dit heeft ook gevolgen voor het dopingreglement. Wisselende dopinglijsten, uitvoering van dopingcontroles, én het feit dat het dopingprobleem nog geen halt is toegeroepen, betekent

dat de sportbonden de kwaliteit van het dopingreglement voortdurend in de gaten moeten houden. En, indien nodig, verbeteren. Recht is voortdurend in beweging en dus ook het dopingreglement. Zo heeft er weer een aantal wijzigingen plaatsgevonden in de dopingcontrole-procedure. Het is dan ook noodzakelijk dat sportbonden met een dopingreglement -gedateerd vóór april 1999- het dopingreglement door het NeCeDo laten nakijken en eventueel 'up-daten'.

Een gedegen anti-dopingbeleid bestaat uit een dopingreglement, dopingcontroles en voorlichting. Na de invoering van een dopingreglement is de uitvoering van dopingcontroles dus de volgende stap. Vanwege de mogelijk verregaande gevolgen daarvan is het gewenst dat er

binnen de sportbonden aandacht besteed wordt aan een gedegen voorlichting.

Al met al is de eerste stap gezet op weg naar een gedegen anti-dopingbeleid. Dit is een positieve ontwikkeling, aangezien het voorkómen van het gebruik van doping niet alleen een zaak is van het NeCeDo of de overheid, maar juist een

zaak van de sportbonden. Het is dan ook zeker gewenst dat deze sportbonden de opstelling en verbetering van dopingbeleid en -reglementering zullen voortzetten en uitbouwen. Ook is het wenselijk dat de bonden zelf het voortouw nemen en (nieuwe) initiatieven blijven ontplooiën. De sportbonden blijven immers in eerste instantie vooral zelf verantwoordelijk voor (de bevordering van) de 'schone' beoefening van hun tak van sport.

Colofon

De '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.

Eindredactie: Maurice Leeser

Redactieadres: NeCeDo
T.a.v. de redactie van
Receptor
Postbus 4060
3006 AB Rotterdam
tel: 010 2010150
fax: 010 2010159

ISSN: 1566-1814

info@necedo.nl

www.necedo.nl

