

# Dopingcontrole: hoe?

**Onbewust  
doping-  
gebruik  
vermijden!**

**Dr. Hans Cooman**

NADO Vlaanderen  
[www.antidoping.vlaanderen](http://www.antidoping.vlaanderen)  
[info@nado.vlaanderen](mailto:info@nado.vlaanderen)

**SAY NO!  
TO DOPING**  
In partnership with  WADA



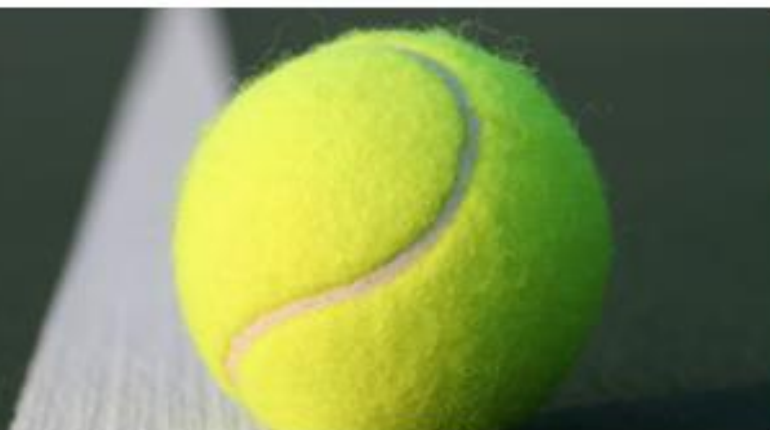
**NADO  
VLAANDEREN**

ZEG NEEN TEGEN DOPING

# Dopingcontrole

- ▶ Waarom?
- ▶ Wanneer?
- ▶ Wie controleert?
- ▶ Wie wordt gecontroleerd?
- ▶ Hoe verloopt een dopingcontrole?
- ▶ Verplichtingen van de sportorganisatie!
- ▶ Rechten en plichten van de sporter!

Wie sport moet weten  
waar de lijn ligt.



### Ga naar...

- › [Cijfers en statistieken](#)
- › [Links](#)
- › [FAQ](#)
- › [Bestellen](#)
- › [Regelgeving](#)
- › [Video](#)

### Nieuws

#### 10 maart 2015

- › Op maandag 9 maart 2015 organiseerde NADO Vlaanderen samen met de Vlaamse Sportfederatie...

#### 05 februari 2015

- › De cijfers en statistieken van 2014 (pdf) werden gepubliceerd. Persmededeling van de...

#### 15 december 2014

- › Trainers werken mee aan dopingvrij en gezond sporten. Op 13 december 2014 vond in de...



### Nieuwsbrief

#### Geneesmiddelen, supplementen en TTN



- › [lijst geneesmiddelen](#)
- › [verboden stoffen](#)
- › [TTN](#)
- › [voedingssupplementen](#)

#### Dopingcontrole: wat, wie, hoe, ...?



- › [wat is doping?](#)
- › [dopingcontrole: wie, wanneer, waarom?](#)
- › [hoe verloopt een dopingcontrole?](#)
  - › [Video "Dopingcontrole stap voor stap"](#)
- › [een overtreding: wat nu?](#)
- › [zeg neen tegen doping](#)

#### Sporters, federaties, clubs



- › [elitesporters](#)
- › [niet-elitesporters](#)
- › [minderjarigen](#)
- › [sportfederaties en clubs](#)
- › [vernieuwd Vlaams antidopingbeleid](#)

# Dopingcontrole

## Waarom, wanneer, wie, hoe?

- ▶ **Waarom?**
  - Eerlijk, fair-play, gelijke middelen, gezondheid
- ▶ **Wanneer?**
  - Vroeger alleen na wedstrijd
  - Nu op elk ogenblik mogelijk tussen 5u en 23u
  - Voornamelijk elitesporters, maar ook fitness
- ▶ **Wie controleert?**
  - NADO Vlaanderen, (inter)nationale sportfederatie, WADA
  - Steeds onder verantwoordelijkheid van een erkend controlearts

# Dopingcontrole

- ▶ Wie wordt gecontroleerd?
  - Iedereen die aan sport doet in georganiseerd verband kan gecontroleerd worden (ook de recreatieve sporter)
  - Sommige sporters meer dan andere
    - × Historiek sportdiscipline of sporter
    - × Dopinggevoeligheid sportdiscipline
    - × Belang sportdiscipline in Vlaanderen
  - Buiten competitie voornamelijk elitesporters maar ook fitnessers

# Dopingcontrole

- ▶ Hoe?
  - Binnen wedstrijdverband
    - × Aangekondigd voor niet-elitesporters
    - × Onaangekondigd voor elitesporters
  - Buiten wedstrijdverband
- ▶ Oproeping van sporters verschilt per sportfederatie maar de controleprocedure is dezelfde

# Dopingcontrole

- ▶ Demo van oproeping tot staalname met uitleg van verschillende manieren van oproeping
- ▶ Zie video op [www.antidoping.vlaanderen](http://www.antidoping.vlaanderen)



Dopingcontrole: wat, wie, hoe, ...?



- ▶ wat is doping?
- ▶ dopingcontrole: wie, wanneer, waarom?
- ▶ hoe verloopt een dopingcontrole?
  - ▶ Video "Dopingcontrole stap voor stap"
- ▶ een overtreding: wat nu?
- ▶ zeg neen tegen doping

# Rechten van sporter bij oproep onaangekondigde dopingcontrole

- ▶ ID-bewijs leveren of tolk gaan halen
- ▶ Persverplichtingen
- ▶ Overwinningsceremonie
- ▶ Nodige medische hulp verkrijgen
- ▶ Cooling down
- ▶ Andere wedstrijd deelnemen
  
- ▶ **STEEDS ONDER VISUEEL TOEZICHT VAN DE CHAPERON!**
- ▶ **BINNEN UUR AANMELDEN BIJ DOPINGCONTROLESTATION!**



# Rechten en plichten sporter

- ▶ Mag zich laten vergezellen door meerderjarige begeleider.
- ▶ Controlearts of chaperon moet zich kunnen legitimeren.
- ▶ Bij onaangekondigde controle: constant onder visueel toezicht van iemand van het controleteam blijven!
  - Bij aangekondigde controles is dit niet het geval
- ▶ Sporter heeft steeds recht om eventuele opmerkingen op het dopingcontroleformulier te noteren!
- ▶ Gebruik geneesmiddelen en supplementen van de laatste 7 dagen laten noteren op dopingcontroleformulier!

# Hoe onbewust dopinggebruik vermijden?

- ▶ **verboden lijst**
- ▶ **Doe niet aan zelfmedicatie**
- ▶ **TTN**
- ▶ **Doe niet aan zelfsupplementatie**

# Verboden lijst

- ▶ Criteria: (mogelijk) prestatiebevorderend, (mogelijk) schadelijk voor de gezondheid, in strijd met de 'Spirit of Sport'.
- ▶ Jaarlijkse lijst van verboden stoffen en methoden (zie website - uittreksel hieronder als voorbeeld)

§ 3. De volgende stoffen en methoden zijn verboden op elk ogenblik (binnen en buiten wedstrijdverband) :

1° anabole middelen :

a) exogene anabole androgene steroïden (AAS), met inbegrip van :

- 1) 1-androsteendiol ( $5\alpha$ -androst-1- $\alpha$ -3 $\beta$ ,17 $\beta$ -diol);
- 2) 1-androsteendion ( $5\alpha$ -androst-1- $\alpha$ -3,17-dion);
- 3) bolandiol (estr-4- $\alpha$ -3 $\beta$ ,17 $\beta$ -diol);
- 4) bolasteron;
- 5) boldenon;
- 6) boldion (androsta-1,4-dieen-3,17-dion);
- 7) calusteron;
- 8) clostebol;
- 9) danazol ([1,2]oxazolo[4',5' :2,3]pregna-4-en-20-yn-17 $\alpha$ -ol);

# Wat is doping?

## Verboden stoffen en methoden

- ▶ Stoffen/methoden die **altijd verboden** zijn
  - Anabolica
  - Hormonen
  - Bèta-2-agonisten
  - Hormoonantagonisten
  - Diuretica en andere maskerende middelen
  - Verbetering zuurstoftransport
  - Chemische en fysieke manipulatie
  - Genetische doping
- ▶ Stoffen enkel verboden **binnen wedstrijdverband**
  - Stimulantia
  - Cannabinoïden
  - Narcotica
  - Glucocorticosteroïden
- ▶ Stoffen enkel verboden **bij bepaalde sporten**
  - Alcohol
  - Bètablokkers

Wie sport moet weten  
waar de lijn ligt.



#### Geneesmiddelen, supplementen en TTN



- › lijst geneesmiddelen
- › verboden stoffen
- › TTN
- › voedingssupplementen

#### Dopingcontrole: wat, wie, hoe, ...?



- › wat is doping?
- › dopingcontrole: wie, wanneer, waarom?
- › hoe verloopt een dopingcontrole?
  - › Video "Dopingcontrole stap voor stap"
- › een overtreding: wat nu?
- › zeg nee tegen doping

#### Sporters, federaties, clubs



- › elitesporters
- › niet-elitesporters
- › minderjarigen
- › sportfederaties en clubs
- › vernieuwd Vlaams antidopingbeleid

#### Ga naar...

- › [Cijfers en statistieken](#)
- › [Links](#)
- › [FAQ](#)
- › [Bestellen](#)
- › [Regelgeving](#)
- › [Video](#)

#### Nieuws

##### 10 maart 2015

- › Op maandag 9 maart 2015 organiseerde NADO Vlaanderen samen met de Vlaamse Sportfederatie...

##### 05 februari 2015

- › De cijfers en statistieken van 2014 (pdf) werden gepubliceerd. Persmededeling van de...

##### 15 december 2014

- › Trainers werken mee aan dopingvrij en gezond sporten. Op 13 december 2014 vond in de...



#### Nieuwsbrief

# Lijst van geneesmiddelen

<a href="#">Venlasand</a>	<a href="#">OK</a>	<a href="#">12/2012</a>
<a href="#">Vennaxa</a>	<a href="#">OK</a>	<a href="#">02/2011</a>
<a href="#">Venofer</a>	<a href="#">OK</a>	
<a href="#">Venoplant</a>	<a href="#">OK</a>	
<a href="#">Venoruton</a>	<a href="#">OK</a>	
<a href="#">Ventavis</a>	<a href="#">OK</a>	
<a href="#">Ventolin (inhalatie)</a>	<a href="#">OK</a>	
<a href="#">Ventolin (niet inhalatie)</a>	<a href="#">salbutamol</a>	<a href="#">B2</a>

Hoe weet ik of een geneesmiddel een verboden stof bevat?

[www.antidoping.vlaanderen](http://www.antidoping.vlaanderen)

Indien verboden stof?

=> TTN aanvragen

Ventolin (niet inhalatie)

**Substantie** : salbutamol

Dit geneesmiddel bevat een **verboden** stof die deel uitmaakt van de categorie **bèta-2 agonisten**.

Dit geneesmiddel bevat minstens één stof die **altijd** verboden is (zowel **binnen** als **buiten wedstrijdverband**). Al u dit geneesmiddel om medische reden moet nemen, is een TTN vereist.

**NADO**  
**VLAANDEREN**

ZEG NEEN TEGEN DOPING

# **Doe niet aan zelfmedicatie!**

- ▶ **Neem enkel geneesmiddelen (onder welke vorm ook) na advies of voorschrift van je (sport)arts**
- ▶ **Zeg je arts dat je actief sport en mogelijk op doping gecontroleerd kan worden**
- ▶ **Vraag samen met je arts eventueel een TTN aan wanneer je toch bepaalde geneesmiddelen moet nemen die mogelijks op de lijst staan**

# TTN

## ▶ Toestemming wegens Therapeutische Noodzaak

- TUE / Therapeutic Use Exemption
- AUT / Autorisation d'Usage à des fins Thérapeutiques

## ▶ Wat?

- Indien verboden stof nodig om medische redenen? => TTN-commissie moet toestemming geven
- Doktersattest volstaat (al een hele tijd) niet meer!



# TTN

- ▶ Elitesporters
  - verplicht proactief = mogen stof maar nemen nadat ze toestemming kregen!
- ▶ Niet-elitesporters
  - recht op retroactieve aanvraag
  - opgelet: indien dit bij controle genoteerd werd op het dopingcontroleformulier!
- ▶ Minderjarige (<18 jaar) niet-elitesporters
  - attest arts telt nog wel (in Vlaanderen)
  - vraag na bij organisatoren of federaties bij buitenlandse wedstrijden.
  - Opgelet! In Wallonië wel steeds TTN nodig!

# TTN

- ▶ Waar aanvraag indienen? Een TTN-aanvraag kan door een sporter maar bij één instantie worden ingediend
- ▶ Breedtesporter en elitesporter van nationaal niveau (die geen internationale elitesporter is)
  - bij NADO (nationale antidopingorganisatie)
- ▶ Elitesporter van internationaal niveau
  - bij internationale sportfederatie

# TTN

- ▶ Hoe aanvragen? Formulier samen met arts invullen, nodige medische info bijvoegen en opsturen naar TTN-commissie:
  - Aanvraag TTN
  - Beoordeling door TTN Commissie (3 artsen)
  - Beslissing: Toestemming
  - Beslissing: Weigering
    - × Heroverweging aanvragen
    - × Beoordeling TTN Commissie (3 andere artsen)
    - × Beslissing: toestemming of weigering
- ▶ Aanvraagprocedure en formulier:
  - [www.antidoping.vlaanderen](http://www.antidoping.vlaanderen)

## ▶ Toestemmingscriteria:

- Geen ander redelijk therapeutisch alternatief
- Gezondheid sporter geschaad als verboden stof niet wordt toegediend
- Prestatievermogen mag niet méér toenemen dan door genezing alleen
- Noodzaak is niet het gevolg van vorig misbruik van verboden middelen
- Sporter mag nog geen weigering gekregen hebben van een andere commissie

# **Doe niet aan zelfsupplementatie!**

- ▶ **Gebruik nooit op eigen initiatief allerlei voedingssupplementen!**

# Voedingssupplementen

- ▶ Enkel aanvulling op gezonde (sport)voeding
- ▶ GEEN compensatie onevenwichtige voeding
- ▶ Enkel voor kortdurend gebruik
- ▶ Gebruik op EIGEN VERANTWOORDELIJKHEID (risicoaansprakelijkheid)
- ▶ Mogelijke contaminatie! Kan (verboden) stoffen bevatten die niet op verpakking staan!
- ▶ Vaak aangeprezen wegens commerciële belangen verkoper. Werking niet wetenschappelijk bewezen.

# Advies voedingsdeskundige

- ▶ Erkend diploma voedings- en dieetkunde
- ▶ Bijgeschoold in sportvoedingsleer
- ▶ Geeft onafhankelijke informatie over gezonde voeding
- ▶ Werkt in overleg met een arts
- ▶ Analyseert voedingspatroon en energieverbruik sporter
- ▶ Verkoopt zelf geen producten
- ▶ Is geen vertegenwoordiger voor een merk van voedingssupplementen of sportvoedingspreparaten
- ▶ Raadt de sporter geen producten aan waarvan de herkomst of de samenstelling onduidelijk is

# Voedingssupplementen



Gecontroleerd vooraleer op de markt:

→ [www.informed-sport.com](http://www.informed-sport.com)

→ [www.dopingautoriteit.nl/nzvt](http://www.dopingautoriteit.nl/nzvt)

→ [www.koelnerliste.com](http://www.koelnerliste.com)





Vlaanderen  
is sport

# NADO VLAANDEREN

---

ZEG NEEN TEGEN DOPING