

# E-LEAFLET

## ΘΕΜΑΤΑ



ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ ΣΤΗΝ ΥΓΕΙΑ



ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΑΠΑΓΟΡΕΥΜΕΝΩΝ



ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑΤΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ



ΚΑΤ' ΕΞΑΙΡΕΣΗ ΧΡΗΣΗ ΓΙΑ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟΥΣ ΣΚΟΠΟΥΣ (ΤΥΕ)



ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ (RM)



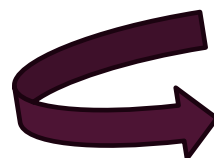
ΕΛΕΓΧΟΣ ΝΤΟΠΙΝΓΚ



ΜΙΛΗΣΤΕ ΧΩΡΙΣ ΦΟΒΟ

## Συνέπειες στην υγεία

- 1) Μπορεί η χρήση απαγορευμένων ουσιών και μεθόδων να έχει αρνητικές συνέπειες στο αναπαραγωγικό σύστημα;
- 2) Μπορεί η χρήση απαγορευμένων ουσιών και μεθόδων να έχει αρνητικές συνέπειες στο καρδιαγγειακό και κυκλοφορικό σύστημα;
- 3) Μπορεί η χρήση απαγορευμένων ουσιών και μεθόδων να έχει αρνητικές συνέπειες στον εγκέφαλο και στο νευρικό σύστημα;
- 4) Μπορεί η χρήση απαγορευμένων ουσιών και μεθόδων να έχει αρνητικές συνέπειες στους πνεύμονες και στο αναπνευστικό σύστημα;
- 5) Μπορεί η χρήση απαγορευμένων ουσιών και μεθόδων να έχει αρνητικές συνέπειες στα νεφρά και στο απεκκριτικό σύστημα;
- 6) Μπορεί η χρήση απαγορευμένων ουσιών και μεθόδων να έχει αρνητικές συνέπειες στο συκώτι/ήπαρ;
- 7) Μπορεί η χρήση απαγορευμένων ουσιών και μεθόδων να έχει αρνητικές συνέπειες στην ψυχική υγεία;



Επιστροφή στα θέματα

1. Ναι. Πιο συγκεκριμένα η τεστοστερόνη και οι αναβολικοί παράγοντες μπορεί να προκαλέσουν σε γυναίκες και άνδρες αντίστοιχα:

♀ σμίκρυνση μαστού, διαταραχή κύκλου έμμηνου ρήσης, αυξημένη τριχοφυΐα, φωνητική αλλαγή, κύστες και δυσμορφίες στα γεννητικά όργανα

♂ αύξηση στήθους (γυναικομαστία), σμίκρυνση γεννητικών οργάνων, ανικανότητα

Επιστροφή στις Συνέπειες  
στην υγεία

## 2. Ναι. Πιο συγκεκριμένα:

- Οι αυξητικές και πεπτιδικές ορμόνες μπορεί να προκαλέσουν πήξη αίματος, υπέρταση, θρομβώσεις, σκλήρυνση αρτηριών, έμφραγμα
- Τα διουρητικά μπορεί να προκαλέσουν υπόταση και κυκλοφορική ανεπάρκεια (circulatory failure)
- Η ερυθροποιητίνη και το ντόπινγκ αίματος μπορεί να προκαλέσουν θρομβώσεις και έμφραγμα
- Τα διεγερτικά ενδέχεται να προκαλέσουν αυξημένη καρδιακή συχνότητα, αρτηριακή πίεση, πιθανότητα αρρυθμιών και έμφραγμα

Επιστροφή στις Συνέπειες  
στην υγεία

### 3. Ναι. Πιο συγκεκριμένα:

- Η τεστοστερόνη και οι αναβολικοί παράγοντες μπορεί να προκαλέσουν κυκλοθυμία, επιθετικότητα, προβλήματα στην μνήμη και διάσπαση προσοχής

\*Αποχή για τους χρήστες συνδέεται με κατάθλιψη και σε μερικές περιπτώσεις έως και αυτοχειρία

- Τα ναρκωτικά (οπιοειδή) μπορεί να προκαλέσουν κατάθλιψη, εθισμό, προβλήματα νευρομυϊκού συντονισμού (ισορροπίας), συγκέντρωσης και αδυναμία αναγνώρισης τραυματισμών
- Τα διεγερτικά μπορεί να προκαλέσουν εθισμό, αϋπνίες, διαταραχή άγχους, αφυδάτωση, και τρέμουλο
- Οι αυξητικές και πεπτιδικές ορμόνες μπορεί να προκαλέσουν οφθαλμολογικές διαταραχές και ναυτία

Επιστροφή στις Συνέπειες  
στην υγεία

#### 4. Ναι. Πιο συγκεκριμένα:

- Τα ναρκωτικά (οπιοειδή) μπορεί να προκαλέσουν αναπνευστική ανεπάρκεια
- Η ερυθροποιητίνη (ΕΡΟ) και το ντόπινγκ αίματος μπορεί να προκαλέσουν πνευμονική εμβολή

Επιστροφή στις Συνέπειες  
στην υγεία

5. Ναι. Πιο συγκεκριμένα:

- Τα διουρητικά μπορεί να προκαλέσουν αφυδάτωση και νεφρική ανεπάρκεια

Επιστροφή στις Συνέπειες  
στην υγεία

6. Ναι. Πιο συγκεκριμένα:

- Η τεστοστερόνη και οι αναβολικοί παράγοντες μπορεί να προκαλέσουν ηπατική ανεπάρκεια
- Οι αυξητικές και πεπτιδικές ορμόνες μπορεί να προκαλέσουν διαβήτη και κακοήθεις όγκους

Επιστροφή στις Συνέπειες  
στην υγεία



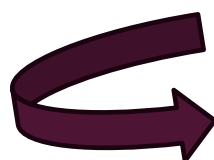
7. Ναι. Πιο συγκεκριμένα η χρήση απαγορευμένων ουσιών/μεθόδων μπορεί να προκαλέσει:

- Διαταραχή άγχους
- Κυκλοθυμία
- Κατάθλιψη

Επιστροφή στις Συνέπειες  
στην υγεία

## Κατάλογος Απαγορευμένων

- 1) Πώς μια ουσία ή μέθοδος εντάσσεται στον Κατάλογο των Απαγορευμένων;
- 2) Τι ισχύει σχετικά με τα Αυτόλογα Ενεργοποιημένα Αιμοπετάλια (Platelet Rich Plasma, PRP);
- 3) Η πλασμαφαίρεση απαγορεύεται;
- 4) Η ενδοφλέβια θεραπεία με λέιζερ απαγορεύεται;
- 5) Τι είναι μια ουσία ή μέθοδος «Ειδικής Αναφοράς»;
- 6) Με ποιον τρόπο ονομάζονται και πώς ταξινομούνται οι ουσίες στον Κατάλογο των Απαγορευμένων;
- 7) Είναι η αιμοκάθαρση Απαγορευμένη Μέθοδος;
- 8) Τι είναι ένα κανναβινοειδές;
- 9) Ποια κανναβινοειδή απαγορεύονται;
- 10) Το έλαιο κανναβιδιόλης απαγορεύεται;
- 11) Γιατί απαγορεύεται η ψευδοεφεδρίνη σε συγκεκριμένες περιπτώσεις;
- 12) Τι ισχύει σχετικά με τη βιταμίνη B12, από τη στιγμή που περιέχει κοβάλτιο;
- 13) Τι είναι η επεξεργασία των γονιδίων;
- 14) Γιατί το αλκοόλ πλέον δεν απαγορεύεται;
- 15) Είναι ασφαλή τα Συμπληρώματα Διατροφής;
- 16) Μπορεί ο WADA να ελέγξει τα προϊόντα μιας εταιρείας Συμπληρωμάτων Διατροφής;
- 17) Η καφεΐνη απαγορεύεται;
- 18) Τι ισχύει για τις ενδοφλέβιες ενέσεις ή εγχύσεις στο πλαίσιο μιας ιατρικής διαδικασίας;
- 19) Γιατί απαγορεύονται οι ενδοφλέβιες εγχύσεις ή ενέσεις;
- 20) Ποια είναι η διαφορά μεταξύ της "χορηγούμενης" και της " μετρούμενης" δόσης από τη συσκευή εισπνοής για το άσθμα;



Επιστροφή στα θέματα

1. Ο Κατάλογος των Απαγορευμένων του Παγκόσμιου Οργανισμού Αντιντόπινγκ (WADA) περιλαμβάνει οποιαδήποτε ουσία και μέθοδο που πληροί τουλάχιστον 2 από τα παρακάτω 3 κριτήρια:

- I. Αποτελεί πραγματικό ή δυνητικό κίνδυνο για την υγεία του αθλητή.
- II. Έχει τη δυνατότητα να ενισχύσει ή ενισχύει την αθλητική επίδοση.
- III. Παραβιάζει το πνεύμα του αθλητισμού (όπως αυτό περιγράφεται στον Κώδικα).

Απαγορεύονται επίσης ουσίες ή μέθοδοι οι οποίες καλύπτουν τη δράση ή την ανίχνευση απαγορευμένων ουσιών. Επιπλέον, μια ουσία που δεν έχει εγκριθεί για ανθρώπινη χρήση μπορεί να χαρακτηριστεί ως απαγορευμένη.

Ο Κατάλογος των Απαγορευμένων αναθεωρείται ετησίως με τη συμμετοχή εξειδικευμένων επιστημόνων, ιατρών και εμπειρογνομόνων στον τομέα του αντιντόπινγκ. Αυτό γίνεται με στόχο να εξασφαλίζεται ο αντικατοπτρισμός των πιο πρόσφατων ιατρικών και επιστημονικών εξελίξεων, καθώς και των πρακτικών που σχετίζονται με τον αθλητικό ντόπινγκ.

Ο Κατάλογος των Απαγορευμένων τίθεται σε ισχύ την 1η Ιανουαρίου κάθε έτους και δημοσιεύεται από τον WADA τρεις μήνες πριν από την έναρξη ισχύς του- ωστόσο, σε εξαιρετικές περιπτώσεις, μια ουσία ή μέθοδος μπορεί να προστεθεί στον Κατάλογο των Απαγορευμένων ανά πάσα στιγμή.

[Επιστροφή στον Κατάλογο  
Απαγορευμένων](#)

2. Τα Αυτόλογα Ενεργοποιημένα Αιμοπετάλια δεν απαγορεύονται. Παρά την παρουσία ορισμένων αυξητικών παραγόντων, τα παράγωγα των αιμοπεταλίων αφαιρέθηκαν από τον Κατάλογο των Απαγορευμένων, καθώς πρόσφατες μελέτες σχετικά με τα PRP δεν αποδεικνύουν καμία αύξηση της απόδοσης πέραν ενός πιθανού θεραπευτικού αποτελέσματος. (1ο κριτήριο ένταξης στον Κατάλογο Απαγορευμένων).

Σημειώστε ότι οι μεμονωμένοι αυξητικοί παράγοντες από οποιαδήποτε άλλη πηγή εξακολουθούν να απαγορεύονται σύμφωνα με την κατηγορία S.2. του Καταλόγου των Απαγορευμένων.

[Επιστροφή στον Κατάλογο  
Απαγορευμένων](#)

3. Το καθεστώς της πλασμαφαίρεσης είναι διαφορετικό για τους δότες και τους λήπτες πλάσματος:

- Για τον δότη πλάσματος, η πλασμαφαίρεση απαγορεύεται σύμφωνα με την κατηγορία M1.1, επειδή τα ίδια τα ερυθρά αιμοσφαίρια του δότη (και άλλα συστατικά του αίματος) επανεισάγονται στο δικό του κυκλοφορικό σύστημα μετά τον διαχωρισμό του πλάσματος ή των συστατικών του αίματος εκτός του σώματος του ατόμου.
- Για τον λήπτη πλάσματος, ο οποίος λαμβάνει πλάσμα από διαφορετικό δότη, η πλασμαφαίρεση δεν απαγορεύεται σύμφωνα με την κατηγορία M1.1 ή την κατηγορία M1.3, καθώς ο ασθενής λαμβάνει μόνο πλάσμα, αλλά όχι ολικό αίμα ή ερυθρά αιμοσφαίρια. Για τον λήπτη πλάσματος, η πλασμαφαίρεση θα απαγορευόταν μόνο βάσει της κατηγορίας M2.2, εάν δεν λαμβάνεται νόμιμα κατά τη διάρκεια της νοσοκομειακής θεραπείας, όταν ο όγκος είναι μεγαλύτερος από 100 ml ανά 12ώρες.

[Επιστροφή στον Κατάλογο](#)  
[Απαγορευμένων](#)

4. Η ενδοφλέβια θεραπεία με λέιζερ απαγορεύεται σύμφωνα με το Μ1.3, όπως ορίζεται από το "Οποιαδήποτε μορφή ενδοαγγειακού χειρισμού του αίματος...".

[Επιστροφή στον Κατάλογο  
Απαγορευμένων](#)

5. Όλες οι ουσίες ή μέθοδοι στον Κατάλογο των Απαγορευμένων απαγορεύονται. Η υποκατηγοριοποίηση σε "Ειδικής Αναφοράς" ή "Μη Ειδικής Αναφοράς" ισχύει μόνο κατά τη διαδικασία επιβολής κυρώσεων.

Μια ουσία ή μέθοδος "Ειδικής Αναφοράς" μπορεί να οδηγήσει σε μεγαλύτερη μείωση κύρωσης, υπό συγκεκριμένες προϋποθέσεις, εάν ένας αθλητής βρεθεί θετικός.

Ο σκοπός των υποκατηγοριών "Ειδικής Αναφοράς" ή "Μη Ειδικής Αναφοράς" είναι να αναγνωρισθεί η πιθανότητα ότι μια ουσία ενδέχεται να εισέλθει στον οργανισμό ενός αθλητή κατά λάθος. Αυτό προσφέρει στο δικαστήριο μεγαλύτερη ευελιξία στη λήψη αποφάσεων σχετικά με την επιβολή κυρώσεων.

Από την 1η Ιανουαρίου 2021, η κατηγορία M2.2 (Ενδοφλέβιες εγχύσεις ή/και ενέσεις άνω των 100 mL συνολικά ανά 12 ώρες) έχει ταξινομηθεί ως "Μέθοδος Ειδικής Αναφοράς". Αυτό σημαίνει ότι ο αθλητής μπορεί να λάβει μειωμένη κύρωση εάν αποδειχθεί ότι η μέθοδος δεν χρησιμοποιήθηκε για σκοπούς ντόπινγκ.

Οι ουσίες ή μέθοδοι "Ειδικής Αναφοράς" δεν είναι απαραίτητα λιγότερο ισχυρές από τις "Μη Ειδικής Αναφοράς", ούτε απαλλάσσουν τους αθλητές από την αντικειμενική ευθύνη για το στιδήποτε εισέρχεται στον οργανισμό τους.

[Επιστροφή στον Κατάλογο  
Απαγορευμένων](#)

6. Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Αντιντόπινγκ (WADA) ονοματίζει τις ουσίες σύμφωνα με τα ακόλουθα:

- Για ουσίες με Διεθνή μη Κατοχυρωμένη Ονομασία, όπως αυτή που δημοσιεύεται από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, η ονομασία αυτή έχει προτεραιότητα. Σε περίπτωση που η ονομασία που χρησιμοποιείται ευρέως είναι πιο κοινή από αυτή που παρέχει ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας, τότε η τελευταία εμφανίζεται μεταξύ παρενθέσεων.
- Όταν δεν είναι γνωστή η ονομασία από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, χρησιμοποιείται η ονοματολογία της Διεθνούς Ένωσης Καθαρής και Εφαρμοσμένης Χημείας (IUPAC). Σε ορισμένες περιπτώσεις, συνοδεύεται από την κοινώς χρησιμοποιούμενη ονομασία της εκάστοτε ουσίας.
- Καθώς ονομάζονται οι ουσίες από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, τα ονόματα αυτά περιλαμβάνονται στον Κατάλογο των Απαγορευμένων. Σε περιπτώσεις που κρίνεται απαραίτητο, η ονομασία με βάση την IUPAC επίσης μπορεί να περιλαμβάνεται για ένα χρονικό διάστημα.

[Επιστροφή στον Κατάλογο  
Απαγορευμένων](#)



7. Η αιμοκάθαρση (γνωστή και ως αιμοδιάλυση) είναι μια θεραπεία για ασθενείς με νεφρική ανεπάρκεια. Η αιμοκάθαρση αποτελεί απαγορευμένη μέθοδο σύμφωνα με την κατηγορία M1.1, καθώς το αίμα αφαιρείται από τον ασθενή και φιλτράρεται, πριν επανεισαχθεί στο κυκλοφορικό σύστημα του ασθενούς. Ένας αθλητής που χρειάζεται θεραπεία αιμοκάθαρσης απαιτεί κατ' εξαίρεση χρήση για θεραπευτικό σκοπό.

[Επιστροφή στον Κατάλογο  
Απαγορευμένων](#)

8. Ένα κανναβινοειδές είναι μια ένωση που παράγεται από το φυτό κάνναβη (μαριχουάνα) ή συντίθεται ως χημική ουσία (συνθετικό κανναβινοειδές). Από τα περισσότερα από 100 κανναβινοειδή του φυτού, η δέλτα-9-τετραϋδροκανναβινόλη (THC) είναι η κύρια ψυχοδραστική ένωση. Άλλα κανναβινοειδή περιλαμβάνουν την κανναβιδιόλη (CBD), την κανναβινόλη (CBN) και την κανναβιγκερόλη (CBG). Από τα μέσα της δεκαετίας του 2000, πολλά διαφορετικά συνθετικά κανναβινοειδή παράγονται σε παράνομα εργαστήρια και πωλούνται ως φάρμακα για να μιμηθούν τις επιδράσεις της THC.

[Επιστροφή στον Κατάλογο](#)  
[Απαγορευμένων](#)

9. Απαγορεύονται τα ακόλουθα:

- Φυσικά και συνθετικά κανναβινοειδή.
- Η κάνναβη, το χασίς και η μαριχουάνα.
- Τα προϊόντα, συμπεριλαμβανομένων των τροφίμων και των ποτών που περιέχουν κανναβινοειδή.
- Όλα τα συνθετικά κανναβινοειδή που μιμούνται τις επιδράσεις της ΤΗC.

[Επιστροφή στον Κατάλογο](#)  
[Απαγορευμένων](#)

10. Η κανναβιδιόλη (CBD) δεν απαγορεύεται. Ωστόσο, οι αθλητές πρέπει να γνωρίζουν ότι ορισμένα έλαια και βάμματα κανναβιδιόλης (CBD) που εξάγονται από φυτά κάνναβης, μπορεί επίσης να περιέχουν δέλτα-9-τετραϋδροκανναβινόλη (THC) και άλλα κανναβινοειδή που θα μπορούσαν να οδηγήσουν σε Αντικανονικό Αναλυτικό Εύρημα (θετικός έλεγχος ντόπινγκ) για ένα κανναβινοειδές που απαγορεύεται.

[Επιστροφή στον Κατάλογο](#)  
[Απαγορευμένων](#)

11. Η ψευδοεφεδρίνη είναι ένα συγκεκριμένο διεγερτικό που απαγορεύεται μόνο εντός Αγώνα με κατώτατο όριο συγκέντρωσης στα ούρα 150 µg/ml. Η απόφαση αυτή βασίστηκε στα αποτελέσματα μελετών ελεγχόμενης απέκκρισης καθώς και στην επιστημονική βιβλιογραφία που δείχνει ότι μόνο υψηλές δόσεις ψευδοεφεδρίνης βελτιώνουν την αθλητική απόδοση.

Δεδομένης της ευρείας διαθεσιμότητας της ψευδοεφεδρίνης, ιδίως ως συστατικό των θεραπειών για το κρυολόγημα και τη γρίπη, οι αθλητές και το προσωπικό υποστήριξής τους θα πρέπει να ενημερώνονται για τα ακόλουθα.

- Οι αθλητές θα πρέπει να σταματήσουν να λαμβάνουν φάρμακα που περιέχουν ψευδοεφεδρίνη τουλάχιστον 24 ώρες πριν από την έναρξη της περιόδου εντός Αγώνα (δηλαδή από τις 23:59 µ.µ. της ημέρας πριν από τον αγώνα στον οποίο ο αθλητής πρόκειται να συμμετάσχει, εκτός εάν έχει εγκριθεί διαφορετική περίοδος από τον WADA για ένα συγκεκριμένο άθλημα).
- Για θεραπευτικές εφαρμογές κατά τη διάρκεια της περιόδου εντός Αγώνα, οι αθλητές πρέπει να εξετάζουν τη χρήση εναλλακτικών επιτρεπόμενων φαρμάκων σε συνεννόηση με γιατρό ή να ζητήσουν κατ' εξαίρεση χρήση της ψευδοεφεδρίνης για θεραπευτικούς σκοπούς (TUE).

[Επιστροφή στον Κατάλογο  
Απαγορευμένων](#)

12. Η βιταμίνη B12 (κυανοκοβαλαμίνη) δεν απαγορεύεται επειδή το κοβάλτιο που περιέχει δεν έχει τα ίδια αποτελέσματα με το στοιχειακό κοβάλτιο ή τα άλατα κοβαλτίου. Επιπλέον, η ποσότητα κοβαλτίου που περιέχεται φυσικά στα τρόφιμα δεν είναι σημαντική και δεν θα ήταν αρκετή για να δράσει ως παράγοντας ντόπινγκ. Ωστόσο, εάν ένα συμπλήρωμα διατροφής περιλαμβάνει κοβάλτιο, για παράδειγμα ανόργανο κοβάλτιο ή άλατα κοβαλτίου, τότε θα θεωρούνταν απαγορευμένο.

[Επιστροφή στον Κατάλογο](#)  
[Απαγορευμένων](#)

13. Η επεξεργασία των γονιδίων είναι ένας τύπος γενετικής μηχανικής κατά τον οποίο το DNA τροποποιείται σε συγκεκριμένα σημεία. Η τεχνολογία γονιδιακής επεξεργασίας έχει προχωρήσει εντυπωσιακά τα τελευταία χρόνια και αποτελεί μια πολλά υποσχόμενη τεχνική γονιδιακής θεραπείας για τη θεραπεία, για παράδειγμα, γενετικών ασθενειών ή καρκίνου.

Αυτό ώθησε τον WADA να αξιολογήσει πιθανές καταχρήσεις της επεξεργασίας των γονιδίων με σκοπό το ντόπινγκ και, κατά συνέπεια, συμπεριέλαβε τις εν λόγω τεχνολογίες στον ορισμό του γονιδιακού ντόπινγκ ήδη στον Κατάλογο Απαγορευμένων του 2018. Παρά τους εντυπωσιακούς και επιστημονικά αβάσιμους ισχυρισμούς που κατά καιρούς παρατηρούνται στα μέσα ενημέρωσης, ο WADA δεν γνωρίζει επί του παρόντος κανέναν αθλητή που να κάνει γονιδιακό ντόπινγκ. Παρ' όλα αυτά, ο WADA θέλει να καταστήσει σαφές ότι όταν ή εάν τέτοιες τεχνικές όπως η γονιδιακή επεξεργασία θα χρησιμοποιηθούν για την ενίσχυση της απόδοσης πέραν αυτής της φυσιολογικής κατάστασης της υγείας του αθλητή, τότε θα απαγορεύεται.

[Επιστροφή στον Κατάλογο  
Απαγορευμένων](#)

14. Από την 1η Ιανουαρίου 2018, το αλκοόλ δεν περιλαμβάνεται πλέον στον Κατάλογο των Απαγορευμένων, μετά από λεπτομερή εξέταση και εκτεταμένες διαβουλεύσεις. Η αλλαγή αυτή δεν έχει ως στόχο την ανατροπή της ακεραιότητας ή της ασφάλειας σε αθλήματα όπου η χρήση αλκοόλ μπορεί να αποτελεί πρόβλημα, αλλά περισσότερο την υποστήριξη ενός διαφορετικού μέσου για την επιβολή της απαγόρευσης στη χρήση αλκοόλ σε αυτά τα αθλήματα. Οι Διεθνείς Ομοσπονδίες που επηρεάζονται ενημερώθηκαν εγκαίρως, προκειμένου να προσαρμόσουν τους κανονισμούς τους και να εφαρμόσουν πρωτόκολλα για τον έλεγχο της χρήσης αλκοόλ και την επιβολή κατάλληλων κυρώσεων σε αθλητές που δεν συμμορφώνονται με τους κανόνες του αθλήματός τους. Η διαδικασία ελέγχου θα επιτρέψει στις Διεθνείς Ομοσπονδίες μεγαλύτερη ευελιξία στην εφαρμογή των κανόνων ή των ορίων κατά τη διάρκεια της κρίσης.

[Επιστροφή στον Κατάλογο](#)  
[Απαγορευμένων](#)



15. Συνιστάται εξαιρετική προσοχή όσον αφορά στη χρήση συμπληρωμάτων διατροφής.

Η χρήση συμπληρωμάτων διατροφής από αθλητές δημιουργεί σοβαρή ανησυχία, διότι σε πολλές χώρες η παρασκευή και η επισήμανση των συμπληρωμάτων δεν ακολουθούν αυστηρούς κανόνες, γεγονός που μπορεί να οδηγήσει σε ένα συμπλήρωμα που περιέχει μια ουσία η οποία δεν αναγράφεται στην ετικέτα του προϊόντος και η οποία απαγορεύεται σύμφωνα με τους κανονισμούς αντιντόπινγκ. Ένας σημαντικός αριθμός θετικών ελέγχων ντόπινγκ έχει αποδοθεί στην κατάχρηση συμπληρωμάτων και ο χαρακτηρισμός ενός Αντικανονικού Αναλυτικού Ευρήματος το οποίο οφείλεται σε ένα κακώς επισημασμένο συμπλήρωμα διατροφής δεν αποτελεί επαρκή υπεράσπιση σε μια ακρόαση.

Οι κίνδυνοι από τη λήψη συμπληρωμάτων πρέπει να σταθμίζονται έναντι του δυνητικού οφέλους που μπορεί να προκύψει και οι αθλητές πρέπει να εκτιμούν τις αρνητικές συνέπειες μιας παράβασης κανόνα αντιντόπινγκ ως αποτέλεσμα της λήψης ενός μολυσμένου συμπληρώματος.

Η χρήση προϊόντων συμπληρωμάτων διατροφής που έχουν υποβληθεί σε ένα από τα διαθέσιμα συστήματα διασφάλισης ποιότητας μπορεί να συμβάλει στη μείωση, αλλά όχι στην εξάλειψη, του κινδύνου ακούσιας παράβασης ντόπινγκ.

[Επιστροφή στον Κατάλογο](#)  
[Απαγορευμένων](#)

16. Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Αντιντόπινγκ (WADA) δεν εμπλέκεται στον έλεγχο των συμπληρωμάτων διατροφής.

Ο Κώδικας Δεοντολογίας Εργαστηρίων, στο Διεθνές Πρότυπο για τα Εργαστήρια (ISL) (τμήμα 3.3.5 του παραρτήματος Α), αναφέρει ότι τα διαπιστευμένα από τον WADA εργαστήρια δεν ασχολούνται με την ανάλυση εμπορικών υλικών ή παρασκευασμάτων (π.χ. συμπληρώματα διατροφής), εκτός εάν ζητηθεί ρητά από έναν Οργανισμό Αντιντόπινγκ στο πλαίσιο της διερεύνησης μιας υπόθεσης ντόπινγκ. Το εργαστήριο δεν παρέχει αποτελέσματα, τεκμηρίωση ή συμβουλές που, με οποιονδήποτε τρόπο, υποδηλώνουν έγκριση προϊόντων ή υπηρεσιών.

[Επιστροφή στον Κατάλογο](#)  
[Απαγορευμένων](#)

17. Η καφεΐνη προηγουμένως ήταν συμπεριλαμβανόμενη στον Κατάλογο των Απαγορευμένων ουσιών, εάν η συγκέντρωσή της στα ούρα υπερέβαινε ένα συγκεκριμένο όριο. Ωστόσο, το 2004 αποσύρθηκε από τον Κατάλογο. Η αφαίρεσή της οφειλόταν κυρίως στη δυσκολία των αθλητών να κατανοήσουν τη σωστή χρήση, καθώς ήταν δύσκολο να καταλάβουν ποιες ποσότητες ήταν αποδεκτές. Η πλήρης απομάκρυνση της καφεΐνης από τη διατροφή τους δεν ήταν εφικτή επιλογή για τους αθλητές.

[Επιστροφή στον Κατάλογο](#)  
[Απαγορευμένων](#)

18. Οι ενδοφλέβιες εγχύσεις ή ενέσεις δεν απαγορεύονται εάν λαμβάνονται νόμιμα κατά τη διάρκεια νοσοκομειακής θεραπείας, χειρουργικής επέμβασης ή κλινικής έρευνας ή εάν δεν υπερβαίνουν τα 100 mL ανά 12ώρες. Διαφορετικά, απαιτείται ΤΥΕ.

[Επιστροφή στον Κατάλογο  
Απαγορευμένων](#)

19. Ο σκοπός της Κατηγορίας M2.2 είναι να απαγορεύσει την αιμοαραίωση και την υπερενυδάτωση μέσω ενδοφλέβιας έγχυσης. Ως ενδοφλέβια έγχυση ορίζεται η χορήγηση υγρών μέσω φλέβας με τη χρήση βελόνας ή παρόμοιας συσκευής.

Οι νόμιμες ιατρικές χρήσεις των ενδοφλέβιων εγχύσεων μπορεί να μην χρειάζονται TUE σε ορισμένες περιπτώσεις (νοσοκομειακή περίθαλψη, χειρουργικές επεμβάσεις ή κλινικές έρευνες). Σε άλλες καταστάσεις, όπως τραύμα με ή χωρίς απώλεια αίματος, σοβαρή αφυδάτωση, ακατάσχετος έμετος, ο αθλητής θα πρέπει να λάβει την κατάλληλη θεραπεία και να υποβάλει αίτηση για TUE αναδρομικά το συντομότερο δυνατό.

Οι ενέσεις με απλή σύριγγα δεν απαγορεύονται ως μέθοδος, εάν η χορηγούμενη ουσία δεν απαγορεύεται και εάν ο όγκος δεν υπερβαίνει τα 100 mL ανά 12 ώρες.

[Επιστροφή στον Κατάλογο](#)  
[Απαγορευμένων](#)

20. Για τους Βήτα-2-Αγωνιστές, που χορηγούνται με ΟΠΟΙΑΔΗΠΟΤΕ συσκευή, η ποσότητα της φαρμακευτικής ουσίας μπορεί να προσδιοριστεί με δύο τρόπους:

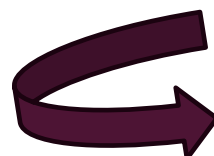
- **Μετρούμενη δόση:** η ποσότητα της φαρμακευτικής ουσίας που περιέχεται στη συσκευή χορήγησης (συσκευή εισπνοής).
- **Χορηγούμενη δόση:** η ποσότητα φαρμάκου που είναι διαθέσιμη στους πνεύμονες- χορηγείται από το στόμιο της συσκευής εισπνοής.

Ο Κατάλογος των Απαγορευμένων αναφέρεται στη χορηγούμενη δόση για τη φορμοτερόλη και στη μετρούμενη δόση για τη σαλβουταμόλη, τη σαλμετερόλη και τη βιλαντερόλη για να αντικατοπτρίζει τις πιο κοινές πρακτικές σήμανσης σε όλο τον κόσμο.

[Επιστροφή στον Κατάλογο](#)  
[Απαγορευμένων](#)

## Συμπληρώματα διατροφής

- 1) Τα συμπληρώματα διατροφής περνούν από ελέγχους αντίστοιχους των φαρμάκων πρωτού κυκλοφορίσουν στην αγορά;
- 2) Υπάρχουν συμπληρώματα διατροφής πιστοποιημένα από τον ΕΟΦ, τον ΕΜΑ, τον FDA ή τον WADA;
- 3) Οι αθλητές/αθλούμενοι πρέπει να χρησιμοποιούν συμπληρώματα διατροφής;
- 4) Αν ένας αθλητής ή μία αθλήτρια δεν έχει άλλη επιλογή από το να χρησιμοποιήσει κάποιο συμπλήρωμα διατροφής τι θα πρέπει να κάνει για να μειώσει το ρίσκο μολυσμένου σκευάσματος;
- 5) Αν ένας αθλητής ή μία αθλήτρια δεν έχει άλλη επιλογή από το να χρησιμοποιήσει κάποιο συμπλήρωμα διατροφής, τι θα πρέπει να κάνει προκειμένου να μειώσει την ποινή του σε περίπτωση αντικανονικού αναλυτικού ευρήματος;



1. Όχι. Τα συμπληρώματα διατροφής δεν υπόκεινται σε υποχρεωτικούς ποιοτικούς ελέγχους πριν κυκλοφορήσουν. Το μόνο που πρέπει να κάνουν οι εταιρείες είναι να καταθέσουν τη σχετική γνωστοποίηση κυκλοφορίας στην οποία συμπεριλαμβάνουν και τα ειδικά χαρακτηριστικά του σκευάσματος (π.χ. συστατικά στοιχεία και συγκεντρώσεις), χωρίς παρόλα αυτά να υποχρεούνται να καταθέσουν και αποδεικτικά στοιχεία επί τούτων.

Αποτέλεσμα του παραπάνω ελαστικού νομοθετικού πλαισίου είναι αρκετά τέτοια σκευάσματα να μην περιέχουν αυτά που ισχυρίζονται οι εκάστοτε εταιρίες ότι περιέχουν με αποτέλεσμα:

- Να μην είναι αποτελεσματικά ως προς τον σκοπό που υποτίθεται ότι εξυπηρετεί η κατανάλωσή τους
- Να είναι μολυσμένα με ουσίες που δεν αναγράφονται στην ετικέτα της συσκευασίας και κάνουν κακό στην υγεία
- Να περιέχουν απαγορευμένες ουσίες με αποτέλεσμα αθλητές/αθλούμενοι και το υποστηρικτικό τους προσωπικό να υποπίπτουν σε Παραβάσεις Κανόνων Αντιντόπινγκ

## Επιστροφή στα Συμπληρώματα Διατροφής



2. **Όχι.** Αυτοί οι φορείς **δεν** πιστοποιούν συμπληρώματα διατροφής ούτε διενεργούν ελέγχους πριν την κυκλοφορία τους.

Ο ΕΟΦ σε συνεργασία με αντίστοιχους φορείς άλλων χωρών ενδέχεται να ενημερώσει το κοινό ή και να διενεργήσει ελέγχους σε κάποια σκευάσματα τα οποία **ήδη** έχουν κυκλοφορήσει και αποδείχθηκε εκ των υστέρων ότι είναι μολυσμένα (π.χ. μέσω καταγγελιών).

[Επιστροφή στα  
Συμπληρώματα Διατροφής](#)

3. **Όχι.** Οι αθλητές και οι αθλούμενοι θα πρέπει να λάβουν υπόψιν τους ότι τα συμπληρώματα διατροφής ενδέχεται να κάνουν κακό στην υγεία τους και να θέσουν την καριέρα τους, την υπόληψή τους και τη ζωή τους εν γένει σε κίνδυνο.

Επιστροφή στα  
Συμπληρώματα Διατροφής

4. Σε αυτή την περίπτωση θα πρέπει να επισκεφθεί την ιστοσελίδα <https://sport.wetestyourtrust.com/> (συστήνεται από τον WADA και τον Ε.Ο.ΚΑ.Ν.) ΚΑΙ να βεβαιωθεί ότι:

- Το σκεύασμα το βρήκε στο πρόγραμμα **Informed Sport** (είναι το μόνο πρόγραμμα που δεν ελέγχει δειγματοληπτικά, αλλά ελέγχει όλο το σύνολο των σκευασμάτων των παρτίδων που αναφέρονται). Ο λόγος που δεν εξαλείφεται τελείως το ρίσκο μόλυνσης είναι ότι ελέγχονται σχεδόν για όλες τις απαγορευμένες ουσίες, όχι όμως για όλες
- Θα πάρει κάποιο συμπλήρωμα του οποίου η παρτίδα είναι **πρόσφατα ελεγμένη**
- Το σκεύασμα που θα προμηθευτεί θα είναι κομμάτι από την πρόσφατα ελεγμένη παρτίδα

Παρόλα αυτά κρίνεται απαραίτητο να επισημανθεί ότι **το ρίσκο δεν εξαλείφεται πλήρως**. Απλώς μειώνεται. Αν μπορείτε να αποφύγετε τα συμπληρώματα διατροφής τελείως, αποφύγετέ τα!

## Επιστροφή στα Συμπληρώματα Διατροφής

## 5. Θα πρέπει:

- Το σκεύασμα να το έχει προμηθευτεί από το **Informed Sport** (είναι το μόνο πρόγραμμα που δεν ελέγχει δειγματοληπτικά, αλλά ελέγχει όλο το σύνολο των σκευασμάτων των παρτίδων που αναφέρονται)

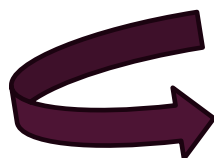
\*Ο λόγος που δεν εξαλείφεται τελείως το ρίσκο μόλυνσης είναι ότι ελέγχονται σχεδόν για όλες τις απαγορευμένες ουσίες, όχι όμως για όλες.

- Το σκεύασμα που θα έχει προμηθευτεί να είναι κομμάτι από την **πρόσφατα ελεγμένη παρτίδα**
- **Να μην το έχει καταναλώσει όλο.** Να έχει κρατήσει αρκετή ποσότητα προς ανάλυση
- Να υπάρχει κλειστό σκεύασμα από την ίδια παρτίδα, να ελεγχθούν και οι δύο και να βρεθεί και στις δύο η ίδια απαγορευμένη ουσία

[Επιστροφή στα  
Συμπληρώματα Διατροφής](#)

## Κατ' εξαίρεση Χρήση για Θεραπευτικούς Σκοπούς (ΕΧΘΣ-TUE)

- 1) Τι είναι η Κατ' εξαίρεση Χρήση για Θεραπευτικούς Σκοπούς (ΕΧΘΣ) (Therapeutic Use Exemption-TUE);
- 2) Ποια είναι τα κριτήρια για τη χορήγηση Κατ' Εξαίρεση Χρήσης για Θεραπευτικούς Σκοπούς (TUE);
- 3) Τι συμβαίνει μετά τη χορήγηση της Κατ' Εξαίρεση Χρήσης για Θεραπευτικούς Σκοπούς (TUE);
- 4) Μπορώ να λάβω Κατ' Εξαίρεση Χρήση για Θεραπευτικούς Σκοπούς (TUE) αναδρομικά;
- 5) Ποιος είναι ο ρόλος του WADA στην αξιολόγηση των χορηγούμενων TUE;
- 6) Τι είναι η αναγνώριση TUE;
- 7) Τι συμβαίνει εάν η Διεθνής Ομοσπονδία ή ο Διοργανωτής Διεθνών Αγώνων αρνηθεί να αναγνωρίσει το TUE του Εθνικού Οργανισμού Αντιντόπινγκ;
- 8) Μπορεί ένας Διοργανωτής Διεθνών Αγώνων να χορηγήσει ένα TUE;
- 9) Ένα TUE το οποίο έχει χορηγηθεί από έναν Εθνικό Οργανισμό Αντιντόπινγκ ισχύει σε άλλες χώρες;
- 10) Πρέπει οι αθλητές να δηλώνουν τα φάρμακα στο Πρωτόκολλο Ελέγχου Ντόπινγκ;
- 11) Μπορεί ένας αθλητής να αγωνίζεται ενόσω μια αίτηση για TUE είναι υπό επεξεργασία;
- 12) Πώς μπορεί ένας αθλητής να ελέγξει τη θεραπευτική αγωγή την οποία λαμβάνει;



1. Οι αθλητές μπορεί να έχουν κάποια ασθένεια ή ιατρική πάθηση που απαιτεί τη λήψη κάποιας φαρμακευτικής ουσίας ή την υποβολή τους σε ιατρικές διαδικασίες. Εάν αυτή η φαρμακευτική ουσία ή η μέθοδος που θα χρησιμοποιήσουν απαγορεύεται σύμφωνα με τον Κατάλογο των Απαγορευμένων του Παγκόσμιου Οργανισμού Αντιντόπινγκ (WADA), μια Κατ' εξαίρεση Χρήση για Θεραπευτικούς Σκοπούς (TUE) μπορεί να δώσει στον εν λόγω αθλητή την άδεια να λάβει τη φαρμακευτική ουσία ή να χρησιμοποιήσει τη μέθοδο, ενώ αγωνίζεται στον αθλητισμό, χωρίς να υπάρξει Παράβαση Κανόνα Αντιντόπινγκ (ADRV) και να επιβληθούν κυρώσεις.

Επιστροφή στην Κατ' Εξαίρεση  
Χρήση για Θεραπευτικούς  
Σκοπούς (TUE)

2. Πρέπει να πληρούνται και τα τέσσερα ακόλουθα κριτήρια:

- Ο/Η αθλητής/τρια να έχει σαφώς διαγνωσμένη ιατρική πάθηση, που απαιτεί θεραπεία με τη χρήση μιας απαγορευμένης ουσίας ή μεθόδου
- Η θεραπευτική χρήση της ουσίας δεν θα προκαλέσει, βάσει στάθμισης πιθανοτήτων, σημαντική αύξηση της απόδοσης του/της αθλητή/τριας πέραν αυτής της φυσιολογικής κατάστασης της υγείας του/της
- Η απαγορευμένη ουσία ή μέθοδος αποτελεί ενδεδειγμένη θεραπεία για τη συγκεκριμένη πάθηση και δεν υπάρχει κάποια επιτρεπόμενη εύλογη, θεραπευτική εναλλακτική
- Η αναγκαιότητα χρήσης αυτής της ουσίας ή μεθόδου δεν είναι συνέπεια προηγούμενης χρήσης (χωρίς TUE), ουσίας ή μεθόδου που ήταν απαγορευμένη κατά τη στιγμή της χρήσης

Επιστροφή στην Κατ' Εξαίρεση  
Χρήση για Θεραπευτικούς  
Σκοπούς (TUE)

3. Όλα τα εγκεκριμένα ΤΥΕ έχουν συγκεκριμένη διάρκεια ισχύος. Η εξαίρεση του αθλητή για τη συγκεκριμένη ουσία που έχει λάβει για θεραπευτικό σκοπό, θα έχει ημερομηνία λήξης. Αυτό σημαίνει ότι μετά την ημερομηνία αυτή, το ΤΥΕ δεν ισχύει πλέον και αν ο αθλητής πρέπει να συνεχίσει να χρησιμοποιεί την απαγορευμένη ουσία, θα πρέπει να υποβάλει εκ νέου αίτηση για νέο ΤΥΕ.

Επιστροφή στην Κατ' Εξαίρεση  
Χρήση για Θεραπευτικούς  
Σκοπούς (ΤΥΕ)



#### 4. Μπορείτε στις εξής περιπτώσεις:

- Χρειαστήκατε άμεση και επείγουσα θεραπεία για μια ιατρική πάθηση
- Δεν υπήρχε επαρκής χρόνος, δεν είχατε την ευκαιρία ή παρουσιάστηκαν άλλες έκτακτες περιστάσεις που σας εμπόδισαν να υποβάλετε την αίτησή σας ή να αξιολογηθεί εγκαίρως, πριν να υποβληθείτε σε έλεγχο
- Βάσει των κανόνων αντιντόπινγκ του Ε.Ο.ΚΑ.Ν., δεν σας επιτρεπόταν ή δεν απαιτούνταν να αιτηθείτε εκ των προτέρων για TUE
- Είστε Αθλητής/τρια χαμηλότερου επιπέδου (από το «Εθνικό Επίπεδο»), ο/η οποίος/α δεν υπόκειται στη δικαιοδοσία Διεθνούς Ομοσπονδίας ή Εθνικού Οργανισμού Αντιντόπινγκ και υποβληθήκατε σε έλεγχο
- Το δείγμα σας βρέθηκε θετικό μετά από χρήση ουσίας Εκτός Αγώνα, η οποία είναι απαγορευμένη μόνο Εντός Αγώνα (για παράδειγμα γλυκοκορτικοειδή)

**Σε σπάνιες και εξαιρετικές περιπτώσεις και κατά παρέκκλιση άλλων διατάξεων του Διεθνούς Προτύπου για TUE (ISTUE),** μπορείτε να αιτηθείτε και να λάβετε αναδρομική έγκριση για την θεραπευτική χρήση απαγορευμένης ουσίας ή μεθόδου, εάν λαμβάνοντας υπ' όψιν το πνεύμα του Κώδικα, θα ήταν εμφανώς άδικο να μην χορηγηθεί αναδρομικά TUE.

Αυτή η μοναδική αναδρομική TUE, θα χορηγείται μόνο μετά από προηγούμενη έγκριση του WADA (και είναι στην απόλυτη διακριτική ευχέρεια του WADA να συμφωνήσει ή να απορρίψει την απόφαση του Ε.Ο.ΚΑ.Ν.).

### Επιστροφή στην Κατ' Εξαίρεση Χρήση για Θεραπευτικούς Σκοπούς (TUE)

5. Ο ρόλος του WADA στη διαδικασία TUE είναι διττός:

- Ο WADA λειτουργεί ως διαμεσολαβητής για την Επιτροπή TUE (TUE Committee, TUEC) του WADA. Η επιτροπή αυτή αποτελείται από τρεις ανεξάρτητους ιατρούς και συγκαλείται για να επανεξετάσει τα TUE που χορηγούνται από έναν Οργανισμό Αντιντόπινγκ, όταν αυτό είναι απαραίτητο
- Ο αθλητής που αιτείται TUE σε μια Διεθνή Ομοσπονδία και απορρίπτεται μπορεί να ζητήσει από τον WADA να επανεξετάσει την απόφαση. Ο WADA δεν είναι υποχρεωμένος να επανεξετάσει όλες τις περιπτώσεις, και οι αθλητές μπορούν να προσφύγουν σε εθνικές επιτροπές επανεξέτασης ή στο Διεθνές Αθλητικό Δικαστήριο (CAS) εναντίον της απόρριψης. Υπάρχουν ορισμένες περιπτώσεις, όπως η ασυμφωνία μεταξύ μιας Διεθνούς Ομοσπονδίας και του Οργανισμού Αντιντόπινγκ, όπου ο WADA πρέπει να επανεξετάσει τις αποφάσεις για TUE

Σημειώστε ότι ο WADA δεν δέχεται απευθείας αιτήσεις για TUE από αθλητές, εκτός εάν υπάρχει αίτημα για επανεξέταση. Όλες οι αιτήσεις πρέπει να υποβάλλονται στον αρμόδιο Οργανισμό Αντιντόπινγκ.

Επιστροφή στην Κατ' Εξαίρεση  
Χρήση για Θεραπευτικούς  
Σκοπούς (TUE)

6. Όταν σε έναν αθλητή έχει χορηγηθεί ήδη ένα TUE, από έναν Εθνικό Οργανισμό Αντιντόπινγκ/μια Διεθνή Ομοσπονδία αλλά στη συνέχεια υπόκειται στις απαιτήσεις μιας Διεθνούς Ομοσπονδίας ή ενός Διοργανωτή Διεθνών Αγώνων (παράδειγμα: ο αθλητής γίνεται αθλητής Διεθνούς Επιπέδου) το TUE πρέπει να αναγνωρισθεί στο υψηλότερο επίπεδο. Αυτό γίνεται για να διευκολυνθεί η διαδικασία και να μη χρειαστεί ο αθλητής να κάνει καινούρια αίτηση στη Διεθνή Ομοσπονδία ή στον Διοργανωτή Διεθνών Αγώνων

Επιστροφή στην Κατ' Εξαίρεση  
Χρήση για Θεραπευτικούς  
Σκοπούς (TUE)

7. Ο αθλητής ή ο Εθνικός Οργανισμός Αντιντόπινγκ στον οποίο ανήκει έχει προθεσμία 21 ημέρων από την κοινοποίηση της απόφασης για μη αναγνώριση της αίτησης για TUE από τη Διεθνή Ομοσπονδία να προσφύγει στο WADA για επανεξέταση. Κατά τη διάρκεια της επανεξέτασης, το TUE που έχει εγκριθεί από τον Εθνικό Οργανισμό Αντιντόπινγκ ισχύει μόνο για τους ελέγχους εντός και εκτός αγώνα σε εθνικό επίπεδο.

Εάν ο αθλητής και/ή ο Εθνικός Οργανισμός Αντιντόπινγκ αποφασίσουν να μην απευθύνουν το θέμα στον WADA, τότε ο Εθνικός Οργανισμός Αντιντόπινγκ πρέπει να καθορίσει εάν το αρχικό TUE παραμένει ισχύον για ελέγχους εντός και εκτός αγώνα σε εθνικό επίπεδο. Μέχρι να ληφθεί απόφαση από τον Εθνικό Οργανισμό Αντιντόπινγκ, το TUE παραμένει ισχύον μόνο για ελέγχους εντός και εκτός αγώνα σε εθνικό επίπεδο.

Η απόφαση ενός Διοργανωτή Διεθνών Αγώνων να μην αναγνωρίσει ή να μην χορηγήσει ένα TUE μπορεί να αμφισβητηθεί από τον αθλητή μόνο σε ανεξάρτητο όργανο που έχει συσταθεί ή διοριστεί από τον Διοργανωτή Διεθνών Αγώνων για αυτό το σκοπό.

Επιστροφή στην Κατ' Εξαίρεση  
Χρήση για Θεραπευτικούς  
Σκοπούς (TUE)

8. Ναι, αλλά αυτά τα TUEs ισχύουν μόνο για τη διάρκεια των συγκεκριμένων αγώνων. Ένα TUE που χορηγείται από έναν Εθνικό Οργανισμό Αντιντόπινγκ ή μια Διεθνή Ομοσπονδία δεν ισχύει για τους συγκεκριμένους αγώνες, εκτός εάν αναγνωρίζεται από το Διοργανωτή των Διεθνών Αγώνων. Οι Διοργανωτές Διεθνών Αγώνων μπορεί να αναγνωρίζουν αυτόματα τα TUE από άλλους οργανισμούς, αλλά ο αθλητής θα πρέπει να το επαληθεύσει αυτό στην ιστοσελίδα του. Σημειώστε ότι εάν το TUE δεν αναγνωρισθεί από το Διοργανωτή των Διεθνών Αγώνων, παραμένει έγκυρο αλλά όχι στους συγκεκριμένους αγώνες.

Επιστροφή στην Κατ' Εξαίρεση  
Χρήση για Θεραπευτικούς  
Σκοπούς (TUE)

9. Όταν σε έναν αθλητή εθνικού επιπέδου έχει εγκριθεί TUE από τον αντίστοιχο Εθνικό Οργανισμό Αντιντόπινγκ, αυτό ισχύει μόνο για τις εθνικές διοργανώσεις. Ωστόσο, το εν λόγω TUE ισχύει σε εθνικό επίπεδο σε παγκόσμια βάση και δεν χρειάζεται να αναγνωριστεί επίσημα από άλλους Εθνικούς Οργανισμούς Αντιντόπινγκ. Εάν ο αθλητής θεωρείται αθλητής διεθνούς επιπέδου από μια Διεθνή Ομοσπονδία, θα χρειαστεί τη χορήγηση ενός TUE από τη Διεθνή Ομοσπονδία ή αναγνώριση του ήδη εγκεκριμένου TUE από τον αντίστοιχο Εθνικό Οργανισμό.

Επιστροφή στην Κατ' Εξαίρεση  
Χρήση για Θεραπευτικούς  
Σκοπούς (TUE)

10. Συνιστάται στους αθλητές να δηλώνουν τυχόν φάρμακα ή συμπληρώματα διατροφής που έχουν λάβει τις τελευταίες 7 ημέρες και, (αν ληφθεί δείγμα αίματος), τυχόν μεταγγίσεις αίματος που έχουν γίνει τους τελευταίους 3 μήνες.

Επιστροφή στην Κατ' Εξαίρεση  
Χρήση για Θεραπευτικούς  
Σκοπούς (TUE)

11. Εάν ένας αθλητής αγωνίζεται ενώ η αίτησή του για TUE βρίσκεται υπό επεξεργασία, μπορεί να κινδυνεύει από Παράβαση Κανόνων Αντιντόπινγκ (ADRV) εάν η αίτηση για TUE του αθλητή απορριφθεί. Οι αιτήσεις για TUE δεν είναι εγγυημένο ότι θα εγκριθούν ανεξάρτητα από τον λόγο ή την ιατρική κατάσταση. Η έγκριση μιας αίτησης για TUE πριν από έναν αγώνα είναι η ασφαλέστερη πορεία δράσης που πρέπει να ακολουθήσετε.

Επιστροφή στην Κατ' Εξαίρεση  
Χρήση για Θεραπευτικούς  
Σκοπούς (TUE)



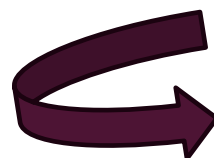
12. Υπάρχουν οι παρακάτω τρόποι με τους οποίους ένας αθλητής μπορεί να ελέγξει τη θεραπευτική αγωγή την οποία λαμβάνει, για το αν υπάρχουν σε αυτή ουσίες ή μέθοδοι που απαγορεύονται:

- Ερώτηση στο γιατρό ή το φαρμακοποιό
- Ερώτηση με τηλεφώνημα ή email με όλες τις πληροφορίες (όνομα φαρμάκου, τρόπος χορήγησης, έναρξη και διάρκεια αγωγής, ημερομηνία του επόμενου αγώνα στον οποίο πρόκειται να συμμετέχει ο αθλητής)
- Αναζήτηση με την εμπορική ονομασία του φαρμάκου στο site: <https://www.galinos.gr/>. Σε αυτό το site εμφανίζονται οι δραστικές ουσίες των φαρμάκων για τα οποία γίνεται η αναζήτηση. (Πρόκειται για όλα τα φαρμακευτικά σκευάσματα που κυκλοφορούν στην Ελλάδα)
- Έχοντας τη δραστική ουσία του φαρμάκου που πρόκειται να λάβει ο αθλητής γίνεται αναζήτηση με το όνομά της, στο site: <https://www.globaldro.com/Home>, ανάλογα με το άθλημα. Αυτό που θα προκύψει από την αναζήτηση είναι το αν απαγορεύεται η ουσία, τότε απαγορεύεται (εντός και εκτός αγώνα), τον τρόπο χορήγησης με τον οποίο απαγορεύεται ή όχι

[Επιστροφή στην Κατ' Εξαίρεση](#)  
[Χρήση για Θεραπευτικούς](#)  
[Σκοπούς \(TUE\)](#)

## Διαχείριση Αποτελεσμάτων (RM)

- 1) Τι ορίζεται ως ντόπινγκ;
- 2) Ποιες είναι οι Παραβάσεις Κανόνων Αντιντόπινγκ;
- 3) Πώς ειδοποιείται ένας αθλητής για ένα αντικανονικό αναλυτικό εύρημα (AAE) ή κάποια άλλη πιθανή παράβαση κανόνων αντιντόπινγκ;
- 4) Τι περιλαμβάνει η γνωστοποίηση στον αθλητή;
- 5) Πότε ανοίγεται και αναλύεται το «B» δείγμα;
- 6) Τι συμβαίνει όταν η ανάλυση του «B» δείγματος επιβεβαιώσει το αντικανονικό αναλυτικό εύρημα;
- 7) Τι συμβαίνει κατά το χρονικό διάστημα από τη γνωστοποίηση της πιθανής παράβασης στον αθλητή μέχρι να εκδοθεί τελεσίδικη απόφαση; ο αθλητής μπορεί να συνεχίσει να αγωνίζεται;
- 8) Ποιες είναι οι βασικές πειθαρχικές κυρώσεις που προβλέπονται για τις Παραβάσεις Κανόνων Αντιντόπινγκ;
- 9) Μπορεί να υπάρχει μείωση των προβλεπόμενων πειθαρχικών κυρώσεων;
- 10) Τι είναι οι ουσίες κατάχρησης και ποια ποινή προβλέπεται για αυτές;
- 11) Έχει ο αθλητής δικαίωμα σε ακροαματική διαδικασία αν ο Ε.Ο.ΚΑ.Ν. προχωρήσει στον καταλογισμό σε βάρος του αθλητή κάποιας Παράβασης Κανόνων Αντιντόπινγκ;
- 12) Από ποιους αποτελείται η πρωτοβάθμια πειθαρχική επιτροπή (ΠΕΕ);
- 13) Υπάρχει Β΄ Βαθμός εκδίκασης των υποθέσεων για τις Παραβάσεις Κανόνων Αντιντόπινγκ, μετά την απόφαση της πρωτοβάθμιας πειθαρχικής επιτροπής;
- 14) Ποιοι δεσμεύονται από τις αποφάσεις που αφορούν σε Παραβάσεις Κανόνων Αντιντόπινγκ;



1. Ως ντόπινγκ ορίζεται η διάπραξη μίας ή περισσότερων παραβάσεων των κανόνων αντιντόπινγκ, όπως αυτές ορίζονται στα άρθρα 2.1. έως 2.11 του σχετικού νόμου, του 4791/2021.

Οι αθλητές ή άλλα πρόσωπα υποχρεούνται να γνωρίζουν τι συνιστά παράβαση ενός κανόνα αντιντόπινγκ και τις ουσίες, καθώς και τις μεθόδους που έχουν συμπεριληφθεί στον κατάλογο απαγορευμένων.

Επιστροφή στη Διαχείριση  
Αποτελεσμάτων (RM)

## Παραβάσεις Κανόνων Αντιντόπινγκ

1	<b>Παρουσία</b> απαγορευμένης ουσίας ή μεταβολιτών ή δεικτών της σε δείγμα αθλητή	Έως 4 χρόνια
2	<b>Χρήση ή απόπειρα χρήσης</b> απαγορευμένης ουσίας ή απαγορευμένης μεθόδου από αθλητή	Έως 4 χρόνια
3	<b>Αποφυγή, άρνηση ή μη υποβολή</b> σε δειγματοληψία από αθλητή	Έως 4 χρόνια
4	<b>Μη παροχή</b> πληροφοριών εντοπισμού	Έως 2 χρόνια
5	<b>Παραποίηση ή απόπειρα παραποίησης</b> οποιουδήποτε μέρους της διαδικασίας του ελέγχου ντόπινγκ από αθλητή ή άλλο πρόσωπο	Έως 4 χρόνια
6	<b>Κατοχή απαγορευμένης ουσίας ή απαγορευμένης μεθόδου από αθλητή ή από προσωπικό υποστήριξης αθλητή</b>	Έως 4 χρόνια
7	<b>Η Διακίνηση ή απόπειρα διακίνησης οποιασδήποτε απαγορευμένης ουσίας ή απαγορευμένης μεθόδου από έναν αθλητή ή άλλο πρόσωπο</b>	Από 4 χρόνια έως ισόβιο αποκλεισμό
8	<b>Η εντός αγώνα χορήγηση ή η απόπειρα χορήγησης από αθλητή ή άλλο πρόσωπο προς αθλητή ή η εκτός αγώνα χορήγηση ή η απόπειρα χορήγησης απαγορευμένης ουσίας</b>	Από 4 χρόνια έως ισόβιο αποκλεισμό
9	<b>Συνέργεια ή απόπειρα συνέργειας από έναν αθλητή ή άλλο πρόσωπο</b>	Από 2 χρόνια έως ισόβιο αποκλεισμό
10	<b>Απαγορευμένη σύμπραξη από αθλητή ή άλλο πρόσωπο</b>	Έως 2 χρόνια
11	<b>Πράξεις αθλητή ή άλλου προσώπου που αποθαρρύνουν αναφορά στις αρχές ή αποτελούν αντίποινα κατά τέτοιας αναφοράς</b>	Από 2 χρόνια έως ισόβιο αποκλεισμό

[Επιστροφή στη Διαχείριση Αποτελεσμάτων \(RM\)](#)

3. Αφού ο ΕΟΚΑΝ λάβει ειδοποίηση από το Εργαστήριο για ένα Αντικανονικό Αναλυτικό Εύρημα (ΑΑΕ) ή αν ο ΕΟΚΑΝ έχει αποφασίσει να προχωρήσει σε μια μη αναλυτική υπόθεση (δηλ. παράβαση βάσει στοιχείων που δεν σχετίζονται με ΑΑΕ πχ κατοχή, διακίνηση κλπ.), ο ΕΟΚΑΝ θα ενημερώσει **τον αθλητή, την οικεία Εθνική Ομοσπονδία, την αντίστοιχη Διεθνή Ομοσπονδία, τον Εθνικό Οργανισμό Αντιντόπινγκ του αθλητή** (εάν ο Οργανισμός αυτός είναι διαφορετικός από τον αντίστοιχο ελληνικό, δηλ. ο αθλητής είναι ξένος) **και τον Παγκόσμιο Οργανισμό Αντιντόπινγκ, τον WADA**. Η ειδοποίηση αυτή γίνεται με mail.

Όταν το "Α" δείγμα του αθλητή έχει επιστρέψει ως ΑΑΕ, ο αθλητής θα έχει τη δυνατότητα να ζητήσει να εξεταστεί το "Β" δείγμα του και να είναι παρών στο Εργαστήριο για το άνοιγμα του "Β" δείγματος.

[Επιστροφή στη Διαχείριση  
Αποτελεσμάτων \(RM\)](#)

4. Η γνωστοποίηση για Παράβαση Κανόνα Αντιντόπινγκ περιλαμβάνει:

α) το ονοματεπώνυμο του αθλητή, τη χώρα, το άθλημα και το αγώνισμα

β) το αγωνιστικό επίπεδο του αθλητή

γ) εάν ο έλεγχος έγινε εντός αγώνα ή εκτός αγώνα

δ) την ημερομηνία δειγματοληψίας

ε) τα αναλυτικά αποτελέσματα του εργαστηρίου

στ) άλλες πληροφορίες, όπως προβλέπεται από το Διεθνές Πρότυπο Διαχείρισης Αποτελεσμάτων

Η γνωστοποίηση παραβάσεων κανόνα αντιντόπινγκ, εκτός των παραβάσεων του άρθρου 2.1., περιλαμβάνει επίσης τον κανονισμό που παραβιάστηκε και τη βάση της βεβαιωμένης παράβασης.

Επιστροφή στη Διαχείριση  
Αποτελεσμάτων (RM)

5. Η διαδικασία ελέγχου για το "B" δείγμα εκτελείται από το Εργαστήριο μόνο κατόπιν αιτήματος είτε του αθλητή είτε της Αρχής Ελέγχου ή της Αρχής Διαχείρισης Αποτελεσμάτων (εάν είναι διαφορετική).

Η Αρχή Ελέγχου ή η Αρχή Διαχείρισης Αποτελεσμάτων, ανάλογα με την περίπτωση, θα πρέπει να ενημερώσει το Εργαστήριο, γραπτώς, εντός δεκαπέντε (15) ημερών από την αναφορά ενός ΑΑΕ δείγματος "Α" από το Εργαστήριο, για το αν θα διεξαχθεί η Διαδικασία Επιβεβαίωσης του "B" δείγματος.

Εάν η διαδικασία επιβεβαίωσης του "B" δείγματος πρέπει να εκτελεστεί, είτε κατόπιν αιτήματος του αθλητή είτε της Αρχής Ελέγχου ή της Αρχής Διαχείρισης Αποτελεσμάτων, θα πρέπει να εκτελεστεί το συντομότερο δυνατό αφού η Αρχή Ελέγχου ή η Αρχή Διαχείρισης Αποτελεσμάτων, ανάλογα με την περίπτωση, δώσει σχετική ειδοποίηση στο εργαστήριο. Ο χρόνος διεξαγωγής της διαδικασίας επιβεβαίωσης του "B" δείγματος μπορεί να καθοριστεί αυστηρά εντός πολύ σύντομου χρονικού διαστήματος και χωρίς καμία πιθανή αναβολή, εάν οι περιστάσεις το δικαιολογούν.

Εάν ο Αθλητής αρνηθεί να παραστεί αυτοπροσώπως ή/και μέσω εκπροσώπου ή δεν δηλώσει αν ζητά την ανάλυση του "B" δείγματος ή εάν ο Αθλητής δεν παραστεί (αυτοπροσώπως ή/και μέσω εκπροσώπου) μόλις προταθεί ημερομηνία και ώρα για την ανάλυση ή εάν ο Αθλητής ή ο εκπρόσωπός του ισχυριστεί ότι δεν είναι διαθέσιμος κατά την ημερομηνία ή την ώρα του ανοίγματος του "B" δείγματος, παρά τις εύλογες προσπάθειες για την εξεύρεση εναλλακτικής ημερομηνίας και ώρας κατάλληλης τόσο για τον αθλητή όσο και για το Εργαστήριο, η Αρχή Ελέγχου ή η Αρχή Διαχείρισης Αποτελεσμάτων ή ο WADA, ανάλογα με την περίπτωση, δίνει εντολή στο Εργαστήριο να προχωρήσει ανεξάρτητα. Το Εργαστήριο, σε συνεννόηση με την Αρχή Ελέγχου, την Αρχή Διαχείρισης Αποτελεσμάτων ή τον WADA, ανάλογα με την περίπτωση, ορίζει έναν ανεξάρτητο μάρτυρα για να επαληθεύσει ότι ο περιέκτης του "B" δείγματος δεν παρουσιάζει σημάδια αλλοίωσης και ότι οι αριθμοί αναγνώρισης συμφωνούν με αυτούς που αναγράφονται στα έγγραφα δειγματοληψίας. Ανεξάρτητος μάρτυρας μπορεί να οριστεί ακόμη και αν ο αθλητής έχει δηλώσει ότι θα είναι παρών ή/και θα εκπροσωπείται.

## Επιστροφή στη Διαχείριση Αποτελεσμάτων (RM)

6. Αυτό θεωρείται «θετικό τεστ» και ο ΕΟΚΑΝ θα χρεώσει τον αθλητή με παράβαση κανόνα αντιντόπινγκ.

Επιστροφή στη Διαχείριση  
Αποτελεσμάτων (RM)



7. Εάν ο Εθνικός Οργανισμός Αντιντόπινγκ λάβει αντικανονικό αναλυτικό εύρημα ή αντικανονικό εύρημα διαβατηρίου με την ολοκλήρωση της διαδικασίας έρευνας για απαγορευμένη ουσία ή απαγορευμένη μέθοδο, η **οποία δεν είναι ουσία ειδικής αναφοράς ή μέθοδος ειδικής αναφοράς, επιβάλλει προσωρινή αναστολή (προσωρινό αποκλεισμό) στον αθλητή άμεσα ή μετά την έρευνα και τη γνωστοποίηση που απαιτείται.**

Η προσωρινή αναστολή (προσωρινός αποκλεισμός) βάσει αντικανονικού αναλυτικού ευρήματος για ουσίες ειδικής αναφοράς και μεθόδους ειδικής αναφοράς, μολυσμένα προϊόντα ή άλλες παραβάσεις κανόνα αντιντόπινγκ είναι προαιρετική.

[Επιστροφή στη Διαχείριση  
Αποτελεσμάτων \(RM\)](#)

## 8. Αποκλεισμός λόγω παρουσίας, χρήσης ή απόπειρας χρήσης ή κατοχής απαγορευμένης ουσίας ή απαγορευμένης μεθόδου:

**Τέσσερα (4) έτη** όταν η παράβαση κανόνα αντιντόπινγκ **δεν ενέχει ουσία ειδικής αναφοράς** ή μία μέθοδο ειδικής αναφοράς, εκτός εάν ο αθλητής ή το άλλο πρόσωπο δύναται να στοιχειοθετήσει, ότι η παράβαση του κανόνα αντιντόπινγκ δεν έγινε με πρόθεση ή όταν η παράβαση κανόνα αντιντόπινγκ ενέχει ουσία ειδικής αναφοράς ή μία μέθοδο ειδικής αναφοράς και ο Εθνικός Οργανισμός Αντιντόπινγκ δύναται να στοιχειοθετήσει ότι η παράβαση του κανονισμού αντιντόπινγκ έγινε με πρόθεση. Όταν **ενέχει ουσία ειδικής αναφοράς ο αποκλεισμός είναι για δύο (2) έτη.**

Για παραβάσεις του άρθρου 2.3. ή 2.5., **Αποφυγή, άρνηση ή μη υποβολή** σε δειγματοληψία και **παραποίηση** ή απόπειρα παραποίησης οποιουδήποτε μέρους της διαδικασίας του ελέγχου η περίοδος αποκλεισμού ορίζεται σε **τέσσερα (4) έτη.**

Για παραβάσεις του άρθρου 2.4., **μη παροχή πληροφοριών εντοπισμού από αθλητή**, η περίοδος αποκλεισμού είναι **δύο (2) έτη**, με δυνατότητα μείωσης σε κατ' ελάχιστον ένα (1) έτος, ανάλογα με τον βαθμό υπαιτιότητας του αθλητή.

Για παραβάσεις του άρθρου 2.7. ή του άρθρου 2.8., **διακίνηση και χορήγηση**, η περίοδος αποκλεισμού κυμαίνεται από **τουλάχιστον τέσσερα (4) έτη έως ισόβιο αποκλεισμό**, ανάλογα με τη σοβαρότητα της παράβασης.

Για παραβάσεις του άρθρου 2.9., **συνέργεια**, η επιβαλλόμενη περίοδος αποκλεισμού κυμαίνεται από **τουλάχιστον δύο (2) έτη έως ισόβιο αποκλεισμό**, ανάλογα με τη σοβαρότητα της παράβασης.

Για παραβάσεις του άρθρου 2.10., **σύμπραξη**, η περίοδος αποκλεισμού **είναι δύο (2) έτη, με δυνατότητα μείωσης κατ' ελάχιστον σε ένα (1) έτος**, ανάλογα με τον βαθμό υπαιτιότητας του αθλητή ή του άλλου προσώπου και τις άλλες περιστάσεις της υπόθεσης.

Για παραβάσεις του άρθρου 2.11., **αποθάρρυνση αναφοράς στις αρχές ή αντίποινα**, η περίοδος αποκλεισμού κυμαίνεται από **τουλάχιστον δύο (2) έτη έως τον ισόβιο αποκλεισμό**, ανάλογα με τη σοβαρότητα της παράβασης από τον αθλητή ή το άλλο πρόσωπο.

## Επιστροφή στη Διαχείριση Αποτελεσμάτων (RM)

9. Εάν αθλητής ή άλλο πρόσωπο αποδείξει σε συγκεκριμένη περίπτωση ότι δεν φέρει υπαιτιότητα, τότε η κατά τα άλλα επιβλητέα περίοδος αποκλεισμού εξαλείφεται.

Μπορεί να υπάρξει μείωση της περιόδου αποκλεισμού με βάση μη σοβαρή υπαιτιότητα.

Όταν η παράβαση κανόνα αντιντόπινγκ αφορά σε ουσία ειδικής αναφοράς, εκτός από ουσία κατάχρησης, ή σε μέθοδο ειδικής αναφοράς, και ο αθλητής ή το άλλο πρόσωπο μπορεί να αποδείξει **μη σοβαρή υπαιτιότητα**, τότε η επιβαλλόμενη συνέπεια κυμαίνεται **από επίπληξη χωρίς περίοδο αποκλεισμού, κατ' ελάχιστο, μέχρι δύο (2) έτη αποκλεισμού, κατά μέγιστο**, ανάλογα με τον βαθμό υπαιτιότητας του αθλητή ή του άλλου προσώπου.

Σε περιπτώσεις όπου ο αθλητής ή το άλλο πρόσωπο μπορεί να αποδείξει ταυτόχρονα ότι δεν συντρέχει σοβαρή υπαιτιότητα και ότι η ανιχνευθείσα απαγορευμένη ουσία, εκτός από ουσία κατάχρησης, προήλθε **από μολυσμένο προϊόν**, τότε η επιβαλλόμενη συνέπεια κυμαίνεται **από επίπληξη χωρίς περίοδο αποκλεισμού, κατ' ελάχιστο, μέχρι δύο (2) έτη αποκλεισμού, κατά μέγιστο**, ανάλογα με τον βαθμό υπαιτιότητας του αθλητή ή του άλλου προσώπου.

Όταν η παράβαση κανόνα αντιντόπινγκ που δεν αφορά σε ουσία κατάχρησης διαπράττεται από **προστατευόμενο πρόσωπο ή από αθλούμενο και μπορεί να αποδειχθεί ότι δεν υπάρχει σοβαρή υπαιτιότητα**, τότε η επιβαλλόμενη συνέπεια κυμαίνεται, **από επίπληξη χωρίς περίοδο αποκλεισμού, κατ' ελάχιστο, μέχρι δύο (2) έτη αποκλεισμού, κατά μέγιστο**, ανάλογα με τον βαθμό υπαιτιότητας του προστατευόμενου προσώπου ή του αθλουμένου.

Εάν αθλητής αποδείξει σε συγκεκριμένη περίπτωση ότι **δεν φέρει σοβαρή υπαιτιότητα**, τότε, υπό την επιφύλαξη περαιτέρω μείωσης ή εξάλειψης, η κατά τα άλλα επιβλητέα περίοδος αποκλεισμού, **μπορεί να μειωθεί**, με βάση τον βαθμό υπαιτιότητας του αθλητή ή του άλλου προσώπου, **έως το μισό της περιόδου αποκλεισμού** που διαφορετικά θα επιβαλλόταν.

## [Επιστροφή στη Διαχείριση Αποτελεσμάτων \(RM\)](#)

10. Οι ουσίες κατάχρησης περιλαμβάνουν εκείνες τις απαγορευμένες ουσίες που προσδιορίζονται συγκεκριμένα ως ουσίες κατάχρησης στον κατάλογο απαγορευμένων, λόγω της διαδεδομένης κατάχρησής τους στον κοινωνικό ιστό εκτός του αθλητικού πλαισίου. Αυτές είναι η κοκαΐνη, η ηρωίνη, η μεθυλενοδιοξυμεθαμφεταμίνη και η τετραϋδροκανναβινόλη (κάνναβη).

Όπου η παράβαση κανόνα αντιντόπινγκ αφορά σε μία ουσία κατάχρησης, εάν ο αθλητής μπορεί να αποδείξει ότι οποιαδήποτε πρόσληψη ή χρήση πραγματοποιήθηκε **εκτός αγώνα** και **δεν σχετίζεται με την αθλητική απόδοση**, τότε η περίοδος αποκλεισμού είναι τρεις (3) μήνες.

[Επιστροφή στη Διαχείριση  
Αποτελεσμάτων \(RM\)](#)

11. Ναι.

Ο αθλητής έχει το δικαίωμα να αμφισβητήσει την κύρωση που ζητά ο ΕΟΚΑΝ επιλέγοντας να προχωρήσει σε **ακρόαση ενώπιον της ανεξάρτητης Πρωτοβάθμιας Πειθαρχικής Επιτροπής** που έχει οριστεί για την επίλυση εικαζόμενων Παραβάσεων Κανόνων Αντιντόπινγκ.

Ο Εθνικός Οργανισμός Αντιντόπινγκ παρέχει μία **δίκαιη ακροαματική διαδικασία εντός ευλόγου χρονικού διαστήματος από μια δίκαιη, αμερόληπτη και λειτουργικά ανεξάρτητη επιτροπή ακροάσεων** σε συμμόρφωση με τον Κώδικα του WADA και το Διεθνές Πρότυπο Διαχείρισης Αποτελεσμάτων.

Ο Εθνικός Οργανισμός Αντιντόπινγκ συγκροτεί μία επιτροπή ακροάσεων (Πρωτοβάθμια Πειθαρχική Επιτροπή - ΠΠΕ) που έχει δικαιοδοσία ακρόασης και καθορισμού για το εάν ένας αθλητής έχει παραβιάσει κανόνα αντιντόπινγκ και, κατά περίπτωση, για την επιβολή σχετικών ποινών.

[Επιστροφή στη Διαχείριση Αποτελεσμάτων \(RM\)](#)

12. Η Πρωτοβάθμια Πειθαρχική Επιτροπή είναι αποκλειστικά αρμόδια για την επιβολή σε πρώτο βαθμό των πειθαρχικών κυρώσεων, που προβλέπονται στο άρθρο 10 του ν. 4791/2021, στα πρόσωπα που τους έχει αποδοθεί τέλεση Παράβασης Κανόνα Αντιντόπινγκ.

Η Πρωτοβάθμια Πειθαρχική Επιτροπή του Εθνικού Οργανισμού Αντιντόπινγκ αποτελείται από **έναν ανεξάρτητο Πρόεδρο και οκτώ (8) ανεξάρτητα μέλη** ως εξής:

α) από έναν **(1) νομικό** με εμπειρία τουλάχιστον πέντε (5) ετών ως Πρόεδρο,

β) δύο **(2) νομικούς** με εμπειρία τουλάχιστον πέντε (5) ετών ως Αντιπροέδρους,

γ) τρεις **(3) ιατρούς** με εμπειρία τουλάχιστον πέντε (5) ετών,

δ) τρία **(3) τακτικά μέλη, τα οποία είναι ή διατέλεσαν στο παρελθόν αθλητές ή μέλη διοίκησης αθλητικού φορέα.**

**Για κάθε υπόθεση που συζητείται ενώπιον της Πρωτοβάθμιας Πειθαρχικής Επιτροπής ο Πρόεδρος διορίζει τρία (3) μέλη,** μεταξύ των οποίων δύναται να περιλαμβάνεται και ο ίδιος, για την ακρόαση της υπόθεσης. Κατά την ακροαματική διαδικασία της υπόθεσης, ένα (1) μέλος της Επιτροπής είναι δικηγόρος και ένα (1) μέλος της Επιτροπής ειδικευμένος ιατρός.

Κάθε μέλος διορίζεται αφού ληφθεί υπόψη η απαιτούμενη εμπειρία του σε θέματα αντιντόπινγκ, συμπεριλαμβανομένης της νομικής, αθλητικής, ιατρικής ή/και επιστημονικής εμπειρίας του. Κάθε μέλος διορίζεται για θητεία τριών (3) ετών, η οποία δύναται να ανανεωθεί άπαξ.

**Η Πρωτοβάθμια Πειθαρχική Επιτροπή διεξάγει την ακροαματική διαδικασία και λαμβάνει αποφάσεις χωρίς παρέμβαση από τον Εθνικό Οργανισμό Αντιντόπινγκ ή οποιοδήποτε τρίτο μέρος.**

## [Επιστροφή στη Διαχείριση Αποτελεσμάτων \(RM\)](#)

13. Εφέσεις σχετικά με **διεθνούς επιπέδου αθλητές ή διεθνείς αθλητικές διοργανώσεις**, όταν συμμετέχουν σε διεθνείς αθλητικές διοργανώσεις ή σε περιπτώσεις διεθνούς επιπέδου αθλητών, **ασκούνται αποκλειστικά ενώπιον του CAS.**

**Σε όλες τις υπόλοιπες περιπτώσεις η απόφαση της ΠΠΕ προσβάλλεται με έφεση ενώπιον του Ανώτατου Συμβουλίου Επίλυσης Αθλητικών Διαφορών (Α.Σ.Ε.Α.Δ.).** Η διαδικασία έφεσης διεξάγεται σύμφωνα με το Διεθνές Πρότυπο για τη Διαχείριση Αποτελεσμάτων.

Τα διορισμένα μέλη του Α.Σ.Ε.Α.Δ. (εν ενεργεία δικαστικοί λειτουργοί από όλους τους κλάδους της δικαιοσύνης) είναι **λειτουργικά και θεσμικά ανεξάρτητα.**

Το Α.Σ.Ε.Α.Δ. διεξάγει την ακροαματική διαδικασία και λαμβάνει αποφάσεις χωρίς παρέμβαση του Εθνικού Οργανισμού Αντιντόπινγκ ή οποιουδήποτε τρίτου.

Κατά το τέλος της συζήτησης ή σε εύλογο χρονικό διάστημα μετά από αυτή, το Α.Σ.Ε.Α.Δ. εκδίδει, ομόφωνα ή κατά πλειοψηφία, γραπτή, χρονολογημένη και υπογεγραμμένη απόφαση που τηρεί τις αρχές του άρθρου 9 του Διεθνούς Προτύπου Διαχείρισης Αποτελεσμάτων.

Η απόφαση περιλαμβάνει ιδίως όλους τους λόγους που οδήγησαν στην κρίση της και πλήρη αιτιολογία για την επιβολή οποιασδήποτε περιόδου αποκλεισμού, καθώς και τους λόγους που οδήγησαν στη μη επιβολή της μέγιστης δυνατής κύρωσης.

**Ο Εθνικός Οργανισμός Αντιντόπινγκ κοινοποιεί την απόφαση στον αθλητή, στην εθνική ομοσπονδία του και στους οργανισμούς αντιντόπινγκ, που έχουν δικαίωμα έφεσης, και την αναφέρει άμεσα στο σύστημα ADAMS.**

**Η απόφαση αυτή δύναται να προσβληθεί με έφεση και να δημοσιοποιηθεί.**

## [Επιστροφή στη Διαχείριση Αποτελεσμάτων \(RM\)](#)

14. Απόφαση περί παράβασης κανόνα αντιντόπινγκ που λαμβάνεται από υπογράφοντα οργανισμό αντιντόπινγκ, δευτεροβάθμιο δικαιοδοτικό όργανο ή το CAS, αφού κοινοποιηθεί στα διάδικα μέρη, **είναι αυτοδίκαια δεσμευτική για τους διαδίκους, τον Εθνικό Οργανισμό Αντιντόπινγκ και οποιαδήποτε εθνική ομοσπονδία στην Ελλάδα, καθώς και για κάθε υπογράφοντα σε κάθε άθλημα.**

**Αποκλείεται αυτοδίκαια ο αθλητής από τη συμμετοχή του σε όλα τα αθλήματα που υπάγονται στην αρμοδιότητα οποιουδήποτε υπογράφοντος κατά τη διάρκεια της προσωρινής αναστολής (προσωρινού αποκλεισμού) ή της περιόδου αποκλεισμού.**

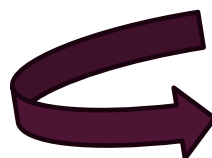
**Ο Εθνικός Οργανισμός Αντιντόπινγκ και οποιαδήποτε εθνική ομοσπονδία αναγνωρίζουν και εφαρμόζουν την απόφαση και τα αποτελέσματά της, χωρίς να απαιτείται περαιτέρω ενέργεια, αμέσως μόλις ο εθνικός οργανισμός αντιντόπινγκ λάβει γνώση της απόφασης ή της ημερομηνίας κατά την οποία η απόφαση καταχωρίζεται στο σύστημα ADAMS.**

[Επιστροφή στη Διαχείριση  
Αποτελεσμάτων \(RM\)](#)



## Έλεγχος Ντόπινγκ

- 1) Τι ελέγχους πραγματοποιεί ο Ε.Ο.ΚΑ.Ν.;
- 2) Τι σημαίνουν οι εκφράσεις Εντός Αγώνα και Εκτός Αγώνα;
- 3) Πώς σχεδιάζονται οι εντός και εκτός αγώνα έλεγχοι;
- 4) Ποια είναι τα βήματα της διαδικασίας ελέγχου ντόπινγκ;



1. Ο Ε.Ο.ΚΑ.Ν. πραγματοποιεί ελέγχους Εντός και Εκτός Αγώνα. Οι έλεγχοι Εκτός Αγώνα πραγματοποιούνται ατομικά σε αθλητές σε περιβάλλον Εκτός Αγώνα χωρίς προειδοποίηση του αθλητή για τον έλεγχο. Οι έλεγχοι Εντός Αγώνα πραγματοποιούνται κατά τη διάρκεια ή μετά από μια διοργάνωση. Ο Ε.Ο.ΚΑ.Ν. συλλέγει τόσο δείγματα ούρων όσο και δείγματα αίματος. Ο Ε.Ο.ΚΑ.Ν. πέρα από τη βασική ανάλυση των δειγμάτων μπορεί να δώσει εντολή για ειδικές αναλύσεις όπως έλεγχος του δείγματος για ανθρώπινη αυξητική ορμόνη (hGH), έλεγχος του δείγματος για ερυθροποιητίνη (EPO), έλεγχος του δείγματος με ανάλυση IRMS. Επίσης, ο Ε.Ο.ΚΑ.Ν. πραγματοποιεί ελέγχους στο πλαίσιο του προγράμματος του Βιολογικού Διαβατηρίου του Αθλητή.

[Επιστροφή στον Έλεγχο](#)  
[Ντόπινγκ](#)

2. Ως περίοδος Εντός Αγώνα ορίζεται κατ' αρχήν η περίοδος ακριβώς πριν από τα μεσάνυχτα (στις 11:59 μ.μ.) την ημέρα πριν τον αγώνα κατά την οποία ο αθλητής είναι προγραμματισμένο να συμμετάσχει μέχρι το τέλος του αγώνα και τη διαδικασία συλλογής δείγματος. Το παραπάνω ισχύει με την επιφύλαξη ορισμού διαφορετικής περιόδου, εγκεκριμένης από τον WADA, για ένα συγκεκριμένο άθλημα.

Ως περίοδος εκτός αγώνα ορίζεται οποιαδήποτε περίοδος που δεν είναι εντός αγώνων.

Οι ορισμοί για τις εκφράσεις Εντός και Εκτός Αγώνα προέρχονται από τον Παγκόσμιο Κώδικα Αντιντόπινγκ.

[Επιστροφή στον Έλεγχο](#)  
[Ντόπινγκ](#)

3. Το Πλάνο Ελέγχου Ντόπινγκ (TDP) διαμορφώνεται μέσω της αξιολόγησης κινδύνου (risk assessment) η οποία βασίζεται στο αντίστοιχο διεθνές πρότυπο για τους Ελέγχους και τις Έρευνες (ISTI) και στα τεχνικά έγγραφα του WADA. Μερικά από τα κριτήρια τα οποία λαμβάνονται υπόψιν παρατίθενται παρακάτω.

Κριτήρια για εντός αγώνα έλεγχο:

- Ιστορικό παραβάσεων κανόνων αντιντόπινγκ ανά άθλημα (risk assessment)
- Δημοφιλία αθλήματος
- Να υπάρχει κάποια βάσιμη πληροφορία για υποψία φερόμενης Παράβασης Κανόνα Αντιντόπινγκ
- Να υπάρχει σχετική σύσταση από το APMU σε Βιολογικό Διαβατήριο Αθλητή

Κριτήρια για εκτός αγώνα έλεγχο:

- Ο αθλητής/τρια να συμπεριλαμβάνεται στον Κατάλογο Ελεγχόμενων Αθλητών (ΚΕΑ)
- Να υπάρχει κάποια βάσιμη πληροφορία για υποψία φερόμενης Παράβασης Κανόνα Αντιντόπινγκ
- Να υπάρχει σχετική σύσταση από το APMU σε Βιολογικό Διαβατήριο Αθλητή
- Ο αθλητής/τρια να αποσύρεται από αγώνες/διοργανώσεις την τελευταία στιγμή
- Ο αθλητής/τρια να εμφανίζει σημαντική βελτίωση στην αθλητική του απόδοση

## Επιστροφή στον Έλεγχο Ντόπινγκ

### 3. Τα βήματα της διαδικασίας ελέγχου ντόπινγκ είναι τα παρακάτω:

- Επιλογή του αθλητή (εντολή από την παραγγέλουσα αρχή του ελέγχου): η επιλογή του αθλητή μπορεί να είναι σταθμισμένη, τυχαία ή στοχευμένη επιλογή.
- Ειδοποίηση του αθλητή: Οι αθλητές ειδοποιούνται για την επιλογή τους να υποβληθούν σε έλεγχο ντόπινγκ από Υπεύθυνο Ελέγχου Ντόπινγκ (ΥΕΝ) ή τον Βοηθό Ελέγχου Ντόπινγκ (ΒΕΝ) οι οποίοι φέρουν και επιδεικνύουν την σχετική ταυτότητα σε ισχύ.

Οι αθλητές ενημερώνονται για τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις τους.

Οι αθλητές καλούνται να παρουσιάσουν ένα έγκυρο έγγραφο ταυτοπροσωπίας (ταυτότητα, δίπλωμα οδήγησης, αθλητικό δελτίο κλπ.).

- Διαδικασία δειγματοληψίας: Η δειγματοληψία μπορεί να είναι είτε δειγματοληψία ούρων είτε αιμοληψία.

Στη δειγματοληψία ούρων ισχύουν τα παρακάτω:

- ✓ Οι αθλητές διαλέγουν ουροσυλλέκτη και κουτί αποθήκευσης από τουλάχιστον 3 συσκευασίες.
- ✓ Οι αθλητές πρέπει να δώσουν δείγμα ουρών τουλάχιστον 90 mL (το δείγμα πρόκειται να αναλυθεί για την ανίχνευση τουλάχιστον 200 ουσιών).
- ✓ Ο αθλητής πλένει τα χέρια του ΜΟΝΟ με νερό.
- ✓ Ο αθλητής απομακρύνει τα ρούχα από το μέσο του κορμού ως το μέσο των μηρών και παρακολουθούμε τα ούρα να βγαίνουν από το σώμα του.
- ✓ Αφού το δείγμα διαχωριστεί στα 2 μπουκαλάκια (Α+Β δείγμα), σφραγίζεται.

Κατά τη διάρκεια της αιμοληψίας η ειδοποίηση του αθλητή γίνεται με τον ίδιο τρόπο όπως και στη δειγματοληψία ούρων. Επιπλέον, ισχύουν τα παρακάτω:

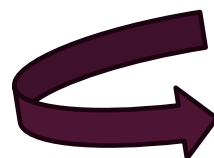
- ✓ Ο αθλητής παραμένει καθιστός για 10 λεπτά.
- ✓ Ο αιμολήπτης συλλέγει από 3 έως 16 mL δείγμα.
- ✓ Το δείγμα σφραγίζεται.

- Συμπλήρωση εγγράφων
- Αποστολή του δείγματος σε διαπιστευμένο από τον WADA εργαστήριο προς ανάλυση

## Επιστροφή στον Έλεγχο Ντόπινγκ

## Μιλήστε Χωρίς Φόβο

- 1) Πως το Γραφείο Ερευνών και Συλλογής Πληροφοριών βοηθάει στον αγώνα κατά του ντόπινγκ;
- 2) Πως λειτουργεί το Γραφείο Ερευνών και Συλλογής Πληροφοριών;
- 3) Ποιος μπορεί να κάνει μία αναφορά ή καταγγελία και τι μπορεί να αναφέρει;
- 4) Πώς διασφαλίζεται η ανωνυμία των ατόμων που παρέχουν πληροφορίες/καταγγελίες και πώς το απόρρητο των πληροφοριών που λαμβάνονται;
- 5) Με ποιους τρόπους μπορεί να παρέχει κάποιος ανώνυμα ή επώνυμα πληροφορίες;



1. Οι έλεγχοι ντόπινγκ παραμένουν το βασικό εργαλείο για την ανίχνευση της χρήσης απαγορευμένων ουσιών και μεθόδων στον αθλητισμό, ωστόσο ο χώρος του αντιντόπινγκ απαιτεί και άλλες μεθόδους έτσι ώστε να είναι περισσότερο αποτελεσματικός. Η συλλογή πληροφοριών και οι επακόλουθες έρευνες έχουν αποδεδειγμένα καταφέρει να αποκαλύψουν περιπτώσεις εξαπάτησης και μεγάλα κυκλώματα συστηματικής παράβασης των κανόνων αντιντόπινγκ. Τα τελευταία χρόνια ο Παγκόσμιος Οργανισμός Αντιντόπινγκ (WADA) δημιούργησε και εξέλιξε το τμήμα Ερευνών και Συλλογής Πληροφοριών. Με αυτό τον τρόπο όλοι οι φορείς αντιντόπινγκ αυξάνουν την ικανότητά τους να διεξάγουν έρευνες, να αναπτύσσουν συνεργασίες με τις υπηρεσίες επιβολής του νόμου και να παρέχουν την δυνατότητα σε όσους επιθυμούν να παρέχουν πληροφορίες να το κάνουν ανώνυμα.

Επιστροφή στο Μιλήστε  
Χωρίς Φόβο

2. Το Γραφείο Ερευνών και Συλλογής Πληροφοριών ασχολείται με τη συλλογή, ανάλυση και διερεύνηση πληροφοριών που σχετίζονται με τη χρήση απαγορευμένων ουσιών και μεθόδων στον αθλητισμό. Στόχος του είναι να εντοπίσει και να καταπολεμήσει το φαινόμενο του ντόπινγκ, προασπίζοντας την ακεραιότητα του αθλητισμού.

Συλλέγει, ερευνά, αξιολογεί πληροφορίες και συνεργάζεται με άλλους οργανισμούς αντιντόπινγκ, εθνικές και διεθνείς αθλητικές αρχές, και υπηρεσίες επιβολής του νόμου. Ενεργεί σύμφωνα με τα όσα ορίζονται στο Κώδικα του Παγκόσμιου Οργανισμού Αντιντόπινγκ και στο Διεθνές Πρότυπο Ελέγχων και Ερευνών.

Επιστροφή στο Μιλήστε  
Χωρίς Φόβο



3. Οποιοσδήποτε μπορεί να κάνει μια αναφορά ή καταγγελία για πιθανή παράβαση των κανόνων αντιντόπινγκ. Μπορεί να αναφέρει οποιαδήποτε πληροφορία για υπόνοια διάπραξης παράβασης των κανόνων κατά του ντόπινγκ όπως αυτές ορίζονται στο Άρθρο 2 του Κώδικα του WADA. ([https://www.wada-ama.org/sites/default/files/resources/files/2021\\_wada\\_code.pdf](https://www.wada-ama.org/sites/default/files/resources/files/2021_wada_code.pdf))

Όπως για παράδειγμα:

- Χρήση ή κατοχή απαγορευμένων ουσιών από αθλητές ή από το προσωπικό υποστήριξης των αθλητών.
- Πώληση ή αγορά απαγορευμένων ουσιών.
- Δίκτυα διακίνησης και διανομής απαγορευμένων ουσιών κ.α.

Επιστροφή στο Μιλήστε  
Χωρίς Φόβο

4. Η ανωνυμία των ατόμων που παρέχουν πληροφορίες – καταγγελίες προστατεύεται αυστηρά. Οι πληροφορίες που παρέχουν διαχειρίζονται εμπιστευτικά, αποκλειστικά και αυστηρά μόνο από τα αρμόδια άτομα που αποτελούν το Γραφείο Ερευνών και Συλλογής Πληροφοριών και λαμβάνονται όλα τα απαραίτητα μέτρα για την προστασία της ταυτότητάς τους.

Για να εδραιωθεί το κλίμα εμπιστοσύνης μεταξύ του Ε.Ο.ΚΑ.Ν. και όσων θέλουν να παρέχουν πληροφορίες ο Ε.Ο.ΚΑ.Ν. εγγυάται την διατήρηση της ανωνυμίας, το απόρρητο των πληροφοριών που λαμβάνονται και το απόρρητο των προσωπικών στοιχείων όσων επιθυμούν να αποκαλύψουν τα προσωπικά τους στοιχεία θεσπίζοντας και υιοθετώντας την Πολιτική για την Συλλογή και Διαχείριση των Πληροφοριών, υιοθετώντας την Νομοθεσία για την Προστασία των Προσωπικών Δεδομένων και την Νομοθεσία για τους Μάρτυρες Δημοσίου Συμφέροντος.

Επιστροφή στο Μιλήστε  
Χωρίς Φόβο

5. Οι τρόποι με τους οποίους μπορεί κάποιος να παρέχει πληροφορίες ανώνυμα ή επώνυμα είναι:

- Αποστολή ηλεκτρονικού μηνύματος στο ηλεκτρονικό ταχυδρομείο στην διεύθυνση: [intelligence@eokan.gr](mailto:intelligence@eokan.gr).
- Χρησιμοποιώντας την Πλατφόρμα «Μιλήστε Χωρίς Φόβο». (<https://www.eokan.gr/>)
- Με ταχυδρομείο στη διεύθυνση του Ε.Ο.ΚΑ.Ν.: Κλειστό Κολυμβητήριο ΟΑΚΑ Λεωφόρος Ολυμπιονίκη Σπύρου Λούη, Πύλη Δ, Μαρούσι 151 23.
- Καλώντας ή με την αποστολή μηνύματος στο τηλέφωνο καταγγελιών του ΕΟΚΑΝ: 6972279788 ή χρησιμοποιώντας τις εφαρμογές Viber και WhatsApp.
- Προφορικά με δια ζώσης συνάντηση με κάποιο αρμόδιο άτομο από το Γραφείο Ερευνών και Συλλογής Πληροφοριών.

Επιστροφή στο Μιλήστε  
Χωρίς Φόβο