



## AIZLIEGTO VIELU SARAKSTS

Dažas zāles ir iekļautas sportā aizliegto vielu sarakstā. Tas attiecas gan uz receptšu, gan bezreceptšu medikamentiem.

**Turklāt dažas no šīm vielām ir aizliegtas noteiktās devās, ievadīšanas veidos vai tikai konkrētos sporta veidos.**

**Lai izvairītos no pārkāpumiem, ir būtiski vienmēr rūpīgi pārbaudīt visu lietoto medikamentu statusu, izmantojot Pasaules Antidopinga aģentūras (WADA) aizliegto vielu sarakstu.**

## AIZLIEGTAS VIENMĒR

### S0 Neapstiprinātas vielas

Neapstiprinātas vielas lietošanai cilvēkiem, veterinārie medikamenti u. tml.

### S1 Anaboliskie līdzekļi

Testosterons, oksandrolons, stanozolols, klenbuterols, nandrolons, SARM u. c. vielas ar līdzīgu struktūru.

### S2 Peptīdu hormoni, augšanas faktori

Eritropoētīns, horiongonadotropīns, luteinizējošais hormons, augšanas hormons u. c.

### S3 Beta-2 agonisti

Higenamīns, fenoterols, indakaterols, terbutalīns, vilanterols\*, salbutamols\*, formoterols\*, salmeterols\* u. c.

### S4 Hormonu un vielmaiņas modulatori

Tamoksifēns, klomifēns, insulīns, anastrozols, meldonijs (mildronāts), trimetazidīns, u. c.

### S5 Diurētiķi un maskējošie aģenti

Probenecīds, albumīns, mannīts, tiazīdi, hidrohlortiazīds, indapamīds, furosemīds u.c.

### M1 Asins manipulācijas

Asins pārlišana, skābekļa piegādes mākslīgā veicināšana, O<sub>2</sub> mākslīgā veicināšana (izņemot augstkalnes un hipoksijas impulsus) u.c.

### M2 Ķīmiskās un fiziskās manipulācijas

Parauga aizvietošana vai falsifikācija, intravenozas infūzijas vai injekcijas virs 100mL 12h laikā.

### M3 Gēnu un šūnu dopings

Gēnu rediģēšanas faktori u.c.

## AIZLIEGTAS SACENSĪBU LAIKĀ

### S6 Stimulanti

Sibutramīns, heptaminols, niketamīds, amfetamīns, kokaīns, MDMA/ekstazī, modafinils, efedrīns\*, pseidoefedrīns\* u. c.

### S7 Narkotikas

Metadons, morfīns, oksikodons, tramadols u. c.

### S8 Kanabinoīdi

Kanabiss, hašišs, marihuāna, tetrahidrokanabinols (THC).

### S9 Glikokortikoīdi\*\*

Hidrokortizons, prednizolons, prednizons, deksametazons, triamcinolona acetonīds u. c.

## AIZLIEGTS NOTEIKTOS SPORTA VEIDOS\*\*\*

### P1 Beta blokatori

Metoprolols, bisoprolols, nebivolols, propranolols, timolols u.c.



## TERAPEITISKĀS LIETOŠANAS ATĻAUJAS (TLA)

Ja nepieciešams lietot sportā aizliegto vielu ārstēšanās nolūkos, ieskaties: [antidopings.gov.lv/tla](http://antidopings.gov.lv/tla)

## AR PILNO UN AKTUĀLO sarakstu var iepazīties Latvijas

Antidopinga biroja mājaslapā [antidopings.gov.lv](http://antidopings.gov.lv)

## INFORMĀCIJU PAR ZĀLĒM skatiet: [zales.antidopings.gov.lv](http://zales.antidopings.gov.lv)

\*medikamentiem noteikta robežvērtība

\*\*noteiktos ievadīšanas veidos

\*\*\*piem., šaušanā, golfā, autosportā u. c.

## PIEMĒRI AR ATĻAUTIEM UN AIZLIEGTIEM MEDIKAMENTIEM, DAŽĀDU SASLIMŠANU ĀRSTĒŠANAI

<b>ALERĢIJAS</b>	<b>✗</b> Adrenalīns, sistēmiski lietojami vai injicējami glikokortikoīdi.
	<b>✓</b> Antihistamīni, sensibilizācijas terapija.
<b>ARTERIĀLĀ HIPERTENSIJA UN SIRDS MAZSPĒJA</b>	<b>✗</b> Diurētiķi, beta-blokatori, meldonijs (mildronāts), trimetazidīns, spironolaktons, eplerenons.
	<b>✓</b> Kalcija kanālu blokatori, ACEI inhibitori, angiotenzīna II receptoru blokatori, ivabradīns, digoksīns.
<b>ASTMA</b>	<b>✗</b> Beta-2 agonisti, sistēmiski lietojami glikokortikoīdi.
	<b>✓</b> Salbutamols inhalācijās (līdz 1600 µg*), Salmeterols inhalācijās (līdz 200 µg*), Formoterols inhalācijās (līdz 54 µg*), Vilanterols inhalācijās (līdz 25 µg*), Inhalējami glikokortikoīdi, leukotriēnu receptoru antagonisti.
<b>CUKURA DIABĒTS</b>	<b>✗</b> Insulīns.
	<b>✓</b> Metformīns, sulfonilurīnviela, tiazolidinedioni, DPP-4 inhibitori, GLP-1 receptoru agonisti.
<b>DAŽĀDAS ETIOLOĢIJAS SĀPES</b>	<b>✗</b> Narkotiskās vielas (morfīns un tam līdzīgas vielas), sistēmiski lietojami glikokortikoīdi, tramadols.
	<b>✓</b> Ibuprofēns, naproksēns, paracetamols, etorikoksībs, ketoprofēns, deksketoprofēns.
<b>SINUSĪTS, RINOSINUSĪTS</b>	<b>✗</b> Efedrīns, pseidoefedrīns**.
	<b>✓</b> Ksilometazolīns, oksimetazolīns, lokāli lietojami glikokortikoīdi (deguna aerosoli).
<b>SAUKSTĒŠANĀS UN DRUDZIS</b>	<b>✗</b> Efedrīns, pseidoefedrīns**.
	<b>✓</b> Nesteroīdie pretiekaisuma līdzekļi (ibuprofēns), paracetamols, antihistamīni, antibiotikas***.

\* 24 stundu laikā.

\*\* Ieteicams pārtraukt lietošanu divas dienas pirms sacensībām.

\*\*\* Bakteriālā iekaisuma gadījumā.

# PIENĀKUMI UN ATBILDĪBA GODĪGA UN PATIESA SPORTA VEICINĀŠANĀ

Informācija balstīta Pasaules Antidopinga kodeksā, 21. pantā

## SPORTISTS



Zini un ievēro Antidopinga noteikumus.



Vienmēr esi pieejams dopinga kontrolei.



Esi atbildīgs par to, ko uzņem ar pārtiku vai lieto. Pārbaudi medikamentu un uztura bagātinātāju sastāvu!



Informē savu ārstu, ka esi sportists.



Neklusē par antidopinga noteikumu pārkāpumiem.



Sadarbojies antidopinga noteikumu pārkāpumu izmeklēšanā.



Atklāj sava palīgpersonāla identitāti.

# PIENĀKUMI UN ATBILDĪBA GODĪGA UN PATIESA SPORTA VEICINĀŠANĀ

Informācija balstīta Pasaules Antidopinga kodeksā, 21. pantā

## ATBALSTA PERSONĀLS



Zini un ievēro Antidopinga noteikumus.



Sadarbojies un palīdzi sportistam dopinga kontroles laikā.



Izmantojiet savu ietekmi uz sportistu, lai veicinātu godīga un patiesa sporta vērtības.



Neklusē par antidopinga noteikumu pārkāpumiem.



Sadarbojies antidopinga noteikumu pārkāpumu izmeklēšanā.



Neizmanto un neglabā sportā aizliegtās vielas un metodes.

- 1 Mācies trenēties pareizi, droši un ar maksimālu efektivitāti**, lai augtu kā sportists, saglabātu savu veselību un ilgtspējīgus panākumus sportā!
- 2 Izproti dopinga radītos riskus** savai veselībai, karjerai un sporta nākotnei, un izvēlies sev vislabākos ilgtermiņa lēmumus!
- 3 Esi godīgs un atbildīgs gan sportā, gan dzīvē**, iedvesmojot citus sekot sporta vērtībām!
- 4 Atbalsti sportu bez dopinga**, aizstāvi sporta integritāti un veido vidi, kurā valda iekļaušana un cieņa vienam pret otru!

**IESAISTĪETIES!** Apspriediet šos principus savā sporta komandā, treniņā vai ģimenē.

