



KAMU

Antidoping- opas 2022

KAMU – puhtaan urheilijan kaveri Kielletyt aineet ja menetelmät urheilussa

Suomen urheilun eettinen keskus SUEK ry
suek.fi • Twitter: @suek_fincis • IG: puhtaastiparas
YouTube: suek_fincis • #puhtaastiparas



URHEILIJA

- Kerro aina lääkärissä, että kuulut dopingvalvonnan piiriin.
- Tarkista aina myös itse käyttämiesi lääkkeiden sallittavuus KAMU-lääkehausta. Mikäli sairastut ulkomailla, tarkista lääkkeesi joko Maailman antidopingtoimisto WADAn luettelosta tai kyseisen maan antidopingorganisaation internetsivuilta.
- Hae erivapautta, jos tarvitset sairautesi hoitoon urheilussa kiellettyä ainetta tai menetelmää.
- Tarkista aina ennen kansainvälisiä kilpailuja, hyväksyvätkö kisajärjestäjät erivapautesi.
- Ole tarvittaessa yhteydessä SUEKiin, mikäli et löydä tietoa edellämainituilta tahoilta.
- Muista, että olet itse aina vastuussa siitä, mitä elimistöstäsi löytyy, vaikka et tarkoituksellisesti käyttäisikään urheilussa kiellettyjä aineita tai menetelmiä.

RAVINTOLISÄT

Ravintolisät ovat elintarvikkeita, joiden tarkoituksena on täydentää terveen ihmisen ruokavaliota. Niiden koostumus on harvoin täysin tunnettu ja ne voivat sisältää urheilussa kiellettyjä aineita. SUEK ei ylläpidä ravintolisistä luetteloa, jossa ne olisi luokiteltu joko kielletyiksi tai sallituiksi.

- Vältä epämääräisistä lähteistä hankittuja ravintolisä.
- Muista, että olet aina itse vastuussa mahdollisesta positiivisesta testituloksesta.

PUHTAASTI PARAS -VERKKOKOULUTUS

Puhtaasti paras on verkkokoulutus, jonka avulla urheilijat ja heidän tukihenkilönsä voivat oppia ja varmistaa tietonsa antidopingasioista. Koulutuksen sisältö perustuu antidopingsäännöstöihin. Koulutuksen voi suorittaa kätevästi osoitteessa puhtaastiparas.fi juuri silloin kuin parhaiten sopii.

Koulutuksen suorittamisesta saa diplomin. Kuvaa diplomista kannattaa jakaa esimerkiksi sosiaalisen median kanavilla. Diplomikuvan jakaminen on vahva kannanotto puhtaan urheilun puolesta!

PUHTAASTI PARAS

ILMOITA URHEILURIKKOMUKSISTA

Jokaisella on oikeus ilmoittaa, jos epäilee doping-, kilpailumanipulaatio- tai katsomoturvallisuusrikkomusta. ILMO-palvelussa voit tehdä ilmoituksen urheilijan tai muun toimijan epäeettisestä toiminnasta esimerkiksi häirinnästä, nimettömästi tai nimelläsi. Ilmoituksesi sisältö käsitellään luottamuksellisesti. Kaikki saatu tieto analysoidaan mahdollisia jatkotoimenpiteitä varten. Puuttamalla rikkomuksiin autat suojelemaan urheilua sekä turvaamaan tasavertaiset ja turvalliset lähtökohdat kaikille urheilijoille.

ILMO

WADAN KIELLETTYJEN AINEIDEN JA MENETELMIEN LUETTELOON 2022 MUKAISET DOPINGAINERYHMÄT

KAIKKINA AIKONA KIELLETYT AINEET JA MENETELMÄT

- S0. Myyntiluvattomat lääkeaineet
- S1. Anaboliset aineet
- S2. Peptidihormonit, kasvutekijät, vastaavat aineet ja mimeetit
- S3. β -agonistit
- S4. Hormoneihin ja aineenvaihduntaan vaikuttavat modulaattorit
- S5. Diureetit ja peiteaineet
- M1. Veren ja sen komponenttien manipulaatio
- M2. Kemiallinen ja fysikaalinen manipulaatio
- M3. Geeni- ja soludoping

KILPAILUN AIKANA KIELLETYT AINEET JA MENETELMÄT

- S6. Piristeet
- S7. Huumaavat kipulääkkeet
- S8. Kannabinoidit
- S9. Glukokortikoidit

TIETYISSÄ URHEILULAJEISSA KIELLETYT AINEET

- P1. Beetasalpaajat

TÄRKEIMMÄT MUUTOKSET VUODEN 2022 KIELLETTYJEN AINEIDEN JA MENETELMIEN LUETTELOON

S3. β -agonistit (avaavat astmalääkkeet)

Keuhkoinhalaationa käytettävän salbutamolín sallittu enimmäisannos muuttui. Katso muuttunut enimmäisannos SUEKin internetsivuilta suek.fi.

S9. Glukokortikoidit (kortisonivalmisteet)

Aiemmin glukokortikoidit ovat olleet kiellettyjä kilpailun aikana, kun lääkettä on annosteltu suun kautta, peräsuoleen tai injektiona suonensisäisesti ja lihakseen. Aiemmasta poiketen kaikki glukokortikoidi-injektiot ovat vuonna 2022 pistospaikasta riippumatta (myös paikalliset injektiot) kiellettyjä kilpailun aikana. Katso tarkemmat tiedot ja glukokortikoidien varoajat SUEKin internetsivuilta suek.fi.

KAMU-MOBIILISOVELLUS

Kielletyt Aineet ja Menetelmät Urheilussa eli KAMU-mobiilisovellus on ladattavissa suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi Android ja iOS -laitteille. Haku pohjautuu Lääketietokeskuksen luetteloihin ja siinä on vain Suomesta saatavia resepti- ja itsehoitolääkevalmisteita. KAMUa päivitetään säännöllisesti uusien markkinoille tulevien lääkevalmisteiden osalta. KAMU-lääkehaku on käytettävissä myös osoitteessa suek.fi. Mikäli haettua lääkevalmistetta ei löydy, tulee urheilijan olla yhteydessä SUEKiin.

Suomessa ja ulkomailla saattaa olla samannimisiä lääkevalmisteita, jotka sisältävät eri lääkeaineita. KAMU-lääkehausta ei siksi tule tarkistaa ulkomailta hankittujen lääkkeiden sallittavuutta. KAMU-mobiilisovelluksessa on myös linkkejä eri maiden lääkehakuihin. Urheilija on aina itse vastuussa siitä, mitä hänen elimistöstään löytyy mahdollisessa dopingtestissä.



ERIVAPAAUS URHEILIJAN LÄÄKITYKSESSÄ

Urheilijalle voidaan myöntää hakemuksesta erivapaus käyttää urheilussa kiellettyä ainetta ja/tai menetelmää, jos WADAn kriteerit erivapauden myöntämiseksi täyttyvät. Erivapautta haetaan Erivapaushakemuslomakkeella (Therapeutic Use Exemption TUE Application Form), jonka liitteenä tulee toimittaa diagnoosin vahvistavat sairauskertomukset ja tutkimustulokset. Kansainvälisen tason ja kansainvälisiin urheilutapahtumiin osallistuvien urheilijoiden tulee selvittää ennakoon erivapauskäytäntö kansallisesta lajiliitosta. Tarkat ja päivitettyt ohjeet erivapausmenettelystä sekä Erkka-erivapauskone ovat SUEKin internetsivuilla osoitteessa suek.fi.



Tarkista aina käyttämiesi valmisteiden sallittavuus voimassa olevasta kiellettyjen aineiden ja menetelmien luettelosta:

- Suomessa myynnissä olevat lääkevalmisteet suek.fi ja puhelinneuvonta 09 3481 2020
- WADAn Kielletyt aineet ja menetelmät urheilussa -luettelo: wada-ama.org

Urheilijan vastuulla on tarkistaa käyttämiensä valmisteiden sallittavuus aina ajan tasalla olevasta luettelosta.