

# Essentiële anti-doping informatie voor sporters en begeleiders

De Dopingautoriteit is de Nederlandse autoriteit op het gebied van dopingcontroles en dopingvoorlichting. Op [www.dopingautoriteit.nl](http://www.dopingautoriteit.nl) is veel informatie te vinden over de risico's, de rechten en de plichten van sporters en begeleiders bij dopingcontroles. De meest essentiële informatie staat echter hier op een rijtje:

## **De dopinglijst:** [www.dopingautoriteit.nl/dopinglijst](http://www.dopingautoriteit.nl/dopinglijst)

Een sporter is altijd zelf verantwoordelijk voor wat zich in zijn of haar lichaam bevindt. Het is daarom van belang altijd goed te controleren of middelen die gebruikt worden op de dopinglijst voorkomen. Of het nu gaat om iets dat door een arts wordt voorgeschreven of om een middel dat bij de drogist wordt gekocht: in beide kunnen dopinggeduide stoffen voorkomen.

## **Medicijngebruik en dopingcontroles:** [www.dopingautoriteit.nl/GDS](http://www.dopingautoriteit.nl/GDS)

Komt het voor dat een sporter, vanwege een ziekte of aandoening iets moet gebruiken wat op de dopinglijst staat, dan moet hiervoor dispensatie worden aangevraagd. Sporters die voornamelijk actief zijn op nationaal niveau, kunnen dit doen bij de Dopingautoriteit, via Geneesmiddelen Dispensatie Sporter (GDS). Sporters die internationaal actief zijn dienen dit meestal bij de Internationale Federatie af te handelen. Bovendien, sporters die voornamelijk nationaal actief zijn, maar meedoen aan een officieel *International Event* (vaak EK's, WK's, World Cups, ...) dienen de dispensatie meestal internationaal af te handelen, ook al is deze via de GDS al verkregen.

## **Doping in je vitaminepil?:** [www.dopingautoriteit.nl/NZVT](http://www.dopingautoriteit.nl/NZVT)

Uit onderzoek is gebleken dat 2% – 25% van alle voedingssupplementen vervuild zijn met dopinggeduide stoffen. Deze stoffen staan dus niet op het etiket vermeld, maar zitten er soms wel in. Sporters kunnen hierdoor onbewust positief testen en geschorst worden. Om de kans op zo'n onbedoelde positieve dopingcontrole te minimaliseren is het Nederlands Zekerheidssysteem Voedingssupplementen Topsport (NZVT) ontwikkeld. Mocht je voedingssupplementen willen gebruiken gebruik dan alleen NZVT-goedgekeurde voedingssupplementen. Dan hou je het risico op een positieve controle minimaal.

## **De dopingcontroleprocedure:** [www.dopingautoriteit.nl/dopingcontrole](http://www.dopingautoriteit.nl/dopingcontrole)

Zorg dat je op de hoogte bent van de rechten en plichten tijdens een dopingcontroleprocedure. Hierdoor kom je nooit voor verrassingen te staan.

## **Vragen?** [dopingvragen@dopingautoriteit.nl](mailto:dopingvragen@dopingautoriteit.nl)

Alle dopingvragen kunnen gemaild worden naar [dopingvragen@dopingautoriteit.nl](mailto:dopingvragen@dopingautoriteit.nl). E-mails worden binnen een werkdag beantwoord. Veel informatie is ook beschikbaar op de website van de Dopingautoriteit: [www.dopingautoriteit.nl](http://www.dopingautoriteit.nl).

## **100% Dope Free:** [www.100procentdopefree.nl](http://www.100procentdopefree.nl)

100% Dope Free betekent nee zeggen tegen doping. Het is een manier van leven waarbij je de verantwoordelijkheid neemt voor een dopingvrije sport en waarbij je op eigen kracht het beste uit jezelf haalt zonder het gebruik van verboden stoffen en methoden. Teken het statement, draag de 100% Dope Free – True Winner armband en draag het uit!