

Краткий гид по антидопингу

Этот гид – для спортсменов, тренеров, родителей и всех, кто поддерживает принципы «чистого спорта».

Ниже – только важное: что запрещено и почему, как проходит допинг-контроль, ваши права, полезные ссылки и контакты. Материал короткий и практичный – чтобы вы быстро нашли ответ и действовали правильно.

Этот материал носит информационный характер и не заменяет официальные документы. Приоритет всегда за действующими правилами и нормативными актами соответствующего уровня. Если у вас есть сомнения — свяжитесь с ответственным специалистом одной из федераций.

Важные ссылки:

- Официальный сайт РУСАДА: <https://rusada.ru/>
- Проверить лекарство и БАД: <https://list.rusada.ru/>
- Сообщить о возможном нарушении (анонимно):
<https://rusada.ru/doping-control/investigations/report-about-doping/>
- Пройти бесплатное обучение: <https://course.rusada.ru/>
- Узнать про терапевтическое использование (TUE):
<https://www.rusada.ru/substances/tue/>
- Посмотреть текущие дисквалификации:
<https://www.rusada.ru/disqualifications/>

Другие полезные ссылки

- ADEL (платформа ВАДА): <https://adel.wada-ama.org/learn>
- Процедура допинг-контроля: <https://rusada.ru/athletes/test-procedure/>
- Система ADAMS: <https://www.rusada.ru/athletes/adams/>
- Минспорт об антидопинге: <https://minsport.gov.ru/sport/antidoping/>

Что важно знать каждому спортсмену?

- Ответственность за всё, что попадает в ваш организм, несёте вы сами (даже если препарат назначил врач).
- Запрещённый список обновляется ежегодно и действует с 1 января – всегда проверяйте актуальную версию.
- БАДы – зона повышенного риска: выбирайте только проверенных производителей и всё равно проверяйте состав.
- Если лечение жизненно необходимо, оформляйте разрешение на терапевтическое использование (TUE).
- Не игнорируйте образовательные курсы – они помогают избежать случайных нарушений.
- Если сомневаетесь – не рискуйте и задайте вопрос ответственному специалисту.

Ваши права при допинг-контроле:

- Право на сопровождение представителем команды/родителем (для несовершеннолетних).
- Право требовать удостоверение у сотрудника допинг-контроля и разъяснение процедуры.
- Право на конфиденциальность и уважительное отношение.
- Право указать на используемые лекарства и БАДы в форме допинг-контроля.
- Право на предоставление достаточного количества жидкости и времени для предоставления пробы.
- Право сделать замечания в протоколе, если что-то пошло не так.

Как проходит допинг-контроль (коротко)?

1. Уведомление о выборе на тестирование.
2. Регистрация и проверка удостоверений.
3. Выбор стерильного набора и подготовка.
4. Предоставление пробы мочи/крови под контролем уполномоченного лица (в соответствии с протоколом).
5. Распределение пробы на части «А» и «В», опечатывание.

6. Заполнение документов (указываете лекарства/БАДы за последние 7 дней и замечания).
7. Транспортировка пробы в аккредитованную лабораторию.
8. Сообщение результатов в установленном порядке.

ADAMS и местонахождение (для спортсменов из пула тестирования):

Если вы включены в пул тестирования, вам нужно поддерживать в актуальном состоянии данные о местонахождении в системе ADAMS. Это необходимо для внезапных внесоревновательных тестов. Пропуски тестов могут привести к дисциплинарной ответственности.

Терапевтическое использование (TUE):

- TUE – это официальное разрешение на применение запрещённого вещества или метода по медицинским показаниям.
- Оформляйте TUE до начала лечения, если это предсказуемо; при экстренной терапии сообщите как можно скорее.
- Соберите меддокументы: диагноз, историю болезни, результаты обследований, заключение врача.
- Подайте заявление через установленный порядок (национальный/международный уровень - в зависимости от статуса соревнований).

Тренерам и персоналу спортсмена:

- Личный пример и контроль за командой: не рекомендовать сомнительные БАДы и «ускорители».
- Знать базовые процедуры допинг-контроля, уметь помочь спортсмену правильно заполнить форму.
- Проходить регулярное обучение на платформе РУСАДА (и ADEL для международных стартов).
- Помнить об ответственности за пособничество и подстрекательство к нарушениям.

Родителям несовершеннолетних спортсменов:

- Обсудите с тренером и врачом любые препараты, которые принимает ребёнок.
- Будьте рядом на процедуре допинг-контроля – несовершеннолетние имеют право на сопровождение.
- Помогайте вести список лекарств/БАДов и храните назначения врача.

Контакты федерации (для вопросов по антидопингу):

Ответственный за антидопинговое обеспечение в МФТ	Кайбышев Кирилл Романович Исполнительный директор moskva@rustriathlon.ru
Ответственный за антидопинговое обеспечение в ФТР	Заволокина Олеся Юрьевна Первый заместитель руководителя antidoping@rustriathlon.ru

Юридическая основа (кратко):

- Общероссийские антидопинговые правила (приказ Минспорта РФ №464).
- Всемирный антидопинговый кодекс и международные стандарты (образование, тестирование, TUE и др.).
- Запрещённый список (ежегодно обновляется, действует с 1 января).
- Национальные законы и подзаконные акты, регулирующие антидопинговую деятельность.