

Medicijngebruik in de schietsport. Hoe voorkom je dat je positief test bij controle?

We willen allemaal een schone sport maar hoe zit dat met medicijnen (voor dagelijks gebruik)?

In lang niet alle medicijnen zitten verboden stoffen maar in veel wel.

Let op: óók in voedingssupplementen!

Ik kreeg de tip mijn medicijnen te controleren van een trainer die hier vaker mee te maken gehad heeft en ik ben toen uit gaan zoeken hoe en wat. Langs deze weg wil ik jullie informeren, dat mócht je een dopingcontrole krijgen, jij zéker weet dat je schoon bent.

Met de techniek van nu kun jij je medicijnen heel makkelijk op verboden stoffen controleren. Dit kan via de site van de dopingautoriteit of door heel simpel de app "dopingwaaier" te downloaden via de App Store of via Google play store.

Het is als sporter je eigen verantwoordelijkheid schoon te zijn!

Wat te doen als er verboden stoffen in je medicijnen zit?

Kijk samen met je behandelend arts, huisarts of specialist of er vergelijkbare medicijnen zijn waar je goed op reageert die wel mogen. Of vraag bij het NOC-NSF een lijst met specialisten op via info@nocnsf.nl . Deze artsen kunnen je adviseren over een vergelijkbaar middel dat niet op de dopinglijst staat of je helpen bij het aanvragen van dispensatie.

Praat hier ook over met je apotheek zij hebben een lijst topsport indicatie.

Let op: Jij blijft altijd zelf verantwoordelijk!

Tips voor een schone sport

Sport is veel te mooi voor doping. Ben je een topsporter of talent? Dan kun je zelf bijdragen aan schone sport:

Tip 1. Download de Dopingwaaier App

De Dopingwaaier App is de belangrijkste app voor een dopingvrije sport. Je kunt hiermee je geneesmiddelen en voedingssupplementen controleren, de dopingregels nalezen, de dopingcontrolevideo's bekijken en nog veel meer! De app is ook te gebruiken via www.dopingwaaier.nl

Tip 2. Controleer al je geneesmiddelen

Geneesmiddelen kunnen dopingstoffen bevatten. Zorg dus altijd dat je zelf weet welke geneesmiddelen je gebruikt, wat erin zit en of ze zijn toegestaan. Ook als ze zijn voorgeschreven door een arts.

Tip 3. Vraag zo nodig een dispensatie aan

Heb je volgens je arts een geneesmiddel nodig dat dopingstoffen bevat? Dan kun je daar dispensatie voor aanvragen. Zo kun je officieel toestemming krijgen om het geneesmiddel te gebruiken.

Tip 4. Gebruik alleen NZVT-goedgekeurde voedingssupplementen

Voedingssupplementen kunnen vervuild zijn met dopingstoffen. Dit geldt dus ook voor vitaminepillen en eiwit shakes! Het Nederlands Zekerheidssysteem Voedingssupplementen Topsport (NZVT) controleert voedingssupplementen op de aanwezigheid van dopingstoffen. Komt een voedingssupplement schoon uit de test? Dan mag het op de NZVT-lijst.

Tip 5. Weiger nooit een dopingcontrole

Word je aangewezen voor een dopingcontrole? Dan ben je altijd verplicht om deze te ondergaan. Ook als het moment niet goed uitkomt. Heb je commentaar op de controle? Schrijf dit dan direct op het dopingcontroleformulier.

Tip 6. Gebruik geen drugs

Drugs zoals cannabis, XTC en cocaïne zijn verboden binnen wedstrijdverband. Maar let op! Cannabis kan bijvoorbeeld nog tot een maand na gebruik te vinden zijn in je urine. En als het bij een dopingcontrole binnen wedstrijdverband nog wordt aangetroffen, dan test je positief!

Tip 7. Sluit je aan bij Be PROUD

Jij bent essentieel voor schone sport. Het is dus belangrijk dat je in actie komt! Sluit je aan bij Be PROUD en word onderdeel van een groot en krachtig team. Trotse supporters van schone sport!

Tip 8. Meld overtredingen bij het Meldpunt Doping

De opsporing van dopingovertredingen is erg belangrijk voor schone sport. Jouw informatie kan hierbij helpen! Bij het Meldpunt Doping van de Dopingautoriteit kun je vertrouwelijk informatie geven over (mogelijke) dopingovertredingen. Dit kan op naam, maar ook anoniem.

Extra tip 9. Vul je whereabouts in

Heb je een whereaboutsverplichting? Lever dan tijdig en correct je whereabouts aan. Zorg dat je gegevens altijd up-to-date zijn en voorkom 3 whereaboutsfouten binnen 12 maanden.