



Merkblatt Anti-Doping

PRÄVENTION

Die **Anti-Doping-Bestimmungen gelten für alle Sporttreibenden** mit einer Lizenz oder einer Mitgliedschaft bei einem Verein bzw. Verband, welcher Swiss Olympic angeschlossen ist. Dies bedeutet insbesondere, dass **jede*r Athlet*in** für die in ihren bzw. seinen Dopingproben gefundenen Substanzen die **alleinige Verantwortung trägt**. Generell raten wir:

- Bevor du ein Medikament nimmst, überprüfe es zuerst immer in der [Medikamentenabfrage](#) von Swiss Sport Integrity, ob es gemäss Dopingliste erlaubt ist.
- Für Reisen ins Ausland nimmst du deine eigene Apotheke mit, welche nur erlaubte Medikamente enthält.
- Zu den Testing Days des Nationalen Leistungszentrum Rollstuhlsport (NLR) bringst du deine Medikamentenliste mit (idealerweise mit Fotos der Medikamentenpackungen).

Viele Informationen findest du auch auf der Webseite von [Swiss Sport Integrity](#).

KRANK ODER VERLETZT?

Zahlreiche Medikamente enthalten gemäss Dopingliste verbotene Substanzen und können zu einer positiven Dopingprobe führen. **Überprüfe deshalb immer alle Medikamente vor der Anwendung.**

- [Medikamentenabfrage](#)
- [Mehr Informationen](#)

Die Sportmedizin Nottwil steht dir für Rückfragen jederzeit zur Verfügung.

Sollte bei der Medikamentenabfrage ein Medikament orange oder rot erscheinen (teilweise/verbotene Substanz), wende dich bitte umgehend an die Sportmedizin Nottwil. Unsere Ärzte unterstützen dich in der Beratung alternativer Medikamente.

AUSNAHMEBEWILLIGUNG ZU THERAPEUTISCHEN ZWECKEN (ATZ)

Es gibt Situationen, in denen Athlet*innen aus gesundheitlichen Gründen eine gemäss Dopingliste verbotene Substanz oder Methode benötigen. Dafür sehen die Anti-Doping-Bestimmungen eine Ausnahmegewilligung zu therapeutischen Zwecken, kurz [ATZ](#) (Englisch: Therapeutic Use Exemption, TUE), vor. Eine vorgängige ATZ bedeutet, dass vor dem Therapiestart mit einer verbotenen Substanz oder Methode eine gültige Ausnahmegewilligung vorliegen muss. Folgende Athlet*innen benötigen eine **vorgängige ATZ**:

- Alle Athlet*innen, die nach Definition von Swiss Sport Integrity dem ATZ-Pool angehören.
Mehr Informationen und Überprüfung ATZ-Pool-Zugehörigkeit: [ATZ-Pool](#)
- Alle Athlet*innen, welche vom jeweiligen internationalen Verband als «International Level Athlete» (ILA) definiert werden.
Überprüfung ILA kann via Webseite des jeweiligen Internationalen Verbandes vorgenommen werden.



NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL

Die Leistungsfähigkeit von Athlet*innen gründet auf einer gesunden Basisernährung. Nahrungsergänzungsmittel können bei individuellen und speziellen sportartspezifischen Bedürfnissen und Situationen diese Basisernährung ergänzen, aber niemals ersetzen. Nahrungsergänzungsmittel stellen ein Dopingrisiko dar, da sie mit verbotenen Substanzen verunreinigt sein können. Um das Risiko zu minimieren, befolge diese zwei Grundsätze:

- [Individueller Bedarf mit einer Fachperson ermitteln](#)
- [Auswahl- und Ausschlusskriterien von Swiss Sport Integrity beachten](#)

Mehr Informationen: [Swiss Sports Nutrition Society Supplement Guide](#)

DOPINGKONTROLLEN

Zum Schutz des chancengleichen, fairen und sauberen Sports führt kein Weg an ihnen vorbei: Dopingkontrollen. Das Anti-Doping-Kontrollsystem ist im Interesse der ehrlichen Athlet*innen. Grundsätzlich gibt es keine zeitliche Begrenzung, Dopingkontrollen können jederzeit und überall stattfinden. Als Para-Athlet*in sind diese zwei Punkte wichtig zu befolgen:

- Dem Aufgebot für eine Dopingkontrolle ist Folge zu leisten. Eine Verweigerung kann zu einer Sperre führen.
- Es liegt in der Verantwortung der Para-Athlet*innen, die für die Abgabe einer Urinprobe erforderliche zusätzliche Ausrüstung bereitzustellen, wie z.B. einen Katheter/Drainagesystem.

Mehr Informationen zum Kontrollablauf sind auf bei [Swiss Sport Integrity](#) zu finden.

KONTAKT

Bei Fragen stehen Dr. med. Phil Jungen, Dr. med. Robert Werder von der Sportmedizin Nottwil und die Sportartenmanager von Rollstuhlsport Schweiz zur Verfügung.

- Kontakt Sportmedizin Nottwil: +41 41 939 66 00 / sportmedizin@sportmedizin-nottwil.ch
- Kontakt RSS: +41 41 939 54 11 / rss@spv.ch

Leistungssport

Merkblatt, gültig ab 01.01.2022



Die Regeln des sauberen Sports

Die 11 Verstösse gegen die Anti-Doping-Bestimmungen:

1. Positives Analyseergebnis
2. Anwendung
3. Verweigerung der Dopingkontrolle
4. Meldepflichtverstösse
5. Unzulässige Einflussnahme
6. Besitz
7. Handel / Inverkehrbringen
8. Verabreichung
9. Mittäterschaft
10. Verbotener Umgang
11. Verhinderung von Whistleblowing



Die Konsequenzen von Doping

Rechtliche Folgen

Sanktionierung und Sperre im Sport, Geldbussen, strafrechtliche Folgen

Gesundheitliche Folgen

Körperliche und psychische Veränderungen aufgrund von Nebenwirkungen, schwerwiegende gesundheitliche Probleme

Finanzielle Folgen

Wegfall oder Rückzahlung finanzieller Unterstützung und Preisgelder, Schwierigkeiten auf dem Arbeitsmarkt

Soziale Folgen

Verlust von Ansehen und Respekt bei Familie, Freund:innen, Arbeitgeber, Schule; soziale Isolation



Athlet:innen tragen die Verantwortung

Nach dem Prinzip der **«Strict Liability»** bin ich jederzeit alleine dafür verantwortlich, dass nichts in meinen Körper gelangt, was verboten ist. Dies betrifft z.B. Medikamente, Nahrungsmittel, Nahrungsergänzungsmittel und pflanzliche Produkte.

Diese drei Tipps befolge ich:

Ich **sage** meinem Umfeld sowie meiner behandelnden Ärztin oder meinem Apotheker, dass ich dem Doping-Statut von Swiss Olympic unterstellt bin.

Ich **überprüfe** vorab den Doping-Status von Medikamenten mit der Medikamentenabfrage Global DRO auf www.sportintegrity.ch oder auf der Mobile App. Ich hinterfrage Nahrungsergänzungsmittel kritisch.

Ich **frage** Leute, denen ich vertraue, um Rat. Swiss Sport Integrity unterstützt mich ebenfalls.



Medikamente

Medikamente können gemäss Dopingliste verboten sein. Daher **prüfe** ich immer vor Anwendung eines Medikaments selbstständig, ob es erlaubt ist, denn auch freiverkäufliche **Grippe- oder Erkältungsmedikamente** können im Wettkampf verbotene Substanzen enthalten. Ich prüfe bei verbotenen Medikamenten mögliche Therapiealternativen und wende grundsätzlich erlaubte Therapien an.

Asthmamedikamente sind, abhängig von den enthaltenen Substanzen, der Dosierung und dem Verabreichungsweg, gemäss Dopingliste verboten, erlaubt oder nur bis zu einem bestimmten Dosierungsgrenzwert erlaubt. Daher sind eine sehr sorgfältige Prüfung und Anwendung nötig.

Intravenöse Infusionen und/oder Injektionen von mehr als 100 ml innerhalb von 12 Stunden sind verboten. Dies gilt unabhängig der verabreichten Substanz. Das heisst, auch Eiseninfusionen ab 100 ml sind verboten.

Es gibt Situationen, für welche die erforderliche Therapie gemäss Dopingliste verboten ist und keine erlaubte Alternative angewendet werden kann. Für solche Situationen ist eine **Ausnahmebewilligung zu therapeutischen Zwecken (ATZ)** notwendig. ATZ-Pool-Athlet:innen und International-Level-Athlet:innen müssen den ATZ-Antrag vorgängig einreichen, dies bedeutet, dass grundsätzlich vor dem Therapiestart eine gültige ATZ vorliegen muss.

Medikamentenabfrage Global DRO

Apple Store

Google Play Store



Dopingkontrollen

Der **Ablauf einer Dopingkontrolle** ist genau geregelt. Ich kenne und nehme meine Rechte und Pflichten anlässlich einer Dopingkontrolle wahr. Damit Kontrollpool-Athlet:innen jederzeit auffindbar sind, müssen sie ihre **Aufenthaltsorte (Whereabouts)** angeben. Im Teamsport sind die Team-Administrator:innen für die Angabe der Whereabouts zuständig.



Cannabis / CBD

Cannabinoide sind im Wettkampf verboten und können mehrere Tage bis Wochen nach dem Konsum noch bei Dopingkontrollen im Wettkampf nachgewiesen werden. Swiss Sport Integrity empfiehlt Athlet:innen daher generell auf den Konsum von Cannabis und CBD-Produkte zu verzichten.



Ausland

Medikamente können im Ausland den gleichen Namen haben, aber andere Substanzen enthalten, die verboten sind. Daher nehme ich in der Schweiz gekaufte und selbstständig geprüfte Medikamente auf Reisen mit. Im Ausland gekaufte Medikamente überprüfe ich mit der Datenbank der jeweiligen Nationalen Organisation.

Es sind Fälle von mit verbotenen Substanzen **kontaminiertem Fleisch** bekannt, was zu unbeabsichtigten Verstössen führen kann. Daher sind Vorsichtsmassnahmen nötig.



Supplemente

Nahrungsergänzungsmittel (NEM) bzw. Supplemente sollte ich nur nach individueller Absprache mit Fachpersonen einsetzen. In vielen Fällen sind NEM unnötig, kostspielig und potenziell riskant.

Aufgrund von **Verunreinigungen** oder durch absichtliche Beimischung können verbotene oder gesundheitsgefährdende Substanzen enthalten sein, ohne dass diese deklariert sind.

Bei der **Wahl der Produkte** ist grösste Vorsicht geboten. In erster Linie sollen vertrauenswürdige Schweizer Hersteller mit Bezug zum Leistungssport oder unabhängig zertifizierte Produkte bevorzugt werden. Swiss Sport Integrity rät vom Import bzw. von der Onlinebestellung strengstens ab.



Für den sauberen Sport

Ich habe eine klare Haltung:

Ich überlege mir, auf welche Weise ich meine Leistungen und Erfolge erbringen will und sage Nein zu Abkürzungen. Ich toleriere kein Doping in meinem Umfeld.

Ich positioniere mich:

Saubere Sportler:innen setzen sich für Fairness ein und positionieren sich öffentlich für #cleansport. #ProtectingOurSport

Ich gebe Insiderinformationen weiter:

Hinweise auf mögliche Dopingverstösse können von grosser Bedeutung sein. Deine vertrauliche Information könnte uns entscheidend helfen, den sauberen Sport zu schützen.