

# 反兴奋剂信息指导

介绍：  
国际残奥委会 (IPC) 活页将为您提供一些基础和实际的反兴奋剂信息。欲知完整的反兴奋剂信息，请登录：

[web >> www.paralympic.org](http://www.paralympic.org)

## 禁用清单

世界反兴奋剂机构 (WADA) 禁用清单定义并概括了赛内和赛外禁用的物质和方法。它每年至少更新一次，并于当年的1月1日开始生效。作为运动员，您应该确保了解清单上的内容，该内容也可登录WADA

网站 ([www.wada-ama.org](http://www.wada-ama.org)) 查询。

[web >> www.wada-ama.org](http://www.wada-ama.org)

## 兴奋剂违规行为

下述行为构成兴奋剂违规行为 (ADRV)：

- 样本中存在禁用物质或其代谢物或标记物
- 使用或企图使用某种禁用物质和禁用方法
- 拒绝或未服从样本采集程序
- 违反运动员接受赛外检查的相关要求
- 篡改或企图篡改兴奋剂检查程序中的任何环节
- 持有禁用物质或禁用方法
- 从事或企图从事任何禁用物质或禁用方法的交易
- 协助、鼓励、资助、教唆、掩盖使用禁用物质或禁用方法的行为

### 你知道吗？

大量的阳性测试结果归咎于误用营养品。服用标注不准确的营养品不足以成为在申诉中的辩护理由。

## 用药和营养品

根据严格的职责的原则，作为一名运动员，您在任何时候都需对进入自身体内的物质负责。除了清单外，您必须采取所有措施检验所有物质和营养品的成分。

- 常与医生和/或您所属国家反兴奋剂机构确认用药。
- 注意营养品的使用。
- 很多国家的营养品生产和标签可能不依照严格的规定执行，这可能导致营养品含有禁用物质，却未声明。
- IPC建议所有的运动员避免使用营养品，以防止出现兴奋剂问题。

## 治疗用药豁免

治疗用药豁免可以使您提供正式、有记录的医疗证明时使用禁用物质或方法。所有需要申请使用禁用物质或方法的运动员必须持有有效的治疗用药豁免。所有IPC的运动员必须向其所属国家反兴奋剂机构申请治疗用药豁免的批准。仅IPC注册检查库中和参加IPC组织的大型赛事并且要求在紧急情况下获得可追溯性治疗用药豁免批准的运动员需要向IPC申请治疗用药豁免。治疗用药豁免的申请表可以直接在IPC网站上下载。

[web >> www.paralympic.org](http://www.paralympic.org)



## 行踪信息

IPC创建了运动员注册检查库。如果被选入注册检查库，则需要提供您每季度的行踪信息。注册检查库于每年1月1日成立，但是将不定时的重新调整和更新，运动员可能随时被增加入库。IPC注册检查库基于现有IPC资源而建立，您所属的国家残奥委会将通知您入库。所有的IPC注册检查库的运动员都需要直接通过网上数据库ADAMS提供行踪信息。

IPC承诺维护体育的纯洁。如果您可以提供信息或知晓兴奋剂违规行为，请随时通过以下方式与我们联系。

[antidoping@paralympic.org](mailto:antidoping@paralympic.org)  
+49 228 2097-130



## 血检

应根据以下步骤开展血样采集程序：

- 样本采集前，您需要静坐至少十分钟（或训练结束后两个小时）。
- 在出示您的身份证明后，血检官会选择您抽血的静脉。
- 血检官将抽取足够的血液，以满足所需检测，但是不会超过25毫升。
- 血检官将抽出针管，并用敷料按住抽血区域。
- 因仅抽血量少，所以您不会因此而受到任何不良影响。



## 样本采集



### 1. 通知和报到

陪护员或兴奋剂检查官将向您出示他们的身份证件，并告知您已经被挑选接受兴奋剂检查。您需要出示一个附有照片的身份证件，通常需要立即到兴奋剂检查站报到，并始终处于陪护员/检查官的监督之下。

您有权携带一名陪同。

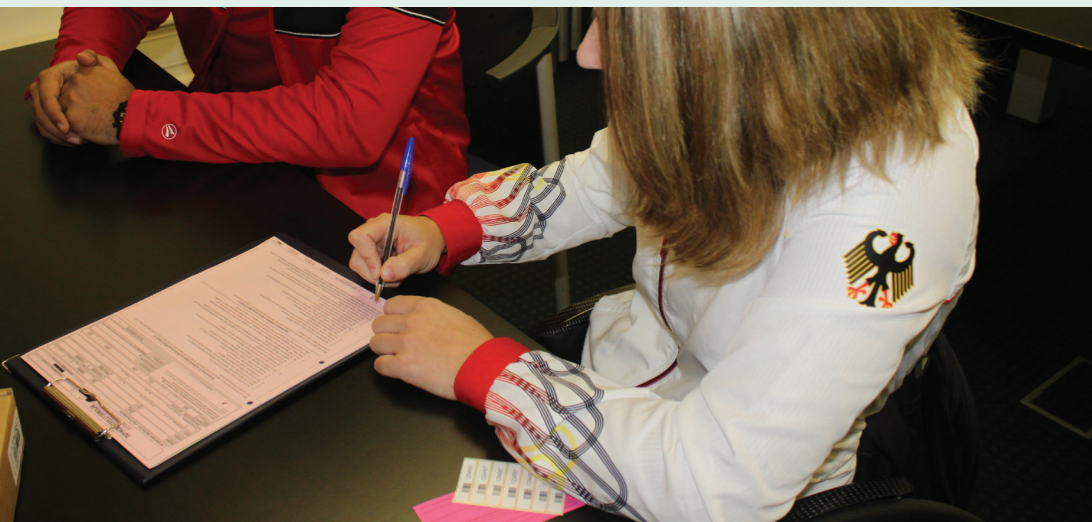
### 2. 提供样本

- 当可以提供样本时，您需要挑选一套检查器材，确保干净、密封。
- 视力障碍或智力障碍运动员，必须在样本采集程序中始终有代表陪同，包括在卫生间。但是，该代表不能见证运动员的留样过程。
- 您需要让检查官能够直接观看您的留样过程。运动员使用阴茎套引流装置或留置导管装置的话，应该更换现有的采集袋和装置，以便采集一份最新的样本。自备导尿管的运动员可以使用其导尿管提供样本。导尿管应密封包装。
- 您需要至少提供90毫升的尿量。如果尿量不足，您的部分样本将暂时被密封。再次准备好时提供的尿样将与第一次的样本混合。
- 提供样本后，密封器材，并回到操作间。您需要保管样本，除非需要帮助，其他任何人都不能触碰。
- 您可以要求运动员代表或检查官帮助您处理器材、分装样本、或完成检查文件。

- 接下来，您需要挑选一套密封的样本器材。确认A瓶和B瓶是否完好无损、干净，以及瓶号是否一致。
- 在检查官的指导下，您将把样本分别倒入B瓶（至少30毫升）和A瓶（至少60毫升），在密封两个瓶子后，需要放入塑料袋并保存至样本盒中。检查官通常会在这些步骤中给予帮助，这些都是允许的，因为样品瓶已经被密封。
- 检查官将确认样本的比重（样本浓度和参考浓度的比例）。如果样本过于稀释，将记录细节，可能要求您再提供一份样本。

### 3. 检查记录单

- 在和您核对所有的信息前，检查官需要在检查记录单上记录有关样本的所有细节。
- 还将询问您最近七天内服用药物和营养品的情况。您有机会记录任何有关兴奋剂检查程序或检查其他方面的意见。
- 最后，您需要确认检查记录单中所有的信息。一旦确认无误，则需要您在检查记录单上签字。
- 检查官也会在检查记录单上签字。您将获得一份检查记录单的复写件。



Paralympic.org

International Paralympic Committee

Adenauerallee 212-214  
53113 Bonn, Germany

Tel. +49 228 2097-200  
Fax +49 228 2097-209

info@paralympic.org  
www.paralympic.org

© 2014 International Paralympic Committee – ALL RIGHTS RESERVED  
Photo ©: IPC, Berlinger Special



International  
Paralympic  
Committee

International  
Paralympic Committee

# 反兴奋剂信息指导

2014年1月

