

# VACCINERA KLUBBEN MOT DOPING

## ANTIDOPINGFAKTA

Här följer grundläggande fakta om antidoping som såväl styrelser, ledare och aktiva inom idrotten bör känna till.

### Du omfattas av dopingreglerna

Riksidrottsförbundets (RF) stadgar och antidopingreglemente omfattar alla medlemmar i en idrottsförening som via sitt specialidrottsförbund (SF) är anslutet till RF. Du är som medlem i en idrottsförening skyldig att känna till dopingreglerna, t ex WADA:s dopinglista, dispensregler och skyldigheten att ställa upp på dopingkontroll. Även ledare och andra stödpersoner omfattas av dopingreglerna, men då handlar det om att de inte får medverka till att idrottsutövare dopas eller försvåra för dopingkontrollfunktionärer vid dopingkontroll. Oavsett om du är medlem eller inte så omfattas du ändå av dopingreglerna när du deltar i aktivitet som organiseras eller godkänns av specialidrottsförbund (SF) eller förening ansluten till RF.

### Du kan dopingtestas

Den som utövar idrott i en idrottsförening ansluten till RF kan dopingtestas. RF tar tre till fyra dopingprov per år. 85 procent av de svenska dopingkontrollerna görs på elitnivå men även idrottsutövare på lägre nivå och ibland motionärer kan tas ut till dopingkontroll. Det ska inte finnas någon frizon på lägre nivå och det har visat sig att samhällsproblemet med missbruk av anabola androgena steroider huvudsakligen finns bland styrketränande motionärer.

### Dopinglistan gäller globalt

Med doping menas bruk av de substanser eller metoder som är förbjudna enligt den lista som World Anti-Doping Agency (WADA) upprättat. WADA:s dopinglista utgör en internationell standard i "World Anti-Doping Program". I stort sett alla internationella specialidrottsförbund är anslutna till världsantidopingkoden, vilket innebär att WADA:s dopinglista också gäller i hela världen.

# VACCINERA KLUBBEN MOT DOPING

## Röd-gröna listan är ett bra hjälpmedel

Röd-gröna listan över dopingklassade läkemedel finns på [antidoping.se](http://antidoping.se). Det är en sökfunktion på hemsidan där man skriver in läkemedlets namn och får direkt svar på om läkemedlet är tillåtet eller förbjudet att användas.

## Man kan ansöka om dispens

Dispensreglerna har tillkommit för att idrottsutövare som av medicinska skäl måste använda dopingklassade läkemedel, ska kunna utöva sin idrott. Dispensreglerna är inom svensk idrott anpassade till kraven i World Anti-Doping Code. Elitidrottare måste alltid ansöka om dispens vid behandling med dopingklassade läkemedel. Övriga idrottsutövare tillåts att ansöka om dispens i efterhand (retroaktiv dispens). Det är endast när det finns dokumenterade medicinska behov att bruka läkemedel som en dispensansökan kan beviljas. Fullständiga dispensregler och ansökningshandlingar finns på [antidoping.se](http://antidoping.se).

## Risker med kosttillskott

Svensk Antidoping avråder från bruk av kosttillskott, annat än på rent medicinska grunder. Ett antal svenska idrottsutövare har de senaste tio åren lämnat positiva dopingprov som är kopplade till bruk av kosttillskott. Många kosttillskott på marknaden är otillräckligt kontrollerade och kan innehålla dopingklassade substanser.

Enligt idrottens dopingregler är idrottsutövare personligt ansvariga för allt de äter eller intar på annat sätt. Den som befinner sig dopad riskerar alltid att bestraffas, oavsett orsak. På [antidoping.se](http://antidoping.se) finns det mer att läsa om riskerna med kosttillskott.

## Information om regler och antidopingfakta

På [antidoping.se](http://antidoping.se) finns alla dopingregler och mängder med fakta, statistik och lästips. Observera att föreningen inte ska hitta på egna bestraffningar när det gäller brott mot dopingreglerna. Det som står i antidopingreglementet om påföljder är det som gäller.

På det internationella planet finns motsvarande information från World Anti-Doping Agency (WADA) på [www.wada-ama.org](http://www.wada-ama.org).