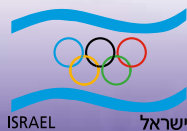




הוועדה הממלכתית
למוניעת סימום בספורט
Israel National Anti-
Doping (INADO)



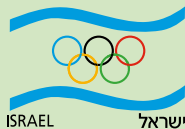
המדריך לספורטאי

הקוד העולמי נגד סימום בספורט





הוועדה הממלכתית
למניעת סימום בספורט
Israel National Anti-
Doping (INADO)



המדריך לספורטאי

הקוד העולמי נגד סימום בספורט



המדריך לספורטאי

יולי 2013

הופק ע"י חינוך והסברה
הוועדה הממלכתית למניעת סימום בספורט
הוועד האולימפי בישראל
רח' שטרית 6, תל אביב
טלפון: 03-6498385
פקס: 03-6498395
nocil@nocil.co.il

עיצוב והדפסה: סדר צלם בע"מ

החוברת כתובה בלשון זכר אולם מכוונת לגברים ונשים כאחד

תוכן

4	ברכות
7	מטרות המדריך
8	מהי WADA?
9	הקוד העולמי נגד סימום
10	רשימת החומרים והשיטות האסורים בשימוש
12	פטורים לשימוש רפואי
16	תוכניות לפיקוח על סימום ברחבי העולם
16	● בדיקות במסגרת תחרות
17	● בדיקות מחוץ למסגרת תחרות
17	● מידע אודות מקום הימצאותם של ספורטאים
18	תהליך הפיקוח על סימום
18	● בחירה / הודעה
20	● התייצבות בתחנת הפיקוח על סימום
21	● איסוף דגימת שתן
22	● חלוקת דגימה
23	● איסוף דגימת דם
24	● התאמות עבור קטינים וספורטאים בעלי מוגבלויות
28	● אחסון והעברה
28	● ניתוח
29	● ניהול תוצאות
30	● עונשים
30	● ערעורים
31	דברים שכדאי לזכור
32	משוב
33	הגדרות
37	פטורים משירות רפואי

ספורטאים, מאמנים יקרים

לבקשת משרד התרבות והספורט, אשררה ממשלת ישראל, בישיבתה ביום ה-15.12.2011, הצעת מחליטים המאמצת את אמנת אונסק"ו (UNESCO) הבין לאומית למניעת השימוש בסמים בספורט.



כדי להיות חלק ממשפחת העמים ולהשתתף במשחקים האולימפיים, נדרשים כל הגופים המעורבים בספורט: ממשלות, איגודים בינלאומיים, ארגוני ספורט, ספורטאים ואנשי המעטפת שלהם - לפעול למיגור תופעת השימוש בסמים ובחומרים אסורים. מינהל הספורט במשרד התרבות והספורט מעניק חשיבות רבה לנושא. משרדנו חבר בסוכנות העולמית למניעת השימוש בסמים בספורט (WADA), ומממן, מדי שנה, בדיקות סמים לספורטאים תחרותיים, בעלות של כ-50,000 דולר ארה"ב.

השימוש בסמים בספורט טומן בחובו סכנה לבריאות הספורטאים. לשימוש בסמים משפרי ביצוע עלולות להיות השפעות פיזיולוגיות ואחרות, המסכנות את המערכות הפנימיות של אותם ספורטאים. ספורטאי המשתמש בסמים משפרי ביצוע, פוגע בערכי טוהר המידות, שבלעדיהם אין לספורט זכות קיום. אי לכך, שימוש בסמים עלול להוביל לפסילת הספורטאי ולסיום הקריירה שלו. מקרה לאנס ארמסטרונג מלמד אותנו כי כל ניצחון, בכל תחרות, גדולה ככל שתהיה, לא מצדיקה פגיעה כה אנושה באותם ילדים ובני הנוער הנושאים עיניהם אל אותם ספורטאים ורואים בהם כדמויות לחיקוי.

לכן, אבקש מכם, ספורטאי ישראל, שימרו על ניקיון טוהר המידות בספורט למען בריאותכם, עתיד הקריירה שלכם ולמען אותם ילדים ובני נוער הנושאים עיניהם אליכם.

ברגשי כבוד,
ד"ר אורי שור
ראש מינהל הספורט

ספורטאים, מאמנים יקרים

רוח הספורט המנשבת בפעילות האולימפית מהווה חגיגה של הרוח האנושית המבצעת ספורט נקי והוגן. לעיתים, המרדף אחר ההישג, המדליה או האליפות, עלול לגרום לספורטאי לעבור



מפעילות נקיה, לשימוש בחומרים ושיטות פסולים, האסורים על פי חוקי הספורט. חוקים אלו קובעים שכל המשתמש בחומרים אסורים, איננו הוגן ויש להרחיקו מעדת הספורטאים.

כמו כן, יש להגן על הספורטאי, מפני הסכנה לבריאותו ולרווחתו. בהתאם לנאמר לעיל, נחקקו חוקים מחמירים ולמענם פועל הוועד האולימפי הבינלאומי באמצעות WADA והוועדה הלאומית למניעת שימוש בחומרים אסורים, המשמשת זרוע של WADA.

חוברת זו, המתורגמת לעברית, מעניקה לך פרוט מלא על זכויותיך וחובותיך בכל הקשור לספורט נקי והוגן. בטוחני כי הספורט הישראלי והעוסקים בו יתנהלו באופן הראוי והאתי כמתחייב בקוד. דע, אתה האחראי הבלעדי, לכל מה שנכנס לגופך.

ד"ר ז'ק אשורב – יו"ר הוועדה הממלכתית למניעת סימום בספורט

המדריך לספורטאים, תקנון WADA - הסוכנות העולמית למניעת סימום בספורט, של הוועד האולימפי הבינלאומי, תורגם לעברית, ומביא בפניך את כל הנהלים, הכללים וההנחיות בנושא הסימום הספורטיבי, כמתחייב מהקוד הרפואי של הוועד האולימפי הבינלאומי לספורט נקי והוגן.

הוועד האולימפי בישראל צריך להיות בטוח, שברגע יציאתך לתחרות זו או אחרת, כמו גם השתתפותך בתחרות בארץ, הינך כשיר בכל ההיבטים: בריאותי, פיסי, מנטלי וכמובן, נקי מחומרים אסורים.

בכל הקשור למניעת סימום בספורט, עליך לדעת שאין הקלות. עליך להיות נקי מחומרים אסורים. עליך למלא אחר כל ההוראות במלואן בהקפדה מירבית. אתה אחראי למה שנכנס לגופך. בסופו של דבר, האחריות היא אישית שלך, ורק שלך. אני סמוך ובטוח, כי כל אחד ואחת מספורטאי ישראל יפעל לאורך כל הדרך על פי הכללים, בדרך הקפדנית ביותר.



יגאל כרמי

יו"ר הוועד האולימפי בישראל



מטרות המדריך

רוח הספורט היא חגיגה של הרוח האנושית. הסימום (doping) • מנוגד לרוח זו, שוחק את אמון הציבור ומסכן את בריאותם ורווחתם של הספורטאים.

מטרת "המדריך לספורטאים" של WADA היא לספק סקירה כללית של הקוד העולמי נגד הסימום ("הקוד"), כולל זכויותיך וחובותיך בתהליך ביצוע מבדקי סימום.

מידע נוסף ניתן למצוא באתר האינטרנט של WADA ב: www.wada-ama.org
באתר הוועדה הממלכתית למניעת סימום בספורט: lnado.org.il
ועדכונים באתר הוועד האולימפי בישראל: Olympic.one.co.il

• סימום = חומרים ואמצעים האסורים בספורט

מהר יותר, גבוה יותר
חזק יותר, נקי יותר!!

מהי WADA?

WADA (הסוכנות העולמית נגד סימום) נוסדה בנובמבר 1999 כיוזמה משותפת לארגוני הספורט ולממשלות, כשהחזון הוא עולם המעריך ומעודד תרבות נטולת סימום. כיום WADA פועלת לקידום ותיאום המאבק בסימום בתחרויות לאומיות ובינלאומיות באמצעות חינוך, תמיכה, מחקר ומנהיגות.

WADA מובילה תוכנית מחקר עולמית בנושא "חומרים ושיטות אסורים לשימוש", ומקדישה למחקר זה מיליוני דולרים.

WADA מפיצה מידע נגד הסימום לספורטאים מכל המדינות והגילאים.

WADA מיישמת תוכנית בלתי-תלויה של בדיקות מחוץ למסגרת תחרות. התוכנית משלימה את הבדיקות המבוצעות על-ידי ההתאחדויות הבינלאומיות והוועדה הממלכתית למניעת סימום בספורט בישראל.

הוועדה הממלכתית למניעת סימום בספורט, משמשת הזרוע הביצועית של WADA בישראל והינה פועלת באמצעות חינוך, מניעה, הרתעה וענישה, על-מנת להבטיח מציאות ספורטיבית נטולת סימום.

הקוד העולמי נגד סימום

"הקוד" (הקוד העולמי נגד סימום) אושר פה אחד ב-2003 על-ידי ארגוני ספורט וממשלות, ונכנס לתוקף ב-1 בינואר 2004. הקוד מבטיח, לראשונה, שהחוקים והתקנות נגד סימום יהיו זהים לכל הספורטאים בכל הענפים, בכל המדינות.

כל הגופים המעורבים בספורט: ממשלות, איגודים בינלאומיים, ארגוני ספורט, ספורטאים ואנשי המעטפת שלהם - נושאים באחריות מתוקף הקוד.

תחומי האחריות מתוארים בקווים כלליים בחוברת זו.

בשנתיים האחרונות נמצא הקוד בתהליך של בחינה מחדש. תהליך בו נוטלים חלק פעיל ספורטאים, מאמנים, רופאים ועוד. בינואר 2015 יפורסם הקוד בגרסתו החדשה.



רשימת החומרים והשיטות האסורים בשימוש

”רשימת האיסורים” (רשימת החומרים והשיטות האסורים בשימוש), היא תקן בינלאומי המציין את החומרים ואת השיטות האסורים לשימוש במסגרת תחרות ו/או מחוצה לה. הרשימה מציינת אם חומרים מסויימים אסורים בענפי ספורט מסויימים.

WADA מפרסמת גירסא חדשה של הרשימה לפחות פעם בשנה. הגירסא מפורסמת לפחות שלושה חודשים לפני שתיכנס לתוקף. את ”רשימת האיסורים” העדכנית ביותר אפשר למצוא באתר האינטרנט של WADA.



מבנה רשימת האיסורים

הרשימה מורכבת מ-3 חלקים:

1

• חומרים ושיטות אסורים במסגרת תחרות

- S1. Anabolic Agents: חומרים אנאבוליים
- S2. Hormones and related substances: הורמונים וחומרים דומים אחרים
- S3. Beta-2 agonists
- S4. Agents with anti-estrogenic activity: חומרים בעלי פעילות אנטי הסטרוגנית
- S5. Diuretics and other Masking Agents: משתנים וחומרים ממסכים
- M1. Enhancement of oxygen transfer: משפרי הובלת חמצן
- M2. Chemical and physical manipulation: התערבות כימית או פיזית
- M3. Gene doping: סימום גנטי

2

* חומרים ושיטות אסורים בשימוש במסגרת תחרות ומחוץ למסגרת תחרות

- S6. Stimulants: ממריצים
- S7. Narcotics: משככי כאבים (נרקוטיקה)
- S8. Cannabinoids: קנבנואידים (חשיש, מריחואנה)
- S9. Glucocorticosteroids

3

חומרים האסורים בשימוש בענפי ספורט מסוימים

- P1. Alcohol: אלכוהול
- P2. Beta-blocker: חוסמי בתא

- חלקים 1 ו-2 הינם חובה לכל ענפי הספורט. ענפי ספורט אינדיבידואליים אינם רשאים לבקש פטורים עבור החומרים המפורטים בחלקים אלה.

עליך לבדוק תמיד עם ההתאחדות הבינלאומית שלך, אילו חומרים ושיטות אסורים בענף הספורט שלך. לחלק 3 של רשימת האיסורים עשויות להיוספ קטגוריות שרלוונטיות לך. עליך ליידע תמיד את הרופא המטפל בך שהנך ספורטאי עילית המחוייב לחוקים הספציפיים של ענף הספורט שלך. אם אינך בטוח מה מכיל מוצר, אל תשתמש בו! חוסר ידע אינו תירוץ ואינו פוטר מעונש.

פטורים לשימוש רפואי

יתכן, כי פתרון לבעיה רפואית שלך ידרוש שימוש בתרופות מסוימות המכילות חומרים שעלולים להיות ברשימת האיסורים. אם תבקש ותקבל פטור לשימוש רפואי מהאיגוד או מההתאחדות הבינלאומית שלך, ייתכן שתורשה ליטול את התרופות הדרושות. הפטור יילקח בחשבון באם בדגימה שתלקח ממך יתגלה החומר האסור. הפטור יגן עליך מפני עונשים - באם האישור הרפואי יאומת.

עליך לעקוב אחר השלבים בתהליך הגשת הבקשה לקבלת הפטור. בתחרות ארצית עליך ליצור קשר עם האיגוד שלך, ובתחרות בינלאומית עליך ליצור קשר עם ההתאחדות הבינלאומית ולבקש טופס פטור (TUE). על הרופא שלך למלא את הטופס. בשלב הבא יש לשלוח את הטופס להתאחדות הבינלאומית או לוועדה למניעת סימום בספורט שם תיבדק הבקשה על-ידי ועדת פטור. עליך להשלים תהליך זה עד 21 יום לפני ההשתתפות בתחרות.

אם אתה משתתף בתחרות בינלאומית וקיבלת פטור, אבל אינך נמצא במאגר בדיקות בינלאומי, מחובתך לוודא לפני התחרות, שהפטור שקבלת מוכר ומאושר על-ידי ההתאחדות הבינלאומית שלך.

אם וכאשר תתקבל בקשתך לפטור, יונפק לך אישור המציין את המימון ואת תקופת הזמן שבמהלכה מותר לך להשתמש בתרופה.

עליך לזכור שהפטור מונפק לתקופת זמן מוגדרת ותוקפו יפוג. עליך למלא בקפידה אחר הוראות המימון, אופן ותדירות השימוש שהורה הרופא. הפטור יינתן רק אם החומר הרפואי אינו משפר את ביצועיך, תוך התחשבות במצבך הרפואי.

אם בקשת הפטור שלך נדחת, יש לך זכות לבקש מ-WADA לבדוק על חשבונך את המקרה. על החלטת WADA ניתן לערער בפני בית הדין לבורריות ספורט (CAS).

עבור תרופות מסוימות נגד אסטמה (כמו: פורמוטרול, סלבוטמול, סלמטרול, טרבוטלין שנלקח בשאיפה) ועבור שימוש מקומי (כלומר באף, בעיניים, במפרקים...) בגלוקוקורטיקוסטרואידים, ישנו טופס פטור מקוצר. את הבקשה יש להגיש על גבי טופס ספציפי אותו ניתן לקבל באיגודים. (במידה ואין, ניתן לפנות לוועדה הממלכתית למניעת סימום בספורט), או דרך ההתאחדות הבינלאומית (עבור ספורטאים בתחרות בינלאומית).

לאחר שהרופא שלך ימלא את הטופס, יש לשלוח אותו לאיגוד או להתאחדות הבינלאומית של הענף שלך. הפטור המקוצר מאושר אוטומטית עם קבלתו ואין צורך לחכות להודעה. הפטור המקוצר ניתן לבדיקה בכל עת על-ידי הארגון נגד סימום הרלוונטי. במקרה שדרוש מידע נוסף תקבלו הודעה.

רוח

הערכים המגלמים את ה"רוח הספורטיבית"

מצויינות בביצועים • בריאות • משחק
הוגן וישר • מסירות ומחוייבות • הערכה
וכבוד • עבודת צוות • דוגמא אישית

הספורט



הערכה

"הערכה נוגעת לך, לחברי קבוצתך, אפילו ליריביך. היא מאפשרת לספורטאי אמיתי להפוך לטוב יותר, ובסופו של דבר הופכת את כולנו לאלופים."

תוכנית הפיקוח על סימום ברחבי העולם

מי עורך את הבדיקות?

הקוד מציין שעל ארגונים נגד סימום לתכנן ולבצע מספר מסויים של בדיקות במסגרת תחרות ומחוצה לה, בקרב ספורטאים הנמצאים במאגר הבדיקות הרשום שלהם. זה כולל ספורטאים בתחרות בינלאומית הנבדקים על-ידי התאחדויות בינלאומית ועל-ידי WADA, וספורטאים בתחרויות בינלאומית ולאומית הנבדקים על-ידי הוועדה הממלכתית למניעת סימום בספורט בישראל, או, במקרים מסוימים, על-ידי גופי ניהול לאומיים, של ספורט. הוועדה הממלכתית למניעת סימום בספורט בישראל מפתחת תוכנית להפצת בדיקות, ומקצה לכל ענף ספורט או שיטה, את מספר הדגימות הדרוש עבור הרתעה. התוכנית כוללת בדיקות מחוץ למסגרת תחרות, בדיקות במסגרת תחרות, ועשויה לכלול איסוף דגימות דם או שתן.

בדיקות במסגרת תחרות

הוועדה הממלכתית למניעת סימום בספורט בישראל, מתאמת את הבדיקות שבמסגרת תחרות, כך שבכל אירוע מבצע ארגון אחד בלבד את הבדיקות. בענפי ספורט אישיים הקריטריונים לבחירת הספורטאי נקבעים מראש בהתאם לתקנות של ההתאחדות הבינלאומית הרלוונטית או הגוף המפקח על האירוע בעוד בענפי הספורט הקבוצתיים מתבצעת הגרלה במחצית. בדרך כלל הוועדה הממלכתית למניעת סימום בספורט בישראל, היא האחראית על איסוף הדגימות, אלא אם להתאחדות הבינלאומית או למארגן האירוע יש תוכנית חלופית לפיקוח על סימום.

את ההודעה כי עליך לעבור את הבדיקה תקבל מיד לאחר התחרות, ואיסוף הדגימות יעשה בהתאם לסטנדרט הבינלאומי לבדיקות (ראו חלק "איסוף דגימות"). הדגימות נבדקות לצורך איתור "חומרים במסגרת תחרות", כפי שהם מופיעים ברשימת האיסורים.

בדיקות מחוץ למסגרת תחרות

בדיקות מחוץ למסגרת תחרות או בדיקות שנעשות שלא במסגרת אירוע ספורט, מקבלות עדיפות גבוהה. ניתן לבדוק כל ספורטאי בכל עת ובכל מקום. הדגימות נבדקות לאיתור "חומרים מחוץ למסגרת תחרות", כפי שהם מופיעים ברשימת האיסורים.

מידע אודות מקום הימצאותם של ספורטאים

כדי להבטיח את הגעתך לבדיקות, עליך לספק מידע מדויק ועדכני לגבי מקום הימצאותך. את המידע יש למסור על-פי רוב ארבע פעמים בשנה, אך יש לבדוק את הדרישות הספציפיות של הארגון הבינ"ל שלך. בנוסף, הנך נדרש לספק עדכונים שוטפים על כל שינוי בתוכניתך. המידע יכלול פרטים כגון: כתובת בבית, לוח זמנים בעבודה או באימונים, ולוח זמנים לתחרויות - כל דבר שסייע לנציג הפיקוח על סימום למצוא אותך בכל יום נתון. כספורטאי בתחרות בינלאומית או ארציות המזוהה במאגר בדיקות רשום, חובתך למסור מידע אודות מקום הימצאותך. הימנעות ממסירת מידע על מקום הימצאותך בהתאם לתקנות, תיחשב כהפרה של חוק נגד סימום ועשויה להוביל להטלת עונשים.



**WADA Anti-Doping Administration
and Management System**

תהליך הפיקוח על סימום

העמודים הבאים נועדו לספק לך מידע כללי על זכויותך וחובותיך בתהליך הפיקוח על סימום. סטייה מהליכים אלו לא תפסול את תוצאת הבדיקה, אלא אם ייקבע שתקינות הדגימה נפגמה.

בחירה

ניתן לבחור ברך לבדיקת סימום בכל עת ובכל מקום.

ההודעה

נציג פיקוח על סימום או מלווה מטעמך יודיע לך שנבחרת לבדיקת סימום.

זכויותיך:

- לראות תעודה מזהה של הנציג/מלווה המוכיחה את שיוכו לסוכנות המורשית לאיסוף דגימות והמאשרת את סמכותו לבצע את הבדיקות.
- לקבל מידע בדבר ההשלכות במקרה שתסרב לספק דגימה.

חובותיך:

- לאשר את זהותך.
- לחתום על טופס המבהיר שהסכמת לספק את הדגימה.
- להיות מלווה מרגע מתן ההודעה ועד השלמת התהליך של איסוף הדגימה.
- להתייצב לכדיקת סימום בהקדם האפשרי, וכמסגרת הזמן שצוינה.

בדיקות במסגרת תחרות

זכויותיך:

- להיות מלווה על-ידי נציג מטעמך.
- באישור נציג (נציג פיקוח על סימום) תוכל להשלים את הפעולות הבאות:
 - לאתר מלווה
 - לעשות תרגילי הרפיה ולאסוף חפצים אישיים
 - להשתתף בטקס חלוקת מדליות
 - למלא התחייבויות לתקשורת
 - להשתתף באירועים נוספים
 - לקבל טיפול רפואי לפי הצורך
 - כל פעילות אחרת שיאשר הבודק

בדיקות מחוץ למסגרת תחרות

זכויותיך:

- להיות מלווה על-ידי נציג מטעמך.
- באישור הנציג (נציג פיקוח על סימום), תוכל להשלים את הפעילות הבאות:
 - להשלים אימון.
 - לקבל טיפול רפואי (במידת הצורך).
 - כל פעילות אחרת שיאשר הנציג (נציג פיקוח על סימום).

התייצבות בתחנת הפיקוח על סימום

זכויותיך:

- לקבל ליווי עד התייצבותך בתחנת הפיקוח על סימום.
- להישאר בתחנה מרגע התייצבותך, אלא אם הסכים הנציג לאפשר לך לצאת לזמן מה עם מלווה.

חובותיך:

- להישאר בטווח ראייתו של המלווה בכל עת. אין להשתין, להתקלח או להתרחץ מבלי לדווח על כך.
- לספק תעודה מזהה עם תמונה עדכנית בתחנה (היעדר תעודה מזהה עם תמונה לא תמנע איסוף דגימה במקרה שזוהית בוודאות).
- להיות אחראי לכל דבר מאכל או משקה הנכנס לגופך. מומלץ לשתות אך ורק משקאות נטולי קפאין, להימנע ממשקאות אלכוהוליים, ולשתות רק מאריזות אישיות אטומות.

מסירת דגימה

זכויותיך:

- לבקש הסבר על תהליך איסוף הדגימה. יש ליידע אותך על זכויותיך וחובותיך.
- לבחור מתוך מגוון בקבוקוני איסוף אטומים.
- להיות מלווה ע"י משגיח בן מינך בעת מתן הדגימה.

חובותיך:

- לבדוק יחד עם הנציג שהציוד נקי וללא פגם.
- להיות אחראי בלעדית על הטיפול בדגימתך עד שתיאטם.
- להתפשט בין המותניים לאמצע הירך כדי לאפשר תצפית בלתי מוגבלת על מתן הדגימה.
- לספק את נפח השתן הדרוש, מה שעשוי לדרוש מתן דגימות חלקיות אחדות עד השלמת הנפח הדרוש.
- לספק דגימה נוספת אם הדגימה הראשונה אינה עומדת בדרישות עבור pH או שיעור שקיעה מסוים.

חלוקת הדגימה

זכויותי:

- לבחור מתוך מגוון בקבוקונים.
- לבדוק יחד עם הנציג שהציוד נקי וללא פגם.

חובותי:

- לחלק את הדגימה לבקבוקוני B+A
- לבדוק שהבקבוקונים אטומים בבטחה.

ניירת

זכויותי:

- לבקש מנציג לבדוק את הטופס ולהוסיף את חתימתו.
- לוודא ששמך לא מופיע בחלק הטופס שיועבר אל המעבדה.
- לקבל עותק של הטופס.

חובותי:

- להציג את תעודת הפטור שלך, במידה ויש כזו, בפני הנציג.
- לרשום את כל התרופות או תוספי המזון שלקחת בתקופת הזמן שצוינה.
- לוודא שהטופס מדויק, כולל את כל מספרי הקוד, ולהוסיף הערות כרצונך.
- לחתום על הטופס.

איסוף דגימת דם

מסירת דגימה

אותם התנאים החלים על איסוף דגימת שתן חלים גם על איסוף דגימת דם בכל הנוגע למתן הודעה, זיהוי, ליווי והסבר על התהליך.

זכויותיך:

- לקבל תעודה מזהה של נציג איסוף הדגימה, המאשרת את הסמכתו לבצע את תהליך הבדיקה (נטילת דם/שתן).
- לקבל אפשרות לשבת או לשכב כדי לספק את הדגימה.
- לבחור מתוך מגוון בקבוקונים.
- להיות בטוח - עין מבקוקון האיסוף בכל עת.
- לקבל מידע בדבר תהליך הטיפול העוקב.
- לוודא שהדגימות נאטמות בבטחה לאחר האיסוף.
- לקבל עותק של הטופס.

חובותיך:

- לספק פרטים לגבי עירויי דם או כל מידע אחר הדרוש לבדיקה.
- לבחון שהטופס מדויק וכולל את כל מספרי הקוד.
- להוסיף הערות כרצונך ולחתום על הטופס.

התאמות עבור קטינים וספורטאים בעלי נכות

אם הנך קטין או בעל סוג מסוים של נכות, עשויות להידרש עבורך התאמות קלות לתהליך איסוף הדגימה. ההתאמות המתוארות להלן בקווים כלליים, אינן משפיעות על תקינות התהליך של איסוף הדגימה.

קטינים

זכותך לקבל ליווי של נציג מטעמך למשך כל תהליך איסוף הדגימה, כולל באזור השירותים. הנציג לא יהיה נוכח בעת הטלת השתן.

ספורטאים בעלי ניידות מוגבלת/מיומנות ידיים מוגבלת

זכותך לבקש סיוע בניידות, בעת השימוש בצידוד, בחלוקת הדגימה או בהשלמת הניירת. אם הנך בעל שיתוק מוחין ו/או בעל בעיית קואורדינציה משמעותית, יש לך אפשרות להשתמש בבקבוקון איסוף גדול יותר, אם ישנו אחד זמין.

ספורטאים בעלי ליקוי ראייה

באפשרותך לצרף מלווה מטעמך לאורך כל תהליך איסוף הדגימה, כולל באזור השירותים, אולם הוא לא יהיה נוכח בעת הטלת השתן. מטרתך להבטיח כי הליך הבדיקה יתבצע כיאות.

נציגך או מנהל הבדיקה יקרא עבורך את טופס בדיקת הסימום - באפשרותך לבקש ממנו לחתום על טופס בדיקת הסימום בשמך.

ספורטאים בעלי מגבלות שכליות

באפשרותך לצרף מלווה מטעמך למשך כל תהליך איסוף הדגימה, כולל באזור השירותים, אולם הוא לא יהיה נוכח בעת הטלת השתן. מטרתך להבטיח כי הליך הבדיקה יתבצע כראוי.

ספורטאים המשתמשים בניקוז פנרוז או בנקוז קטטר פנימי

עליך להסיר את שקית האיסוף הקיימת ולרוקנה כדי שניתן יהיה לקבל דגימה טרייה. אם אתה מצנטר שתן בעצמך, ביכולתכם להשתמש בקטטר האישי כדי לספק דגימה (במקרה כזה יש להציג קטטר עטוף באופן ששולל אפשרות לשימוש זדוני), או להשתמש בקטטר אותו מספקת תחנת הפיקוח על סימון - אם ישנו אחד זמין.

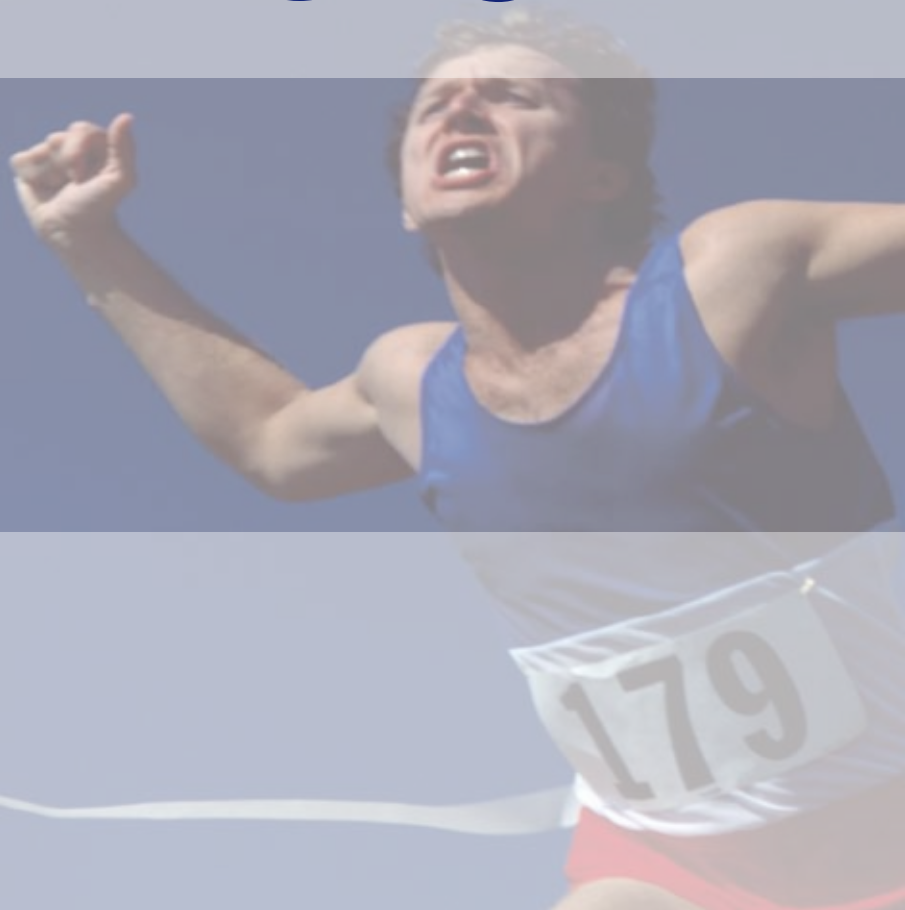
רוח

מסירות

"מסירות אמיתית היא נדירה, אך חיונית עבור ספורטאים תחרותיים. עליך להיות מסור בכל נימי נפשך לענף הספורט שלך אבל מעל לכל עליך להיות נאמן לעצמך ולהתחייבויות שיגדירו את הישגך."

בוונים הצלחה

הספורט





אחסון והעברה של דגימות

דגימות דם ושתן תאוחסנה באופן בטוח בתחנה לפני העברתן למעבדה. מסמכי הזיהוי שלך לא יצורפו לדגימות ולא יחשפו את זהותך למעבדה. שרשרת בעלי המשמורת על הדגימות תתועד לאורך התהליך כולו. המעבדה תחתום על קבלת דגימותיכם ותמשיך לתעד את שרשרת בעלי המשמורת.

ניתוח

המעבדה תפעל לאיתור החומרים המצוינים ברשימת האיסורים של WADA. המעבדה תדווח על תוצאות הבדיקה של דגימת שתן לאירגון נגד סימום האחראי לביצוע הבדיקה ו/או לאיגוד הבינ"ל והלאומי של ענף הספורט הרלוונטי לא פחות מעשרה ימי עבודה לאחר קבלת הדגימה.

ניהול תוצאות

המעבדה שניתחה את דגימתך תדווח על תוצאות הבדיקה לאירגון נגד סימום האחראי לביצוע הבדיקה, לאיגוד הבינ"ל והלאומי של ענף הספורט שלך, ול-WADA בו-זמנית. במקרה שיתגלה בבדיקה חומר אסור, יבצע הארגון האחראי על ניהול התוצאות, בדיקה ראשונית כדי לוודא שהיה לך פטור עבור החומר שנמצא בדגימה שלך, וכדי לוודא שאיטם הדגימה וניתוחה, נערכו בהתאם לנהלים.

אם הבדיקה הראשונית אינה מסבירה (או מצדיקה) את הימצאות החומר האסור, תקבל את התוצאות בכתב, ותידע בדבר זכויותיך בנוגע לניתוח דגימה ב' שלכם. בשלב זה ייתכן שתושעה זמנית בהתאם לחוקי הארגון הבינ"ל למניעת סימום בספורט. במקרה כזה תקבל הודעה מתאימה.

אם תבקש ניתוח של דגימה ב', זכותך להיות נוכח או לשלוח נציג מטעמך בעת הבדיקה.

אם שתי תוצאות הבדיקה תהינה חופפות, ימשיך הארגון הבינ"ל למניעת סימום בספורט בתהליך, כולל הזכות לשימוע הוגן. בשימוע ייקבע באם הייתה מצדך הפרה של חוק נגד סימום, ויוחלט אילו עונשים להטיל. במקרה שהתוצאה של דגימה ב' לא תחפוף לתוצאה של דגימה א', תיפסלנה תוצאות שתי הבדיקות ולא יינקטו נגדך צעדים נוספים.

עונשים

הגוף שיזם את איסוף הדגימות הוא שאחראי על קביעת העונשים שחלים לכל מקרה לגופו. כספורטאי, תינתן לך אפשרות להציג טיעונים לביטול העונש או להקלה בו. העונשים בגין הפרה של תקנות נגד סימום נעים בטווח שבין אזהרה לבין הרחקה לכל החיים. במקרה של בדיקה במסגרת תחרות, יכלול העונש פסילה מיידית של התוצאות והפקעת מדליות, הישגים ופרסים. כל הישג בתחרויות שלאחר איסוף הדגימה עלול להיפסל אף הוא. תקופת אי-הכשרות משתנה בהתאם לסוג ההפרה, לנסיבות הספציפיות של המקרה, לסוג החומר (או הכמות שנמצאה עבור חומרים מסוימים), ולסיכויי התרחשותן של הפרות נוספות.

ערעורים

זכותך לערער על כל החלטה הנוגעת לבדיקה שתוצאותיה חייבויות המיוחסת לך, או על עונשים (כולל השעיה זמנית) שהוטלו עליך לאחר הפרת חוק נגד סימום. הארגון שאליו יש להגיש ערעור הוא בית הדין לבורריות ספורט (CAS). אם הוא או בית הדין לערעורים קובע אחרת, נשארתי ההחלטה הראשונית בתוקף - כל עוד נמשך תהליך הערעור. גם אם יערער צד נוסף, כמו WADA, על החלטה הנוגעת לעניינך, יש לך הזכות להשמיע את הצד שלך בזמן ההליכים. נהלי ערעור הנובעים לפטורים נדונים תחת הכותרת פטורים לשימוש רפואי במדריך זה.

דברים שכדאי לזכור

ההתאחדות הבינלאומית והצוות המקצועי שלך, כגון המאמן או הרופא, אמורים לוודא שבידך מידע הנוגע לפיקוח על סימום, אבל, האחריות הסופית היא שלך. עליך מוטלת האחריות על מה שנכנס לגופך ועליך להכיר את התקנות התקפות נגד סימום.

כמו כן מומלץ להקדיש זמן לפעולות הבאות:

- ללמוד אודות הקוד העולמי נגד סימום וכיצד הוא משפיע עליך.
- להתעדכן ולבדוק את רשימת החומרים האסורים בענף הספורט שלך.
- לידע את הרופא או הרוקח שלך שאתה ספורטאי הנתון לפיקוח על סימום.
- להתייעץ עם WADA או עם רופאי המרפאה האולימפית במקרה שמצבך הרפואי דורש נטילת חומרים המופיעים ברשימת האיסורים. במידה והינך נוטל חומרים כאלו - עליך להגיש בקשה לפטור - מראש.
- לנקוט משנה זהירות במוצרים לא מוכרים כגון תוספי מזון או תכשירים צמחיים, שעלולים להכיל חומרים אסורים.
- ליידיע אודות מקום הימצאותך ולהיות זמין לבדיקה.

אתה, כספורטאי, ממלא תפקיד חיוני במאבק נגד סימום בספורט. שיתוף הפעולה שלך יסייע לחיזוק המערכת בכללותה. צור קשר עם WADA בכל הנוגע לשאלות במאבק בסימום. נשמח לקבל מידע על כל מי שלתחושתך משתמש בחומר אסור בענף הספורט שלך, או בנוגע להליכים המשמשים לביצוע מניפולציות במערכת.

אנא שלחו את המשוב שלכם ל:

nocil@nocil.co.il

dopingcontrol@wada-ama.org

אם ברצונך לקבל עותק של הקוד העולמי נגד סימום, של רשימת האיסורים או כל מידע אחר בנוגע למאבק בסימום, אנא עיינו באתר האינטרנט של WADA:

www.wada-ama.org

הגדרות

ארגון נגד סימום משמעו גוף חתום (על הקוד העולמי נגד סימום) האחראי על אימוץ חוקים, ייזום, יישום או על אכיפה של כל אחד משלביו של תהליך הפיקוח על סימום. בכך נכללים, לדוגמה, הוועד האולימפי הבינלאומי, הוועד הפראלימפי הבינלאומי, או מארגנים אחרים של אירועים מרכזיים העורכים בדיקות באירועים אלו, WADA, התאחדויות בינלאומיות וארגונים לאומיים נגד סימום.

במסגרת תחרות משמש להבחנה בין בדיקות שנערכות במסגרת תחרות, לבדיקות שנערכות מחוץ למסגרת תחרות. בדיקה במסגרת תחרות היא בדיקה שבה ספורטאי/ת נבחר/ת לבדיקה בהקשר לתחרות מסוימת.

מאגר בדיקות רשום משמעו מאגר ספורטאים שנקבע בנפרד על-ידי כל התאחדות בינלאומית והוועדה הישראלית למניעת סימום בספורט של הוועד האולימפי בישראל. הספורטאים כפופים הן לבדיקות במסגרת תחרות והן לבדיקות מחוץ למסגרת תחרות כחלק מתוכנית ההפצה של בדיקות של אותה התאחדות בינלאומית או אותו ארגון. הקריטריונים להכללת ספורטאים במאגר הבדיקות הרשום ייקבעו באופן ברור על-ידי כל התאחדות בינלאומית והוועדה הישראלית למניעת סימום בספורט של הוועד האולימפי בישראל.

מחוץ למסגרת תחרות משמעו כל בדיקת סימום שאינה במסגרת תחרות.

נציג וועדת סימום משמעו נציג/ה רשמי/ת שהארגון הבינ"ל נגד סימום בספורט (WADA) הכשיר והסמיך לבצע מטלות ספציפיות, הכוללות הודעה לספורטאים בדבר זימונים לאיסוף דגימה, ליווי ספורטאים והשגחה עליהם עד ההגעה לתחנת הפיקוח על סימום ו/או צפייה במתן הדגימה ואישורה.

נציג הספורטאי/ת משמעו אדם שנבחר על-ידי הספורטאי/ת לשם סיוע באישור התהליך של איסוף הדגימה. אדם זה עשוי להיות חבר בצוות התמיכה של הספורטאי/ת, כגון המאמן או רופא הקבוצה, בן משפחה או אדם אחר.

ספורטאי/ת משמעו, (למטרות פיקוח על סימום), כל אדם המשתתף בתחרות בינלאומית (לפי הגדרותיה של כל התאחדות בינלאומית), או בתחרות לאומית (לפי הגדרותיו של כל ארגון לאומי נגד סימום) וכל המשתתף בספורט בתחרות בדרגה נמוכה יותר בהתאם לקביעותיו של הארגון הלאומי נגד סימום הרלוונטי לאותו אדם. למטרות מידע וחינוך בנושא המאבק בסימום - כל אדם המשתתף בספורט תחת סמכות כל צד חתום, ממשלה או ארגון ספורט אחר המקבל את הקוד.

עד משמעו החבר בצוות איסוף הדגימות שמשגיח על מתן הדגימה מטעם הספורטאי/ת בהתאם לנוהלי ההשגחה.

פעולת איסוף דגימת שתן משמעה רצף הפעולות המערבות באופן ישיר את הספורטאי/ת מרגע מתן ההודעה ועד עזיבתו את תחנת הפיקוח על סימום לאחר מתן הדגימה/ות.

פטור משמעו פטור לשימוש רפואי (ראו "הסטנדרט הבינלאומי לפטורים לשימוש רפואי").

צוות איסוף דגימות הוא מונח כולל לנציגים רשמיים בעלי הכשרה, שהוסמכו על-ידי הארגון הבינ"ל נגד סימום בספורט לבצע מטלות או לסייע בביצוען במהלך פעולת איסוף הדגימות.

קטין/ה משמעו אדם שלא הגיע לגיל הבגרות כפי שנקבע בחוקים הרלוונטיים של מדינת מגוריו.

נציג איסוף דם משמעו אדם שיש לו הסמכה בהקזת דם המוכרת על-ידי הרשויות הציבוריות הרלוונטיות, והוא בעל ניסיון באיסוף דגימות ומוסמך לבצע את תהליך איסוף הדם על-ידי הוועדה למניעת סימום.

יו"ר צוות דגימות משמעו נציג רשמי שהארגון הבינ"ל נגד סימום בספורט הכשיר והסמיך להיות אחראי על הניהול בשטח של פעולת איסוף הדגימה.

תחנת פיקוח על סימום משמעה המקום שבו תיערך פעולת איסוף הדגימה.

פטריום לשימוש רפואי

שאלות ותשובות

שאלות ותשובות

מהו פטור לשימוש רפואי?

יתכן כי תסבול מבעיה רפואית הדורשת קבלת תרופות שחלק ממרכיביהן נמצא ברשימת החומרים האסורים. באפשרותך לקבל אישור לנטילת החומרים באמצעות פטור לשימוש רפואי.

מהם הקריטריונים להענקת פטור לשימוש רפואי?

- הימנעות משימוש בחומר האסור (או בשיטה האסורה) עלולה לגרום לך בעיות רפואיות משמעותיות.
- השימוש הרפואי בחומר לא יגרום לשיפור משמעותי בביצועים שלך.
- אין אלטרנטיבה רפואית סבירה לחומר האסור או לשיטה האסורה.

מי מעניק פטורים לשימוש רפואי?

במסגרת הקוד העולמי נגד סימום, פרסמה WADA תקן בינלאומי להענקת פטורים. התקן מציין שחייב להיות בכל ההתאחדויות הבינלאומיות והארגונים הלאומיים נגד סימום, תהליך מוסדר המאפשר לספורטאי שלו בעיה רפואית מתועדת, לבקש פטור. על הבקשה להיות מטופלת כיאות על-ידי הרכב של רופאים בלתי-תלויים המכונה "ועדת פטורים לשימוש רפואי". האחריות על אישור בקשות או דחייתן באמצעות ועדות אלה, מוטלת על ההתאחדויות בינלאומיות ועל ארגונים לאומיים נגד סימום.

היכן יש להגיש את הבקשה לפטור לשימוש רפואי?

ספורטאי בתחרות ארצית או ספורטאי שרשום לתחרות בינלאומית, צריך להגיש את הבקשה לפטור אל ההתאחדות הבינלאומית שלך האחראית על קבלת בקשות והענקת פטורים. ספורטאים אחרים, החברים במאגר הבדיקות הלאומי הרשום של מדינה, צריכים להגיש את הבקשה לארגון הלאומי נגד סימום במדינתם. אין להגיש בקשות פטור ליותר מארגון אחד. עליך לשלוח את בקשתך לרשות המתאימה לסטטוס שלך כספורטאי, בהתאם לקריטריונים שצוינו לעיל.

אין לשלוח את הבקשות ל-WADA.

נהלים מיוחדים להגשת בקשות פטור עשויים להיות בתוקף במהלך אירועים גדולים.

אם נרשמת לאירוע גדול, מומלץ שתבדוק עם הארגון הלאומי נגד סימום או ההתאחדות הבינלאומית שלך אם יש שינוי בנהלי ההגשה של פטור עבור האירוע. אירועים גדולים כוללים את אלו המאורגנים על-ידי ארגונים לענפי ספורט מרובים המתפקדים כגוף האחראי עבור אירועים יבשתיים, אזוריים או כל אירוע בינלאומי אחר (לדוגמה IOC, IPC, FISU, וכו').

מה ההבדל בין פטור מקוצר לפטור רגיל?

פטור מקוצר	פטור רגיל
אך ורק עבור גלוקוקורטיקוסטרואידים הנלקחים שלא דרך המערכות הפנימיות (לשימוש חיצוני) ועבור ביטא2 אגוניסטים (פורמוטרול, סלבוטרול, סלמטרול וטרבוטלין) הנלקחים בשאיפה.	עבור כל טיפול הכולל חומר או שיטה הנמצאים ברשימת החומרים האסורים והשיטות האסורות ושלא ניתן להגיש בגינם פטור מקוצר.
יש להשתמש בטופס פטור מקוצר.	יש להשתמש בטופס פטור רגיל.
מאושר אוטומטית עם קבלת טופס הבקשה המלא בכתב בארגון הרלוונטי. הערה: באפשרות ועדת הפטור לערוך בדיקה בכל עת במהלך תקופת הפטור.	הבקשה תישקל על-ידי ועדת פטור.
ניתן להתחיל בטיפול מיד עם קבלת הטופס בארגון הרלוונטי.	ניתן להתחיל בטיפול רק לאחר קבלה של הודעת האישור מהארגון הרלוונטי (למעט במקרים נדירים של סכנת חיים ממשית שעבורם עשוי להישקל אישור רטרואקטיבי).

מה תפקידה של WADA בנוגע לפטורים לשימוש רפואי?

תפקידה של WADA בתהליך הפטור הוא כפול: לסוכנות יש את הזכות לפקח, באמצעות ועדת הפטור שלה, על כל פטור שניתן על-ידי התאחדות או ארגון נגד סימום ולבדוק אותו. לאחר בדיקה כזו יש לה את הזכות להפוך כל החלטה. בנוסף, ספורטאים שהגישו בקשה לפטור ונדחו, יכולים לערער בפני ועדת הפטור של WADA. אם קובעת WADA שהדחייה של בקשת הפטור אינה תואמת את הסטנדרט הבינלאומי, באפשרותה להפוך את ההחלטה.

כיצד ניתן להגיש בקשה לפטור לשימוש רפואי?

תהליך ההגשה של בקשה לפטור הוא פשוט מאוד.

עליך:

- ליצור קשר עם ההתאחדות הבינלאומית שלך או עם הארגון הלאומי נגד סימום המתאים (הרלוונטי מבין השניים) ולבקש טופס בקשת פטור.
- לבקש מרופאך למלא את הטופס, להמציא את המסמכים הדרושים, ולהעביר את הטופס להתאחדות הבינלאומית או לארגון הלאומי נגד סימום (הרלוונטי מבין השניים). עליך לזכור שעל-פי הסטנדרטים, עליך להגיש את בקשת הפטור לפחות 21 יום לפני ההשתתפות באירוע.

טיפים לגבי תהליך הגשת הבקשה לפטור

- ודא שבחרת בטופס הנכון (רגיל או מקוצר - הרלוונטי מבין השניים).
- מלא את הטופס בכתב ברור ובאותיות דפוס. אם הטופס אינו קריא, הוא יוגדר כטופס שלא הושלם ויוחזר אליך.
- בעת העברת הטופס בפקס יש לצרף את כל המסמכים הדרושים ולשמור עותק של הבקשה, ואישור שליחה או אישור קבלה.

מה קורה אם בקשת הפטור לשימוש רפואי שלי מאושרת?

פטורים מוענקים עבור תרופות ספציפיות במינון מוגדר. כמו כן הם ניתנים לתקופת זמן מוגדרת. עליך **לציית לכל תנאי הטיפול המפורטים בטופס בקשת הפטור**. לאחר שניתן פטור על-ידי התאחדות בינלאומית או ארגון לאומי נגד סימום, תידוע על כך WADA, שבאפשרותה לבחון את ההחלטה. אם ההחלטה אינה עומדת בסטנדרטים הבינלאומיים עבור פטורים, תוכל WADA לשלול את הפטור.

מה עלי לעשות במקרה שמודיעים לי להתייצב לבדיקת סימום בזמן השימוש בחומר אסור במסגרת פטור לשימוש רפואי שניתן לי?

בעת מילוי טופס הפיקוח על סימום, ודאו שהצהרתם על החומר או התרופה שבשימוש, ושציינתם שניתן לכם פטור. מומלץ להציג בפני נציג הפיקוח על סימום.

מה יקרה אם יתגלה החומר האסור במהלך בדיקת המעבדה?

כאשר הרשות לפיקוח על סימום תקבל את הטופס מהמעבדה, תיערך בדיקה ראשונית כדי לוודא שהפטור עדיין בתוקף ושתוצאות הניתוח תואמות את הפטור שהוענק (טיבו של החומר, אופן השימוש בו, המינון, מסגרת הזמן לשימוש בו, וכו'). אם הבדיקה תניח את הדעת, תוצאות הבדיקה יירשמו כשליליות.

האם המידע בטופס בקשת הפטור נשאר חסוי?

כל המידע הכלול בטופס הבקשה לפטור יישמר חסוי לחלוטין. כל החברים בוועדות פטור נדרשים לחתום על הסכמי סודיות ואם דרושה להם חוות דעת של מומחים מדעיים במקרה מסוים, שמך לא יופיע על טופס הבקשה מחוץ לוועדת הפטור.

עבור ספורטאים המגישים בקשה להתאחדות בינלאומית

מה באפשרותי לעשות אם WADA מבטלת את ההחלטה המקורית להעניק לי פטור?

באפשרותך או באפשרות הרשות המעניקה את הפטור לערער בפני בית הדין לבורריות ספורט (CAS) לקבלת החלטה סופית.

מה באפשרותי לעשות במקרה שבקשתי לפטור נדחתה על-ידי ההתאחדות הבינלאומית שלי?

אם ההתאחדות הבינלאומית שלך דוחה את בקשת הפטור, באפשרותך להגיש ערעור על חשבונך ל-WADA כדי לבדוק את ההחלטה. עליך לספק את כל המידע שהגשת במהלך הבקשה הראשונה (התיק בשלמותו) בנוסף להחלטה הראשונית שהתקבלה. יש לשלוח למספרי הפקס הבאים: **משרד ראשי מונטריאול 1 514 904 8650, שווייץ - לוחן 41 21 343 4341**. ייתכן שתבקש להגיש מידע רפואי נוסף. תהליך הערעור אינו מבטל את ההחלטה הראשונה, כך שאינך רשאי להשתמש בחומר בעת הערעור. אם WADA מאשרת את החלטת ההתאחדות הבינלאומית שלא להעניק פטור, תוכל לפנות ל-CAS לקבלת החלטה סופית. אם WADA מבטלת את ההחלטה המקורית של ההתאחדות הבינלאומית ומעניקה לך את הפטור, יש להתאחדות הבינלאומית זכות לערער ל-CAS לקבלת החלטה סופית.

עבור ספורטאים המגישים בקשה לארגון לאומי נגד סימום

מה באפשרותי לעשות אם בקשת הפטור שלי נדחתה על-ידי הארגון הלאומי נגד סימום?

אם דחה הארגון הלאומי נגד סימום את בקשת הפטור שהגשתם לו, באפשרותך להגיש ערעור לגוף בדיקות בלתי-תלוי.
אם גוף זה מעניק לכם את הפטור, תוכל WADA לערער על החלטה זו בפני בית הדין לבורריות ספורט לקבלת החלטה סופית.

היכן ניתן למצוא מידע נוסף בדבר פטורים לשימוש רפואי?

ההליכים לבקשה והענקה של פטור מפורטים ב"סטנדרט הבינלאומי עבור פטורים לשימוש רפואי", המפורסם על-ידי WADA.
ניתן לבדוק גם באתר האינטרנט של WADA, ב: www.mada-ama.org. כמו כן באפשרותכם ליצור קשר עם הארגון הלאומי נגד סימום או ההתאחדות הבינלאומית שלכם.



אנחנו אומרים
לא לסימון !



WADA אֵנְחָנוּ נֶאֱמַר



WORLD
ANTI-DOPING
AGENCY

play true

www.wada-ama.org