

## Новое в запрещенном списке 2012

- Формотерол был удален из класса S3 запрещенного списка и отныне разрешен к применению в дозировке до 36 мг в сутки
- Никотин вошел в группу мониторинга
- По запросу Международной федерации боксинга, алкоголь больше не запрещен в соревновательный период в этом виде спорта
- Бета-блокаторы больше не запрещены в бобслее, скелетоне, кёрлинге, современном пятиборье, мотоспорте, рыбальке и борьбе
- Самая актуальная версия Запрещенного списка 2012 всегда доступна на сайтах РУСАДА, ВАДА, а также в приложении для iPhone.

## Разрешенные препараты

В списке представлены препараты, которые разрешены к применению в 2012 году. Приведены международные и патентованые названия.

- Средства для лечения алергии: акринастин, цетиризин, хлорфенирамин, дезлоратадин, фексофенадин, глюкокортикоиды в виде глазных капель и назального спрея, левоцетиризин, лоратадин, мизоластин, оксиметазолин, прометазин, комологликат натрия, трамазолин, ксилометазолин
- Антибиотики: разрешены все известные антибиотики
- Средства для лечения астмы: сальбутамол (до 1600 мг в сутки), сальметерол (ингализировано согласно инструкции), формотерол (до 36 мг в сутки), интратронум, монтельукаст, хромогликат натрия, все глюкокортикоиды в виде ингаляций

- Слабительные средства: бисакодил, метилцеллюлоза, сenna
- Средства для лечения простуды и кашля: кодеин, гвайфенезин, оксиметазолин, парацидемол, фенилэфрин, фенилпропаноламин, фолидин, паровы и ментоловые ингаляции, ксилометазолин
- Антидиарейные препараты: атропин, дифеноксилат, лoperамид
- Средства для лечения заболевания ушей: хлорамфеникол, клиохинол, клотримазол, докузат натрия, гентамицин, глюкокортикоиды в форме ушных капель, неомицин
- Средства для лечения заболеваний глаз: антазолин, азеластин, глюкокортикоиды в виде глазных капель, левокабастин, недокромил натрия, комологликат натрия, дозоламид (наружно), бринзоламид (наружно)

- Средства против расстройства желудка и кишечника: атропин, кальция карбонат, активированный уголь, симетидин, фамотидин, лансопразол, месалазин, омепразол, парацидемол, рантидин, сульфасалазин
- Местные анестетики: местные анестетики разрешены (кроме коксанносодержащих)
- Средства для лечения заболеваний носоглотки: акринастин, глюкокортикоиды в виде каплей в нос и спрея, левокабастин, оксиметазолин, фенилэфрин, кромогликат натрия, ксилометазолин
- Оральные контрацептивы: дезогестрел, дипроспирон, этинилэстрадиол, этинодол, гестоден, левоногестрел, местранол, норэтиндерон, ногестистмат

- Аналгетики и противоспазмические средства: аспирин, кодеин, диклофенак, дигидрооксиде, ибупрофен, нестероидные противоспазмические средства, парацидемол, трамадол
- Местные анестетики: местные анестетики разрешены (кроме коксанносодержащих)
- Средства для наружного применения: глюкокортикоиды в кремах и мазях для наружного применения
- Средства от бессонницы: алпразолам, диазепам, дифенгидрамин, интрамакс, темазепам, золиплон, золидем
- Вакцины: вакцины разрешены
- Противовирусные препараты: ацикловир, фамцикловир, идоксцикловир
- Средства от тошноты и рвоты: циннатазин, циклизин, домперидон, хиосцин, меклондин, метоклопрамид, прохлорперазин, прометазин

## Направление запросов и получение разрешений на терапевтическое использование (ТИ)

- Для использования запрещенных субстанций или методов по медицинским показаниям спортсмены, участвующие в международных и общероссийских соревнованиях, должны подать запрос на получение разрешения на ТИ. Как правило, за 30 дней до начала мероприятия.
- В зависимости от уровня соревнований запрос подается в РУСАДА или в международную спортивную федерацию.
- ВАЖНО!**
- Для некоторых соревнований возможны особые требования к запросу на ТИ

- Ошибочный или неполный запрос повлечет за собой отказ в выдаче разрешения на ТИ
  - Разрешение на ТИ действительно только в течение указанного срока и только на указанные препараты и строго определенной дозировке
  - При использовании любого количества субстанций, разрешенных к применению при соблюдении порогового уровня концентрации, например, формотерола - в сочетании с дигидроэтом или другим маскирующим агентом требуется разрешение на ТИ этой субстанции в дополнение к разрешению на ТИ дигидроэта или другого маскирующего агента.
- Подробную информацию Вы можете найти по адресу [www.rusada.ru/sportsman/therapy](http://www.rusada.ru/sportsman/therapy)

## Контактная информация

### НП «РУСАДА»

[www.rusada.ru](http://www.rusada.ru)  
[rusada@rusada.ru](mailto:rusada@rusada.ru)  
 Фактический адрес:  
 125284, г. Москва,  
 ул. Беговая, д. 6А  
 тел./факс: 8(495)788-40-60



## Нарушения антидопинговых правил

К нарушениям антидопинговых правил относятся:

- Наличие запрещенной субстанции или ее метаболита, или маркеров в пробе, взятой у спортсмена
- Использование или попытка использования спортсменом запрещенной субстанции или запрещенного метода
- Отказ или непредоставление пробы без уважительной причины после получения официального уведомления в соответствии с действующими антидопинговыми правилами или любое иное уклонение от сдачи проб

- Любое сочетание трех пропущенных тестов и/или зарегистрированное непредоставление информации о местопребывании спортсмена в течение 18 месяцев
- Фальсификация или попытка фальсификации в любой составляющей допинг-контроля
- Хранение запрещенных субстанций и запрещенных методов
- Распространение или попытка распространения запрещенной субстанции или запрещенного метода
- Назначение или попытка назначения спортсмену запрещенного метода или запрещенной субстанции или помощь, пособничество, сокрытие, или любой другой вид соучастия, включая нарушение или попытку нарушения антидопинговых правил

## Биологически активные добавки

- Не рекомендуется прием биологически активных добавок, так как среди них высок процент подделок, а также загрязненных прогормонами препаратов.
- РУСАДА не дает консультаций по приему БАД!
  - Проконсультируйтесь с врачом
  - Оцените необходимость приема препарата

## Запрещенные препараты

- Данный список содержит распространенные запрещенные субстанции и препараты на их основе, которые нельзя использовать для лечения без разрешения на ТИ
- Астма: преднизолон и тербуталин
  - Кашель и простуда: эфедрин, псевдоэфедрин
  - Диабет: все формы инсулина
  - Боль и воспаления: фентанил, морфин
  - Другое: метилфенидат для лечения синдрома дефицита внимания



## ПРЕДОСТАВЛЕНИЕ ИНФОРМАЦИИ О МЕСТОНАХОДЖЕНИИ. СИСТЕМА АДАМС

Кто должен предоставлять сведения о своем местонахождении в АДАМС?

Спортсмены, включенные в национальный регистрируемый пул тестирования и/или пул тестирования международной федерации.

Если Вы не знаете, должны ли Вы предоставлять сведения в систему, у Вас нет логина и пароля для входа в систему АДАМС, а также для обучения работе в системе АДАМС Вам необходимо обратиться за помощью в НП «РУСАДА» по телефону: 8 (495) 788-40-60 или [pool@rusada.ru](mailto:pool@rusada.ru)

Для входа в систему АДАМС <https://adams.wada-ama.org/adams/>

## Общие принципы предоставления информации:

- информация должна быть представлена до начала каждого квартала

Но! Конкретные сроки устанавливаются международными Федерациями.

- предоставляемые данные должны содержать сведения о Вашем месте проживания, графике тренировок,
- о запланированных соревнованиях
- информация должна быть подробной (в случае необходимости указывается номер домофона и пр.)
- обязательное указание 60-ти минутного интервала абсолютной доступности для тестирования
- (между 6.00 утра и 23.00 вечера)

**ВНИМАНИЕ:** Информация о местонахождении всегда должна быть актуальной. Если Вам необходимо поменять информацию, внесенную ранее, но у Вас нет доступа к системе:

- срочные изменения могут быть направлены на эл. адрес [pool@rusada.ru](mailto:pool@rusada.ru), а также посредством SMS на номер куратора вашего вида спорта от РУСАДА (при отсутствии интернета).

**Подробная информация**

<http://www.rusada.ru/sportsman/location>

**Карманный  
спортсмена  
2012**

**RUSADA**



**ВНИМАНИЕ!**  
**ОТКАЗ ОТ  
ПРОХОЖДЕНИЯ  
ПРОЦЕДУРЫ  
ТЕСТИРОВАНИЯ  
ЯВЛЯЕТСЯ  
НАРУШЕНИЕМ  
АНТИДОПИНГОВЫХ  
ПРАВИЛ!**

ООО "Декарт" www.dekartprint.ru e-mail: info@dekartprint.ru 8-495-556-81-11 8-495-556-10-94 тираж 2500 штук Москва, 2012 год

**Права спортсмена во время процедуры допинг-контроля**

- Во время процедуры допинг-контроля спортсмен имеет следующие права:
- право ознакомиться с удостоверением ИДК или шаперона
- право выбрать своего сопровождающего
- право сдавать пробу в присутствии ИДК одного пола со спортсменом
- право фиксировать замечания в протоколе допинг-контроля
- право на получение дополнительных разъяснений в процедуре допинг-контроля
- право получить копию протокола по окончанию процедуры

**Обязанности спортсмена**

- право на сохранение конфиденциальности: специалист в лаборатории не знает, что пробу он исследует в тот или иной момент
- право на модификацию процедуры допинг-контроля, предусмотренные для несовершеннолетних спортсменов и спортсменов с ограниченными физическими возможностями
- Информировать медицинский персонал о том, что для использования запрещенных субстанций и методов спортсмену необходимо разрешение на ТИ
- Если спортсмен несет персональную ответственность за все, что попадает в его организм с едой, с питьем, с медицинскими препаратами и т.д. Спортсмен обязан:
- Следить за обновлениями Запрещенного списка
- Проверять, являются ли субстанции или метод, которые он использует или собирается использовать, запрещенными

**Сдача пробы крови**

- Процедура сдачи пробы крови повторяет процедуру сдачи пробы мочи с некоторыми изменениями:
- перед сдачей пробы крови Вам следует спокойно посидеть минимум 10 (десять) минут. Если Вы сделаете пробу крови сразу после интенсивной физической нагрузки, то время ожидания перед процедурой забора может составить до 2 (двух) часов.
- Инспектор по сбору крови выбирает вену и осуществляет забор крови.
- После удаления иглы из вены инспектор по сбору крови дезинфицирует место укола и накладывает на ранку пластырь.
- Все пробы хранятся и транспортируются при постоянной поддерживаемой температуре 2-8 °С.

**Отсрочка от сдачи пробы**

- На усмотрение ИДК спортсмен может получить отсрочку от сдачи пробы:
- чтобы взять удостоверяющий личность документ
- чтобы посетить церемонию награждения
- чтобы принять участие в пресс-конференции
- чтобы получить медицинскую помощь
- чтобы принять участие в соревнованиях
- чтобы сделать заминку
- чтобы найти сопровождающего/переводчика

**RUSADA**

январь	февраль	март
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
23 24 25 26 27 28 29 30 31	23 24 25 26 27 28 29 30 31	23 24 25 26 27 28 29 30 31
30 31	30 31	30 31
апрель	май	июнь
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
23 24 25 26 27 28 29 30 31	23 24 25 26 27 28 29 30 31	23 24 25 26 27 28 29 30 31
30 31	30 31	30 31
июль	август	сентябрь
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
23 24 25 26 27 28 29 30 31	23 24 25 26 27 28 29 30 31	23 24 25 26 27 28 29 30 31
30 31	30 31	30 31
октябрь	ноябрь	декабрь
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
23 24 25 26 27 28 29 30 31	23 24 25 26 27 28 29 30 31	23 24 25 26 27 28 29 30 31
30 31	30 31	30 31