

# Gemeinsam gegen Doping

Zielgruppe: Trainer

Betzdorf

01.12.2012

Michael Lang (Fachwart Schwimmen)

# Der Dopingbegriff



Organisierter Sport



Doping



Freizeitsport



Medikamentenmissbrauch



Lifestyle



Medikamentenmissbrauch



Arbeitswelt



Medikamentenmissbrauch

Quelle: TU-München - <http://www.doping-prevention.de>

# Es beginnt früh und zieht sich durch alle Lebensbereiche



Quelle: <http://www.amazon.de/>

## Medikamentenmissbrauch in

- Schule
- Beruf
- Alltag
- Breitensport

# Die Pille als Wundermittel

- Jugendliche Athleten, die vor jedem Training 3-4 Aspirin schlucken und ein RedBull trinken
- Junge Athleten, die vor jedem Training und Wettkampf Voltaren einnehmen.
- Die Einnahme zahlreicher Nahrungsergänzungsmittel als Präventivmaßnahme (Nach dem Motto: „Viel hilft viel!“)

Der Griff zur Pille ist zum gesellschaftlichen und oft auch sportlichen Alltag geworden

# Entwicklung einer „Dopingmentalität“

- drei von fünf Eltern verabreichen ihrem Kind pro Monat  
Mindestens ein Medikament
  - 19 % der Kinder erhalten vorbeugende Präparate (Vitamine,  
Nahrungsergänzungsmittel, etc.)
  - 43 % der Eltern verabreichen Arzneimittel an ihre Kinder, ohne  
vorher einen Arzt konsultiert zu haben.
- Pille = Wundermittel ? Im Sport und im Alltag?

Ergebnisse einer Studie von BRAND & FOLLMER, 2009  
im Auftrag des deutschen Apothekerverbandes

# Welche Gefahren bestehen im Spitzensport?

- 634 Nahrungsergänzungsmittel (NEM ) aus 13 Ländern
- 14,8% (94 Produkte) waren verunreinigt mit Prohormonen

(Geyer, H. et al.: Analysis of Non-Hormonal Nutritional Supplements for Anabolic-Androgenic Steroids – Results of an International Study. In: Int. J. Sports Med. 2004)

# Doping im Spitzensport

## **Frage1:**

Würden Sie unerlaubte Mittel nehmen, mit der Folge, durch diese garantiert zu gewinnen und nicht erwischt zu werden?

## **Frage2 :**

Würden Sie unerlaubte Mittel nehmen, wenn sie sicher sein könnten, dass sie damit die nächsten fünf Jahre alle Wettkämpfe gewinnen, dann aber aufgrund des Dopings sterben müssten?

Befragung (1997) an 200 amerikanischen Olympia-Teilnehmern

## **Frage3:**

Haben Sie jemals Dopingmittel zu sich genommen?

Studie: Uni – Tübingen: anonym 480 Leistungssportler (2008)

# Der Dopingbegriff



Freizeitsport



Medikamentenmissbrauch



Lifestyle



Medikamentenmissbrauch



Arbeitswelt



Medikamentenmissbrauch

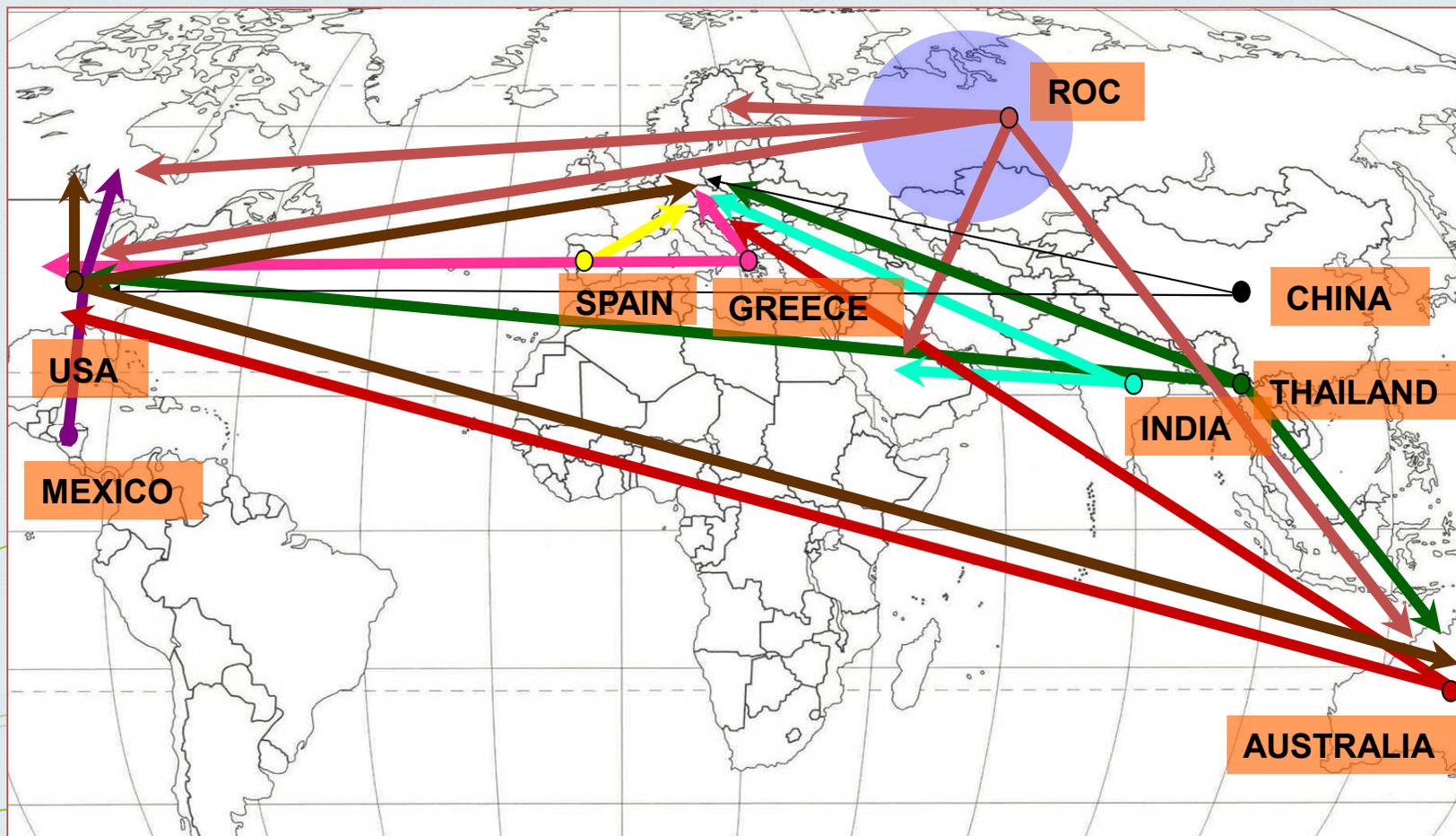
Quelle: TU-München - <http://www.doping-prevention.de>

# Dopinghandel profitabler als Drogenhandel - Schwarzmarktwege



Alessandro Donati, 2004

# Dopinghandel profitabler als Drogenhandel - Schwarzmarktwege



Alessandro Donati, 2004

# NADA-Code Artikel 2

**Vorhandensein einer verbotenen Substanz, seiner Metaboliten oder Marker (2.1)**

**Gebrauch oder versuchter Gebrauch verbotener Substanzen oder Methoden (2.2)**

**Grundlose Verweigerung der Probenahme (2.3)**

**Verletzung der Informationspflichten im Zusammenhang mit „Trainingskontrollen“ (2.4)**

**Beeinträchtigungen oder Manipulation der Probenahme (2.5)**

**Besitz verbotener Substanzen oder Methoden (2.6)**

**Inverkehrbringen verbotener Substanzen oder Methoden (2.7)**

**Die Verabreichung von verbotenen Substanzen oder Methoden an Athleten in und außerhalb von Wettkämpfen sowie jegliche Beteiligung bei einem Verstoß gegen Anti-Doping-Bestimmungen (2.8)**

© NADA

International

WADA  
Welt Anti-Doping Agentur

- gibt weltweites Regelwerk vor
- kontrolliert

Internationale Fachverbände (IFs)

- sind Unterzeichner des WADA-Codes
- haben eine Umsetzungspflicht (Kontrollen, Sanktionen, Prävention)

National

NADA  
Nationale Anti Doping Agentur

DOSB  
Deutscher Olympischer Sportbund

Anti Doping Regeln  
gelten für alle Sportler

Nationale Fachverbände

- sind Unterzeichner des NADA-Codes
- haben eine Umsetzungspflicht (Kontrollen, Sanktionen, Prävention)

Olympia Stützpunkte  
Landessport-bünde

Landesfachverbände

Athleten und Trainer

- unterzeichnen eine Athletenvereinbarung
- werden kontrolliert
- müssen Meldepflichten nachkommen

© NADA

# Institutionen im Kampf gegen Doping

## *Welt Anti-Doping Agentur (WADA): Steckbrief*

- gegründet 1999,
- Sitz in Montreal
- Mitglieder: Nationen mit eigenen Anti-Doping-Institutionen, NOKs usw.

## Aufgaben

- Welt-Anti-Doping-Code
- Vorgabe verbindlicher Regeln u.a. für das Doping-Kontroll-System
- Koordination Anti Doping Organisationen

# Institutionen im Kampf gegen Doping

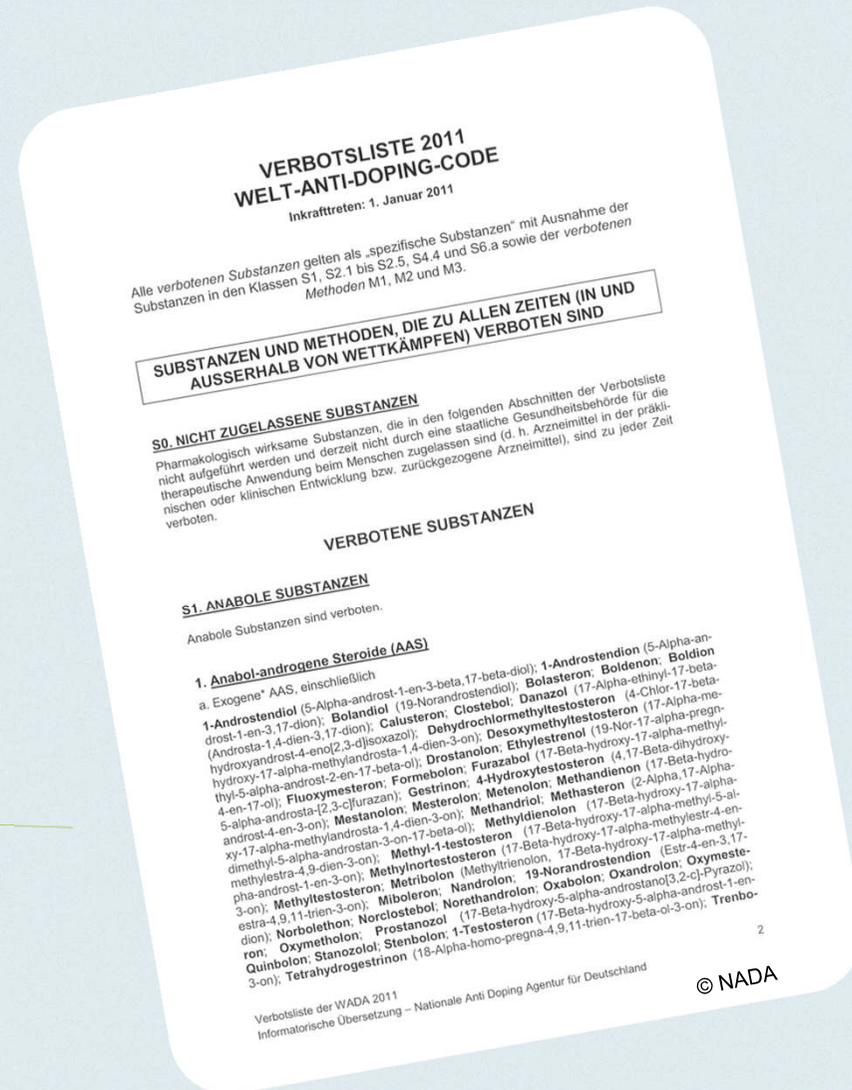
## *Nationale Anti Doping Agentur (NADA): Steckbrief*

- gegründet 2002,
- Sitz in Bonn

### Aufgaben

- einheitliches Doping-Kontroll-System
- Umsetzung von Dopingpräventionsmaßnahmen
- Medizinische Beratung
- Umsetzung des WADA-Codes in einen NADA-Code
- Rechts-Beratung für Verbände und Vereine
- internationale Zusammenarbeit

# Die Verbotliste der WADA



# WADA Code / Verbotliste

## Aufnahmekriterien:

1. Die sportliche Leistung kann gesteigert werden
2. Es besteht ein gesundheitliches Risiko für den Sportler
3. Es liegt ein Verstoß gegen den Geist des Sports vor

## Verbotliste Gliederung

- Verbotene Substanzen
- Verbotene Methoden
- Im Wettkampf verbotene Substanzen
- Für einige Sportarten verbotene Substanzen

# Zu allen Zeiten verboten

## Verbotene Substanzen 2012

- S 0 : Nicht zugelassene Substanzen
- S 1: Anabole Substanzen:
  - Anabol-androgene Steroide z.B. Testosteron und Clenbuterol
- S 2: Peptidhormone, Wachstumsfaktoren und verwandte Substanzen:
  - EPO, CERA u.a., Insulin
  - Wachstumshormon (hGH)
- S 3: Beta-2-Agonisten (Asthmamittel)
- S 4: Hormone und Stoffwechsel-Modulatoren (Antiöstrogene)
- S 5: Diuretika und andere Maskierungsmittel

# Zu allen Zeiten verboten

## Verbotene Methoden:

- M 1: Erhöhung des Sauerstofftransfers
  - Blutdoping
  - Künstliche Erhöhung der Aufnahme des Transports oder der Abgabe von Sauerstoff (z.B. Blutersatzstoffe)
- M 2: Chemische und physikalische Manipulation
  - z. B. Katheterisierung / Austausch und/oder Veränderung von Urin
  - Infusionen (intravenös)
- M 3: Gendoping

# Im Wettkampf verboten

## Verbotene Substanzen

- S 6: Stimulanzien z. B. Amphetamin, Methylphenidat
- S 7: Narkotika z. B. Heroin, Morphin, Methadon
- S 8: Cannabinoide z. B. Haschisch, Marihuana
- S 9: Glukokortikoide Kortison (je nach Anwendung)

## Bei bestimmten Sportarten verbotene Substanzen

- Alkohol: z. B. Bogenschießen, Motorsport, Luftsport (FAI)
- Betablocker: z. B. Bogenschießen, Motorsport, Bob, Segeln,  
Luftsport

# Verbotene Substanzen

## Cannabinoide

- Cannabinoide sind **im Wettkampf** verboten
- Nachweisbarkeit im Urin: **mehrere** Wochen
- **Fernhalten von Cannabis**
- **Beispiel:**
- 2 Jahre Sperre (2009) für Beachvolleyballer Stefan Uhmann

# Können auch „normale“ Ernährungsbestandteile zu einem positiven Dopingbefund führen? JA!

- Asiatischer **Tee** → **Ephedrin**  
(Ma Huang Pflanze – chin. Ephedrapflanze)
- **Mohnkuchen** → **Morphingehalt**
- Das sind allerdings bislang die einzigen Lebensmittel, in denen Dopingsubstanzen gefunden wurden.

# Was tun bei Krankheit?



# Verhalten im Krankheitsfall

- Den Arzt und Apotheker informieren: „Ich bin ein Athlet“
- Medikamente vor der Einnahme überprüfen: nur Medikamente mit erlaubten Substanzen nehmen
- Gesundheitsmappe anlegen und Atteste aufbewahren
- Informationsmaterialien mit sich führen (MediCard, [www.nadamed.de](http://www.nadamed.de), Beispielliste der erlaubten Medikamente)



# NADAmед

Hier erhalten Sie Informationen  
zum Medikament!

## MEDIKAMENTEN DATENBANK

### Bedienungsanleitung

1. Geben Sie in der Suchmaske ein Medikament oder einen Wirkstoff ein und klicken Sie auf "finden!".
2. Nun bekommen Sie eine Liste der gefundenen Suchergebnisse aufgelistet. Durch Anklicken des gewünschten Ergebnisses bekommen Sie die entsprechenden Informationen angezeigt.

### Suche

ass

finden!

### Liste der gesuchten Medikamente und Wirkstoffe

ASS  
**ASS + C ratiopharm**  
ASS 100  
ASS protect 100  
HerzASS 100  
Magnerot classic  
Passiflora incarnata D2  
Passiflora incarnata D3

### Detail von ASS + C ratiopharm

#### Anwendung / Einnahme:

##### Oral

Einsatz im Wettkampf:  erlaubt

Einsatz außerhalb des Wettkampfes:  erlaubt

Wirkstoffe:  Acetylsalicylsäure  Ascorbinsäure

Datum: 04.07.2012 Zeit: 10:37 | Bitte beachten Sie unsere [Nutzungsbedingungen](#)

ID: 20120704-43 (wird gespeichert für eventuelle Rückfragen.)

# Die Dopingkontrolle



"Immer ich!"

Karikatur: Götz Wiedenroth

# Bekannte deutsche Dopingfälle

- **Dieter Baumann, Leichtathletik**
  - 1999: Positiv getestet auf Nandrolon
- **Johann Mühlegg, Skilanglauf**
  - 2002: Positiv getestet auf Darbepoetin
- **Stefan Schumacher, Radsport**
  - 2008: Positiv getestet auf CERA
- **Claudia Pechstein, Eisschnellauf**
  - 2009: Gebrauch einer verbotenen Substanz /Methode (Indirekter Nachweis)
- **Isabell Werth, Dressurreiten**
  - 2009: Ihr Pferd wird positiv getestet
- **Sonja Schöber, Schwimmen**
  - 2009: Positiv getestet auf Testosteron
- **Thomas Goller, Leichtathletik**
  - 2010: Positiv getestet u.a. auf Boldenon (Anabolika)
- **Artan Suli, Gewichtheben**
  - 2010: mehrfach gedopt (lebenslange Sperre)

# Bekannte internationale Dopingfälle

- ***Ben Johnson, Leichtathletik (Kanada)***
  - 1988: Positiv getestet auf Stanozolol
- ***Marion Jones, Leichtathletik (USA)***
  - 2006: Positiv
- ***Floyd Landis, Radsport (USA)***
  - 2006: Positiv getestet auf Testosteron
- ***Kaisa Varis, Langlauf/Biathlon (Finnland)***
  - 2003 und 2008: Positiv getestet auf Epo
- ***Lisa Hütthaler, Triathlon (Österreich)***
  - 2008: Positiv getestet auf Epo

# Wann wird kontrolliert?

## Trainingskontrollen

- (Kontrollen außerhalb des Wettkampfes)

→ durch die NADA

- in der Regel ohne Vorankündigung
- können jederzeit stattfinden
  - z.B. im Training
  - z.B. zu Hause
  - z.B. in der Schule

## Wettkampfkontrollen

- (Kontrollen innerhalb des Wettkampfes)

- durch den Sportfachverband  
den Veranstalter oder die NADA
- Medaillenplätze und per Los

# Trainingskontrollen - die Testpools

**RTP**  
**Registered**  
**Testing Pool**

**Int. Testpool**  
**A-Kader, Risiko A**

¼-jährl. „Whereabouts“  
regelmäßige Aktualisierungen  
„Ein-Stunden-Regelung“

**NTP**  
**Nationaler**  
**Testpool**

**A-Kader, Risiko B und C**

¼-jährl. „Whereabouts“  
regelmäßige Aktualisierungen

**ATP**  
**Allgemeiner**  
**Testpool**

**alle anderen**  
**Kadersportler**

allg. (Adress-) Angabe  
Rahmentrainingspläne

© NADA

# Trainingskontrollen - die Testpools



## Registered Testing Pool (RTP)

- Athleten, die einem internationalen Registered Testing Pool angehören (iRTP)
- A-Kader-Athleten der Sportarten der Risikogruppe A



## Nationaler Testpool (NTP)

- A-Kader Athleten der Sportarten Risikogruppe B und C
- B-Kader-Athleten der Sportarten der Risikogruppe A
- Alle Athleten erweiterter Kreis für die Olympischen Spiele



## Allgemeiner Testpool (ATP)

- Alle Bundeskaderathleten, die nicht bereits Mitglied des RTP oder NTP sind

# Meldepflichten Allgemeiner Testpool (ATP)

Bitte füllen Sie dieses Formular stets **vollständig** aus!

**Athleten-Meldeformular für den ATP** 

**STAMMDATEN**

Name, Vorname	
Bundesverband	
Disziplin	
Geburtsdatum	
Telefon-/Mobilrufnr.	
E-Mail	

**ADRESSEN**

*Bitte geben Sie immer eine vollständige Anschrift mit Name, Straße, Hausnr., PLZ, Ort und wenn möglich Telefonnummer an.*

Ständiger Aufenthaltsort	
Nebenwohnsitz	
Postanschrift	
A= Schule, Job, Uni	
TS 1=Trainingsstätte 1	
TS 2 =Trainingsstätte 2	
TS 3 =Trainingsstätte 3	

**RAHMENTRAININGSPLAN**

*Bitte geben Sie unter „Ort“ die Abkürzungen „A“, „TS 1“, TS 2“ oder „TS 3“ für die unter „Adressen“ angegebenen Anschriften an.*

	Uhrzeit	Ort*	Uhrzeit	Ort*	Uhrzeit	Ort*
Montag						
Dienstag						
Mittwoch						
Donnerstag						
Freitag						
Samstag						
Sonntag						

Gültig von-bis/ Saison: \_\_\_\_\_

Saisonhöhepunkte: \_\_\_\_\_

Mir ist bekannt, dass meine Daten elektronisch gespeichert und ausschließlich zu internen Zwecken verwendet werden. Mir ist weiterhin bekannt, dass der Inhalt des Athleten-Meldeformular für den ATP der durch die NADA mit der Durchführung von Trainingskontrollen beauftragten Firma übermittelt wird.

Ort, Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

Senden Sie das Formular bitte per E-Mail an [dks@nada-bonn.de](mailto:dks@nada-bonn.de) oder per Fax an +49 228 812 92 249 oder per Post an NADA, Heussallee 38, 53113 Bonn, Deutschland.

© NADA

# Meldepflichten Nationaler Testpool (NTP)

- Quartalsmeldung:
  - » Für Quartal 1: 25.12.
  - » Für Quartal 2: 25.03.
  - » Für Quartal 3: 25.06.
  - » Für Quartal 4: 25.09.
- Für alle drei Monate des Quartals:
  - Täglicher Wohnort (Übernachtungsort)
  - Regelmäßige Tätigkeiten (Training, Arbeit, etc.)
  - Wettkämpfe
  - (wichtige Ereignisse)
- Unverzögliche Aktualisierungen während des Quartals

# Meldepflichten Registered Testing Pool (RTP)

- Quartalsmeldung:
  - » Für Quartal 1: 25.12.
  - » Für Quartal 2: 25.03.
  - » Für Quartal 3: 25.06.
  - » Für Quartal 4: 25.09.
- Für alle drei Monate des Quartals:
  - Täglicher Wohnort (Übernachtungsort)
  - **+ 1h Testzeitfenster**
  - Regelmäßige Tätigkeiten (Training, Arbeit etc.)
  - Wettkämpfe
  - (wichtige Ereignisse)
- Unverzögliche Aktualisierungen während des Quartals

# Dopingkontrollfilm der NADA



© NADA

# Rechte und Pflichten bei einer Dopingkontrolle

## Rechte

- Kontrollbeauftragter des gleichen Geschlechts
- Ausweis des Kontrolleurs zeigen lassen
- Vertrauensperson mit zur Kontrolle nehmen (z.B. Eltern, Trainer, Physiotherapeut/in)
- bei Eintreffen des Kontrolleurs das Training noch zu beenden

## Pflichten

- Kooperation mit dem Dopingkontrolleur
- sich gegenüber dem Dopingkontrolleur auszuweisen
- Medikamente und Nahrungsergänzungsmittel der letzten 7 Tage auf dem Protokoll vermerken

# Worauf kommt es an?

- Präventionsarbeit sollte so früh wie möglich greifen
- Intensive Kommunikation mit den jeweiligen Zielgruppen
- Nationale und internationale Kooperation mit Experten auf dem Sektor der Dopingprävention (Dopingpräventionszentrum Heidelberg, dsj, andere NADOs)
- Multiplikatorenschulung der NADA als wichtigstes Instrument
- Dopingprävention muss in Aus-, Fort- und Weiterbildung von Übungsleitern, Trainern aufgenommen werden

Zielgruppenspezifische Dopingpräventionsmaßnahmen sind Puzzleteile, um der Dopingproblematik im organisierten Sport entgegenzuwirken

# Ziele der Dopingprävention (NADA)

## Wissens- und Informationsvermittlung

- Regelkenntnisse (z.B. Verweigerung)
- Gesundheitliche und gesellschaftliche Folgen
- Vermeidung von Dopingfällen
- Argumentations- und Entscheidungshilfen

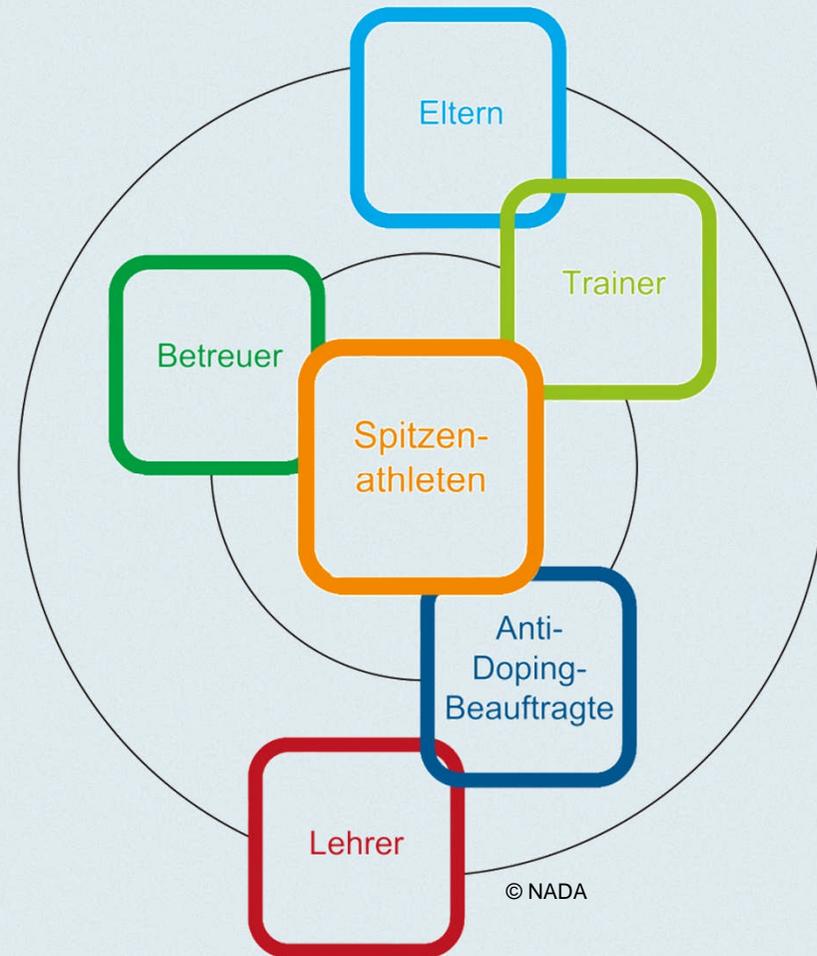
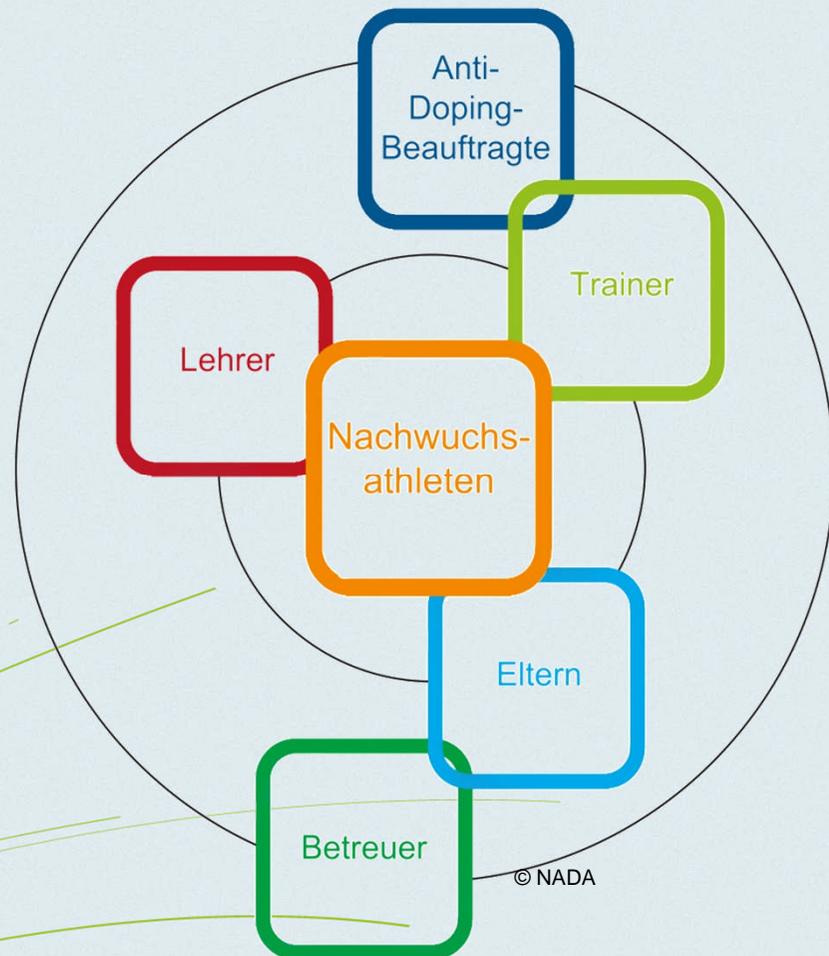
## Förderung von Lebenskompetenz

- Duale Karriere
- Selbstbewusstsein
- Umgang mit Niederlagen

## Beeinflussung von Strukturen

- Chancengleichheit

# Zielgruppen der NADA Präventionsarbeit



# Zielgruppenspezifische Informationen



# Neue Wege gehen – die NADA App



- Informationen rund um das Thema Anti-Doping -
- Ansprechpartner: an wen kann ich mich im Zweifel wenden? -
- Medikamentendatenbank NADamed – auch offline! -

# Neue Wege gehen – die Online Plattform

**GEMEINSAM GEGEN DOPING**  
trainer

zur Trainer-Seite

**NADA-App**  
Die offizielle App der Nationalen Anti Doping Agentur Deutschland (NADA) mit hilfreichen Informationen rund um das Thema „Anti Doping“.  
zur Nada-App

**ADAM Tutorial Video**  
#6 Welches Image prägt die NADA?  
zum ADAM-Video

**E-Learning**  
Die E-Learning-Plattform NADA bereitet alle wichtigen Anti-Doping-Themen interaktiv auf.

**Trainerhandbuch der NADA**  
zum Trainerhandbuch  
weitere Broschüren

**Musterpräsentationen**  
bitte auswählen

**Online Kurs**  
Benutzername  
Passwort  
anmelden  
Passwort vergessen?  
Noch nicht registriert?  
Als neuen Benutzer registrieren?

www.gemeinsam-gegen-doping.de

# E-Learning Plattform der NADA

The screenshot shows the NADA (Nationale Anti-Doping Agentur) e-learning platform. At the top, there is a navigation bar with the NADA logo and several menu items: 'Wichtige allgemeine Informationen', 'Rechte und Pflichten der Athleten', 'Nahrungsergänzungsmittel', 'Verbotene Substanzen und Methoden', 'Dopingkontrolle - Schritt für Schritt', and 'Was geschieht bei einem negativen oder positiven'. The main content area features the title 'Gemeinsam gegen Doping' and a cartoon illustration of a man sitting at a desk. Below the title, there is a section titled 'Gemeinsam gegen Doping! Wie funktioniert der Kurs?' with a progress bar showing six steps: 'Wichtige allgemeine Informationen', 'Rechte und Pflichten der Athleten', 'Nahrungsergänzungsmittel', 'Verbotene Substanzen und Methoden', 'Dopingkontrolle - Schritt für Schritt', and 'Was geschieht bei einem negativen oder positiven'. Below this, there are sections for 'Verschiedene Module' and 'Wissensfragen'. A section for 'Online-Test, bestanden mit einem Minimum von 80 Prozent' is also visible, accompanied by a certificate image. The interface includes standard e-learning controls like a search icon, text size adjustment, and navigation buttons (back, forward, play, stop, auto).

© NADA

# Ihre Ansprechpartner

## Bei der NADA

Nationale Anti Doping Agentur Deutschland  
Heussallee 38  
53113 Bonn

### Ressort Prävention

Dominic Müser	(Ressortleiter Prävention)
Thomas Berghoff	(Referent Prävention)
Bianca Haschke	(Referentin NDPP)

Telefon: +49 (228) 812 92 – 153 / 152 / 154  
Telefax: +49 (228) 812 92 - 269

E-Mail:

[praevention@nada-bonn.de](mailto:praevention@nada-bonn.de)

[dominic.mueser@nada-bonn.de](mailto:dominic.mueser@nada-bonn.de)

[thomas.berghoff@nada-bonn.de](mailto:thomas.berghoff@nada-bonn.de)

[bianca.haschke@nada-bonn.de](mailto:bianca.haschke@nada-bonn.de)

## Im Verein/Verband etc.

*Hat der Verein einen Dopingbeauftragten?  
-> dann ist dieser erster Ansprechpartner*

*Im Verband:*

*Michael Lang, Fachwart Schwimmen*

Vielen Dank für Eure  
Aufmerksamkeit!