



## Svar Kunskapstest

1. Idrottsutövare måste berätta om eventuellt bruk av läkemedel, p-piller, naturläkemedel och kosttillskott vid dopingkontroll.

*Vid dopingkontrollen är idrottsutövaren skyldig att uppge allt bruk av läkemedel och kosttillskott de senaste sju dagarna. SANT*

2. En idrottare som är förkyld kan använda den medicin som bäst lindrar symtomen, utan risk för doping.

*Om man är sjuk men äter medicin, men ändå kan idrotta, bör man undersöka om medicinen omfattar av dopingreglerna. Det gäller både receptfria läkemedel och sådant som läkare ordinerar. Normalt kan läkare och Apotek hjälpa dig med bedömningen, men du är själv ytterst ansvarig. Information om dopinglistan och dispenser mm finns på [www.rf.se](http://www.rf.se) FALSKT*

3. Tävlingsarrangörer och idrottsledare är på begäran skyldiga att bistå dopingkontrollfunktionären i dennes arbete, t.ex genom att tillhandahålla lämplig testlokal.

*Utifrån de förutsättningar som råder vid dopingkontrollen är tävlingsarrangör och ansvariga idrottsledare skyldiga att bistå funktionärerna och medverka till att kontrollen kan genomföras. Försvårande av dopingkontroll kan medföra 4 års avstängning. SANT*

4. Man behöver inte dopa sig för att lyckas inom idrotten.

*Att påstå att de flesta idrottare i världseliten skulle vara dopade är orimligt och dessutom ett slag i ansiktet mot alla seriösa elitidrottare som kör rent spel. Tillgänglig statistik pekar på att mer än 99,5% av alla svenska elitidrottare är rena. Insikten om att doping gör det meningslöst att tävla och risken för biverkningar får de allra flesta att avstå från doping. Ett effektivt kontrollarbete för det också mycket svårt att slippa undan med dopingfusk. SANT*

5. Innehav av läkemedel som omfattas av dopingreglerna kan utgöra en bestraffningsbar förseelse, såväl för idrottare som ledare.

*Enligt Idrottens antidopingreglemente, som även överensstämmer med World Anti-Doping Code, finns åtta olika dopingförseelser. En av dessa avser innehav av förbjudna substanser och metoder. Innehav av ett dopingklassat läkemedel kan, beroende på typ av läkemedel och situation, utgöra en bestraffningsbar förseelse såväl för idrottsutövare som för ledare eller annan som biträder idrottare. Påvisat brott kan medföra fyra års avstängning. Vid upprepade brott livstids avstängning. SANT*

6. Som idrottsutövare, ledare eller tävlingsfunktionär är du skyldig att känna till idrottens dopingregler.

*Idrottsutövare, ledare, tävlingsfunktionärer och andra som biträder idrottsutövare är alla skyldiga att känna till och följa gällande dopingregler- inklusive dopinglistan, dispens- och kontrollregler. SANT*



7. Idrottare får inte ta några som helst läkemedel i anslutning till tävling.

*Man får vid behov använda läkemedel som inte innehåller dopingklassade substanser. Idrottare som har ett medicinskt behov och en medicinsk dispens får använda de dopingklassade läkemedel som dispensen gäller. Idrottare på låg nivå måste i händelse av ett positivt prov intyga sitt medicinska behov i efterhand. Röda Listan visar vilka läkemedel som är dopingklassade och WADA:s dopinglista visar vilka substanser och metoder som klassas som doping, FALSKT*

8. Cannabis och alkohol omfattas inte av dopingreglerna

*Både cannabis och alkohol finns upptagna i dopinglistan. Cannabis är förbjudet vid tävling i alla idrotter medan alkohol bara är förbjudet i vissa idrotter. I vilka idrotter framgår av WADA:s dopinglista, se [www.rf.se](http://www.rf.se) FALSKT*

9. Dopingkontrollfunktionären måste ange något skäl till att just du bli kallad till dopingkontroll.

*Dopingkontrollfunktionär behöver inte ange något skäl till kallelsen. Idrottsutövare är skyldig att lämna prov när hon/han blir kallad till dopingkontroll. FALSKT*

10. Samtliga substanser i WADA:s dopinglista är förbjudna vid såväl träning som tävling.

*En del substanser är endast förbjudna vid tävling. T.ex stimulantia, narkotisk analgetika, cannabinoider och kortison (när det administreras oralt, rektalt, eller som intravenös eller intramuskulär injektion) FALSKT*

11. Vid dopingkontroll skall ansvarig funktionär alltid hålla upp urinen i A- respektive B-flaskorna.

*Idrottsutövaren ska alltid själv hantera sitt urin, från avgivandet till att det fördelas i flaskorna. Detta för att idrottsutövaren ska vara helt säker på att ingen annan rört provet. Om idrottsutövaren inte själv klarar av att hålla upp urinen kan hon/han begära hjälp av funktionären. FALSKT*

12. Varje år bestraffas ca 5 procent av svenska idrottsutövare för brott mot dopingreglerna

*Det är mindre än 0,5 procent av testade idrottare som bryter mot dopingreglerna. Bland elitidrottarna är siffran ännu lägre. Knappt 0,2 procent FALSKT*

13. Kosttillskott kan innehålla dopingklassade substanser.

*RF avråder från kosttillskott eftersom många preparat på marknaden är otillräckligt kontrollerade och att det har visat sig att de kan innehålla dopingklassade substanser. Det finns inte heller något vetenskapligt stöd för att idrottsutövare med normal kosthållning har behov av extra tillskott. Många elitidrottare avstår därför helt från kosttillskott. Att satsa på kosten är alltid ett bättre val än att äta kosttillskott. SANT*



14. Alla medlemmar i en svensk idrottsförening måste söka dispens hos Riksidrottsförbundet om man använder ett dopingklassat läkemedel.

*Medlemmar som enligt dispensföreskrifterna klassas som idrottsutövare på låg nivå omfattas av en generell dispens. De flesta medlemmar behöver således in ansöka om dispens. Information om detta finns på [www.rf.se](http://www.rf.se)* FALSKT

15. Elitidrottare som försöker dopa sig löper stor risk att åka fast.

*Sedan sekelskiftet har antalet dopingkontroller inom svensk idrott höjts rejält, till ca 3500 per år. Kontrollerna inriktas huvudsakligen mot senior- och juniorelit och sker alltid utan förvarning. Idrotter och tillfällen där risk för doping bedöms som större prioriteras. Elitidrottare är även skyldiga att ständigt rapportera var de befinner sig och därmed alltid vara tillgängliga för dopingkontroll. SANT*

16. Ser man historiskt på doping i Sverige så är det betydligt färre idrottare som dopar sig idag än för 15 år sedan.

*Sedan 90-talet fram till idag har andelen dopade av de som dopingtestas minskat från 2,5 % till 0,5 %. Detta trots att dagens kontroller är betydligt bättre planerade mot högriskgrupper och analysmetoderna mycket känsligare. SANT*

17. En svensk idrottare kan bara dopingtestas av en auktoriserad funktionär från Riksidrottsförbundet

*WADA och internationella specialidrottsförbund kan dopingtesta svenska idrottare på internationell nivå. Likaså kan andra länders nationella antidopingorganisationer testa svenska idrottare som vistas i landet. FALSKT*

18. Under tiden från kallelsen tills dess urinprovet avlämnats ska idrottsutövaren vara under ständig uppsikt.

*Funktionären ska ha idrottsutövaren under ständig uppsikt efter det att kallelse till dopingkontroll skett. Idrottsutövaren är skyldig att hålla sig inom synhåll och följa dopingkontrollfunktionärens anvisningar. SANT*

19. WADA står för World Anti-Doping Agency och svarar för världsidrottens antidopingarbete.

*WADA leder och samordnar det internationella antidopingarbetet. WADA består av företrädare för internationell idrottsrörelse och världens regeringar. Genom WADA har globala regler utvecklats. World Anti-Doping Code som gäller i alla idrotter och länder. SANT*

20. Det är inte alltid idrottare kan räkna med att få ett analysvar hemskickat efter att ha genomgått en dopingkontroll.

*Kontroller kan göras nationellt av RF eller motsvarande antidopingorganisation i andra länder eller av internationellt specialidrottsförbund. Det kan därför vara lite olika rutiner gällande provsvaret. I Sverige skickas alltid ett analysvar till idrottaren per post 3-5 veckor efter kontrollen. SANT*



21. Det är mest motionärer som dopar sig. Det vill säga sådana som inte tävlingsidrottare.

*Trots att 80 procent av proverna i Sverige tas på elitidrottare påträffas doping i huvudsak bland motionärer. 2002 till 2008 har Riksidrottsförbundet utfört 25 413 dopingprov, varav endast 4 493 gjordes på lägre tävlingsnivå och bland motionärer. Av de 116 bestraffade var 35 st elitidrottare, 18 st tävlande på låg nivå och hela 63 st var motionärer som inte alls tävlingsidrottade. SANT*

22. Specialidrottsförbund (SF) som t.ex Svenska Fotbollsförbundet dömer som första instans i bestraffningsärenden gällande doping.

*Sedan 1 juli 2007 är Dopingnämnden (DoN) första instans. Dom från DoN kan överklagas till Riksidrottsnämnden (RIN) som är högsta organ inom svensk idrott vid bestraffningsärenden. FALSKT*

23. När idrottsutövare blir kallade till dopingkontroll måste de omedelbart avsluta träningen, eller om det är vid tävling, omedelbart inställa sig för dopingkontroll.

*Idrottare ska infinna sig för dopingkontroll så snabbt som möjligt men får om de önskar först bevista medaljutdelning, tävla klart i flera grenar, avsluta träningen, uppsöka läkarvård, värma ned efter tävling eller prata med media. Detta får dock ske först efter överenskommelse med ansvarig dopingkontrollfunktionär, eftersom det ska avdelas en följeslagare som ska ha ständig uppsikt över idrottaren under dessa aktiviteter. FALSKT*

24. Idrottare som har läkarintyg kan alltid använda dopingklassade läkemedel för att behandla sjukdom

*Läkarintyg duger ej. Idrottare på hög tävlingsnivå måste ansöka om dispens om man använder dopingklassade läkemedel. Idrottare på låg tävlingsnivå omfattas av generell dispens och behöver därför inte göra någon formell ansökan. Information om tävlingsnivåerna, blanketter och anvisningar finns på [www.rf.se](http://www.rf.se) FALSKT*

25. Alla svenska specialidrottsförbund (SF) har ett eget antidopingprogram.

*Enligt RF:s stadgar är alla SF skyldiga att upprätta en plan för antidopingarbetet. Du kan sannolikt finna din idrotts antidopingprogram på deras hemsida. SANT*

26. Dispensreglerna har tillkommit för att idrottsutövare som av medicinska skäl måste använda dopingklassade läkemedel, ska kunna utöva sin idrott

*Ansökan om dispens ska ställas till det internationella specialidrottsförbundet eller RF:s dispenskommitté, beroende på om man tävlar internationellt eller bara i Sverige. Dispensreglerna är inom svensk idrott anpassade till kraven i World Anti-Doping Code. Fullständiga dispensregler och ansökningshandlingar finns på RF:s hemsida [www.rf.se](http://www.rf.se) SANT*

27. En idrottsutövare får dopingtestas max 20 gånger under ett år.

*Det finns ingen begränsning i antalet dopingtester per år. Det kan ske hur många gånger som helst, på tävling, utanför tävling, slumpmässigt i grupp eller som enskild utvald individ. FALSKT*



28. En tränare, läkare eller annan som hjälper en idrottsutövare att dopa sig kan också bestraffas.

*Det anses som ett allvarligt brott mot dopingreglerna att som idrottsledare uppmuntra eller bistå idrottsutövare med doping. Den som gör detta riskerar 4 år till livstids avsängning. SANT*

29. Om idrottsutövaren inte klarar att avge ett fullständigt prov, 90ml urin, så nöjer man sig med det som kom ut.

*Om idrottsutövaren inte klarar av att kissa tillräcklig mängd så försluter man kärlet med den första skvätten urin och idrottsutövaren kan fortsätta lämna prov i ett nytt uppsamlingskärl. På så vis fortsätter man till dess minst 90 ml urin lämnats. Då håller man ihop de tidigare lämnade skvättarna i ett kärl som sedan fördelas i de två provtagningsflaskorna. FALSKT*

30. Alla dopingklassade substanser är alltid förbjudna för idrottare att inta

*Dopinglistan är uppdelad i två huvudgrupper. Substanser som alltid är förbjudna (t.ex. anabola steroider) och sådana som enbart är förbjudna vid tävling (t.ex. vissa former av stimulantia och kortison). WADA:s dopinglista finns på [www.rf.se](http://www.rf.se) FALSKT*

31. Motionärer som inte tävlingsidrottare kan inte dopingtestas

*Ca 80 procent av de svenska dopingkontrollerna görs på elitnivå men även idrottsutövare på lägre nivå och till och med motionärer kan tas ut till dopingkontroll. Missbruk av anabola androgena steroider är faktiskt vanligare bland motionärer än i eliten.*

*Enligt Riksidrottsförbundets dopingreglemente är idrottsutövare som är medlem i en idrottsförening och som kallas till dopingkontroll, skyldig att lämna dopingprov. Den som vägrar eller smiter riskerar fyra års avstängning från all idrott. FALSKT*

32. Om du tar en medicin som inte finns med på Röda listan över dopingklassade läkemedel är det aldrig någon risk för doping

*Dessvärre så är inte Röda listan fullständig. Saknas gör följande typer av läkemedel: Blod, blodprodukter, blodersättningsmedel, licenspreparat och läkemedel som apoteken själv tillverkar, läkemedel som inhandlas utomlands FALSKT*