

みなさんの質問にお答えします! ①

これまでアンチ・ドーピングに関して教科書的なお話をしてきました。
内容も一段落つきましたので、今回は皆さんから頂きました質問で、よくあるものについて解説します。

Q ジュニア選手で成績もまだまだですが、
いつ頃からドーピングについて意識していけばいいですか？

A アンチ・ドーピングの規定によれば、年齢や競技成績は全く関係ありません。スポーツ選手は常にアンチ・ドーピングの意識を持つ責任があります。将来、トップアスリートになった場合でもジュニア期からアンチ・ドーピングについて意識できていれば、うっかりドーピングも防ぐ事ができます。今からでもアンチ・ドーピングを意識できるように教えてあげてください。

Q 家庭内の薬箱に禁止薬の含まれた風邪薬があることがわかりました。この薬は家族が服用し、選手には禁止薬が含まれていない薬を常備しようと思いましたが、それでいいですか？

A 家庭の薬箱に禁止薬が入った薬があることは大変危険です。飲むべき人を限定していても、間違えて服用する可能性が高いので、もったいないですが、禁止物質が含まれる薬は家庭内からすべて破棄しましょう。

読者の皆さんで質問などがありましたら、やまぐちスポーツ医・科学サポートセンターにメール・Faxなどでご連絡ください。このコラムで順次取り上げていきたいと思ひます。