

Q「うっかりドーピング」とは？

知らずに飲んだものに禁止物質が入っていても、ドーピング違反になります。アンチ・ドーピングに関する知識不足がうっかりドーピングを招くおそれがあります。監督・コーチはもちろんですが、何よりも選手自身が注意しなければなりません。医療機関で医師に薬を処方してもらう時にも禁止物質が含まれていないかどうか選手自身が確認する必要があります。競技者は、常に自分の口に入れるものに対して責任を持たなければなりません。

アンチ・ドーピングに関する薬の豆知識



●かぜ薬(総合感冒薬・鼻炎薬)

禁止物質のエフェドリンなどを含むことが多く、要注意です。必ず成分を確認し、心配であればアンチ・ドーピングルールに詳しいスポーツドクターやスポーツファーマシストに相談してください。

●漢方薬

漢方薬を構成する生薬の中には、麻黄(マオウ)など、明らかに禁止物質を含むものがあるうえ、漢方薬は、動植物や天然物から作られるため、すべての含有成分が明らかになっているわけではないので、避けるべきです。また、「市販薬」や「のど飴」にも生薬が含まれる場合があるので要注意です。



●サプリメント

サプリメントは、製造や販売などの規制が医薬品と比較して厳しくないため、包装の表示や添付の説明書に、すべての含有成分が記載されているとは限りません。よって、その製品が禁止物質を含まないという保証はできず、確認が困難なため、服用は自己責任になります。過去にサプリメントを服用し、違反になった事例がありますので要注意です。



💬 薬に関する問い合わせ

アンチ・ドーピングホットライン(山口県薬剤師会)
TEL:083-902-2222 (月~金、10:00~16:00)
FAX:083-924-7704



スマートフォンからの
お問い合わせはこちらから

●アンチ・ドーピングに関する問合せは、FAXまたはメールで受け付けます。●ホットラインに電話をする前に、質問内容をFAXまたはメールでお知らせください。●上記時間外に問い合わせた場合は、回答が後日になることがあります。

公益財団法人山口県体育協会 やまぐちスポーツ医・科学サポートセンター
〒753-8501 山口市滝町1-1 県政資料館2階 TEL:083-933-4697 FAX:083-933-4699
E-MAIL yamaguchi.ikagaku@yamaguchi-sports.or.jp
http://yamaguchi-taikyo.jp/science

このリーフレットは山口県体育協会の
ホームページよりダウンロードできます。



スポーツクリ
BIG
スポーツ振興くじ助成事業

STOP! DOPING

チームやまぐちは、
「アンチ・ドーピング」
フェアプレイを
宣言します!



What does it mean?

ドーピングとは

競技力を高めるために薬物などを使用したり、その使用を隠したりすることです。

アンチ・ドーピングとは

ドーピングに反対して、ドーピングをなくすことです。



公益財団法人山口県体育協会
やまぐちスポーツ医・科学サポート委員会

STOP! DOPING

すべての競技者・指導者の方へ

Q ドーピングはなぜいけないの？

ドーピングは個人の健康を害するだけでなく、自分のチーム・競技、社会へも悪影響を及ぼし、最終的に「スポーツの価値」を損なうことにつながります。

- ① フェアプレイの精神に反する
- ② アスリートの健康を害する
- ③ 反社会的行為である

Q 違反したらどうなるの？

ドーピング検査を行い、最終的にアンチ・ドーピング規則違反が認定されると制裁が課せられる可能性があります。制裁には、**成績・記録の抹消、資格停止**などがあります。また、選手以外にもサポートスタッフなど違反に関与した者に制裁が課されることがあります。

Q ドーピング検査はどんなものなの？

すべての競技者は、ドーピング検査を受ける可能性があります。ドーピング検査は、尿(場合によっては血液)を採取します。検査では、本人確認のために**写真付き身分証明書**の提示が必要です。

ドーピング検査の手順(尿検査)

- ① 検査通告を受けたら通告書に署名し、検査室へ移動する(検査にはコーチやトレーナーなど成人1名を同伴できます。18歳未満の場合は成人の付添いが必須です。)
- ② 複数の採尿カップから1つ選ぶ
- ③ 検査員立会いのもと採尿を行う
- ④ 複数のサンプルキットから1つ選び、不審な点(未開封か等)がないか確認する
- ⑤ 尿を2つの検査ボトルに分けて封印し提出する
- ⑥ 検査前7日間に使用した薬等の申告・記入内容を確認する
- ⑦ 「公式記録書」に署名して、検査終了

食事以外で口にすることは、必ず時間と内容を記録しておくことが大切です。ドーピング検査を断ると、「自分は陽性です」ということと変わりなく、アンチ・ドーピング規則違反として制裁の対象となります。



Q 医療機関で診察を受けるときは？

- ① 自分はアスリートであり、ドーピング検査の対象となる可能性があることを伝える。
- ② 禁止物質・方法を使用せずに薬の処方・治療をしてもらう。
- ③ 医師や薬剤師に最新の禁止表やアンチ・ドーピングに関する情報を案内する。 [JADA 医療](#)

POINT

- 治療薬は、正確な薬物名・日付・用量を、お薬手帳や日記などに記録する習慣をつけましょう。ドリンクやサプリメント類もメモしておくことが大切です。
- すべての医師がアンチ・ドーピングの知識を持っているわけではありません。医師に「アンチ・ドーピングのルールを伝える」ことや「禁止物質・方法の調べ方」を伝えるのはアスリートの責務です。

Q 薬局で薬を購入するときは？

- ① 薬局へ行く前にスポーツファーマシスト*がいる薬局を調べる。
- ② 薬に禁止物質が入っていないか、スポーツファーマシストに必ず確認する。

*スポーツファーマシスト……日本アンチ・ドーピング機構(JADA)が認定したアンチ・ドーピングに関する情報、知識を持つ薬剤師

POINT

- 禁止物質の確認ができない場合は、薬を服用する前に山口県薬剤師会のアンチ・ドーピングホットラインに相談しましょう。(裏面参照)
- 市販薬にも禁止物質が含まれていることがあります。特に、かぜ薬、せき止め等は注意が必要です。

CHECK

JADAホームページ
スポーツファーマシストが
いる薬局の検索はコチラ



治療目的使用に係る例外措置(TUE)

禁止物質や禁止方法であっても、事前に所定の手続きによってTUEが認められれば、例外的に使用することができます。TUEが認められない場合もあるため、十分注意して手続きを行ってください。

● TUEが認められる条件(条件を満たすことが必要)

- (1) 治療する上で、使用しないと健康に重大な影響を及ぼすことが予想される。
- (2) 他に代えられる合理的な治療方法がない。
- (3) 使用しても、健康を取り戻す以上に競技力を向上させる効果を生まない。
- (4) ドーピングの副作用に対する治療ではない。

● 申請手続き

TUE申請書と確認書を日本アンチ・ドーピング機構(JADA)のホームページからダウンロードして入手し、競技者、保護者(競技者が未成年の場合)、治療担当医師が所定事項を記入します。

提出期限

原則として競技会の**30日前**までにJADAに届くように提出してください。

+ 緊急の治療のときはどうすればいいの？

TUEの事後申請が可能です。医師とよく相談することが大切です。また、治療後は速やかに申請する必要があります。ただし、申請が認められる条件は通常の申請と変わりありません。