

## بنام خدا

با عرض سلام خدمت ورزشکاران محترم

با توجه به حساسیت استفاده از داروهای ممنوعه و پیش رو بودن مسابقات مهم لیگ بسکتبال و همچنین مسابقات بین المللی لازم دانستم مواردی در مورد داروهای ممنوعه و داروهای مجاز در سال ۲۰۲۰ که از طرف آژانس جهانی مبارزه با دوپینگ اعلام شده را خدمت دوستان عزیز عرض نمایم. لازم به ذکر است این فهرست مربوط به سال ۲۰۲۰ میلادی می باشد. ممکن است در سالهای آینده مورد بازبینی و تغییر قرار گیرد.

باتشکر\_بهر روز مهدوی

### • الف) دارو های مجاز:

۱. دارو های مسکن و ضد التهاب ها:

استامینوفن (پاراستامول) (Tylenol)، ایبوپروفن (Advil)، ژلوفن، نووافن، آسیفن، مفنامیک اسید، آ.س.آ (آکسار) (Exedrin)، استامینوفن کدئین، آ.س.آ (Aspirin)، پرگابالین (Lyrica)، هیدروکدون، ناپروکسن، پیروکسیکام، ترامادول، گاباپنتین (Neurontin) و دیکلوفناک سدیم

۲. داروهای سرماخوردگی:

آنتی هیستامین دکونژستان، سیتیزین (Zyrtec)، لوراتادین، کتوتیفن (Zaditen)، کلماستین، فکسوفنادین، ترفنادین، اکسی متازولین، کلرفنیرآمین، دیفن هیدرامین، دیفن هیدرامین کمپاند،

نفازولین، فنیل افرین، گایافنزین، اکسیکتوران، استامینوفن کدئین، هیدروکدون، دکسترومتوروفان، برم هیگزین، تئوفیلین جی، تیموس (Tussian) و ادالت کولد (Coldex) توجه: در ترکیب بعضی داروهای سرماخوردگی ماده ممنوعه پسودوافدرین وجود دارد که دارای حد آستانه مصرف در زمان مسابقه است و توصیه می شود ورزشکاران ۲۴ ساعت پس از زمان مسابقه، مصرف این داروها را قطع کنند.

۳. داروهای زخم معده:

رابرازول (Aciphex)، اسموپرازول (Nexium)، اومپازول، لنزوپرازول (Lanzor)، دکس لنزوپرازول فاموتیدین (Pepcid)، نیزاتیدین (Axid)، سوکرآلفیت (Carafate)، آلومنیوم-ام-جی-اس (Mylanta) و کلینیدیوم-سی (Librax)

۴. آرامبخش ها و خواب آورها:

دiazepam (Valium)، لورازپام (Ativan)، اکسازپام، آلپرازولام (Zanax)، کلردیازپوکساید (Librium)، فلورازپام (Dalmane)، تمازپام (Restoril)، ترازودون، هالوپریدول، تری فلوئوپرازین، مکلیزین (Antivert)، زولپیدم (Ambien)، دیفن هیدرامین (Compoz)، اس زوپیکلون (Lunesta)

۵. آنتی بیوتیک ها:

تمام آنتی بیوتیک ها مانند پنی سیلین ها، پنی سیلین بنزاتین (Penador)، آموکسی سیلین، آمپی سیلین، کوآموکسی کلاو، سیپروفلوکساسین، سفیکسیم، سفالکسین، سفتی زوکسیم،

سفتریاکسون، اریترومایسین، آزیترومایسین (Zithromax) کلاریترومایسین (Klacid)،  
جنتامایسین، مترونیدازول

۶. ضد اضطراب ها:

آلپرازولام (Zanax)، کلردیازپوکساید (Librium)، دیازپام (Valium)، لورازپام، بوسپیرون  
(Buspar) هیدروکسی زین (Atarax)

۷. داروهای آسم:

سالبوتامول (Ventolin)، سالمترول (Serevent)، ایپراتروپیوم بروماید (Atrovent)،  
بودروناید (EntocortEC)، فورموترویل - بودزوناید (Symbicort)، تتوفیلین، سالبوتامول -  
ایپراتروپیوم (Combivent)، مونته لوکاست (Singulair)، زفیرلوکاست (Accolate)،  
فورموترویل (Foradil)

توجه: سالبوتامول، سالمترول و فورموترویل فقط در صورت مصرف به فرم استنشاقی و با دوز معمول  
درمانی مجاز هستند.

۶. ضد اسهال:

دیفنوکسیلات، لوپرامید، کائولن - پکتین، پلانناژل

۷. داروهای ضد دیابت:

گلی میپراید (Amaryl)، گلی کلازید (Diamicran)، رزیگلیتازون (Avandia)، آکاربوز،

متفورمین (Glucophage)، گلی بنکلامید (گلیبوراید)، پیوگلیتازون (Actos)

۸. آنتی اسیدها:

آلومینیوم-ام-جی (Maalox)، آلومینیوم-ام-جی-اس (Di-Gel)، آلومینیوم هیدروکساید

۹. بی حس کننده ها:

لیدوکائین (Xylocaine)، لیدوکائین-پی (Emla)، لیدوکائین-اپی نفرین، لیدوکائین-اچ

توجه: مصرف موضعی اپی نفرین (آدرنالین) به همراه ترکیبات بی حس کننده موضعی مانند

لیدوکائین در دندانپزشکی و تجویز داخل بینی و داخل چشمی ممنوع نیست.

۱۰. ضد ویروس ها:

آمانتادین، اوسلتامیویر (Tamiflu)، زانامیویر (Relenza)، آسیکلوویر (Zovirax)، وال سیکلوویر

(Valtrex)، دیدانوزین (Videx)

۱۱. تنظیم کننده های اختلالات خلق و ضد افسردگی ها:

فلوکستین (Prozac)، سیتالوپرام (Celexa)، آمی تریپتیلین، نورتریپتیلین، ایمی برامین،

ریسپریدون (Risperdal)، سرتالین (Zoloft)، دولوکستین (Cymbalta)، پاروکستین

(Serostat)، ترانیل سیپرامین، ونلافاکسین (Effexor)، لیتیوم بوپروپیون (Zyban)، کوئتیپین  
(Serequel)، آریپیپرازول (Abilify)

۱۲. ضد قارچ ها:

کلوتریمازول، فلوکونازول، میکونازول، تربینافین، تولنفتات، NNG

۱۳. داروهای ضد بارداری:

کنتراسپتیو ال - دی، کنتراسپتیو اچ - دی، کنتراسپتیو تری فازیک، مسترنول، لئونورژسترول،  
اتینیل استرادیول (Minilyn)، دزوژسترول - اتینیل استرادیول (Marvelon)

۱۴. داروهای شل کننده عضلانی:

باکوفن، متوکاربامول (Robaxin) ملوکسیکام (Mobic)، سیکلوبنزاپرین (Flexeril)،  
اورفنادرین (Norflex)، سیکلوبنزاپرین، کاریسوپرودول (Soma)، تیزانیدین (Zanaflex)،  
دانترولن، مپروبامات

۱۵. ملین ها:

بیزاکودیل (Dulcolax)، منیزیوم هیدروکساید (شیر منیزیوم)، لاکتولوز، سوربیتول، موسیلیوم،  
پسیلیوم، انواع فرآورده های سنا (C-LAX)، شربت انجیر (Fijan)

۱۶. واکسن ها:

آبله مرغان، آنفلوآنزا فصلی، آنفلوآنزا H1N1، هپاتیت، کزاز، فلج اطفال، سه گانه، هاری، سل، دیفتری، پنومونی، تیفوئید، پنوموکوک

۱۷. داروهای ضد تهوع و سرگیجه:

متوکلوپرامید (Plasil)، ویتامین B6، تری اتیل پرازین، دیمن هیدرینات (Dramamine)، مکلیزین (Bonine)، پروکلرپرازین (Compazine)

۱۸. دارو های ضد هموروئید:

کرم آنتی هموروئید، اکسید روی - اکسید بیسموت (Anusol)، بنزوکائین، لیدوکائین اچ توجه: کرم های آنتی هموروئید ممنوع نیست، اما مصرف مقعدی گلوکوکورتیکوئیدها (مانند شیاف آنتی هموروئید) ممنوع است.

۱۹. دارو های چشم، گوش و بینی:

نفازولین، فنیل آفرین، جنتامایسین، تتراسایکلین، آتروپین، هوماتروپین، اشک مصنوعی، کرامفنیکل، اکسی متازولین، نئوسینفرین، تتراهیدروزولین، دگزامتازون، بتامتازون، فلوئسینولون و تمام آنتی بیوتیک های چشمی و گوش

توجه: مصرف موضعی گلوکوکورتیکوئیدها در اشکال دارویی کرم، لوسیون و قطره های چشمی و گوشه و پوستی ممنوع نیست. اما مصارف سیستمیک گلوکوکورتیکوئیدها (کورتون ها) از راه دهان، از طریق تزریقات وریدی و عضلانی و از راه مقعد ممنوع است.

### مخاطرات مربوط به مصرف مکمل های غذایی

بسیاری از مکمل های غذایی (ویتامین ها، مواد معدنی، آمینواسیدها، هومئوپات ها، داروهای گیاهی و نوشابه های انرژی زا) که در فروشگاه ها یا از طریق اینترنت به فروش می رسند، ممکن است حاوی مواد و داروهایی باشند که روی برچسب آنها قید نشده ولی جزو فهرست ممنوعه باشند. وجود یک ماده ممنوعه در نمونه ورزشکار بدون توجه به چگونگی ورود ماده ممنوعه به بدن ورزشکار، تخلف از قوانین آنتی دوپینگ است. هر ورزشکاری که مکمل غذایی مصرف می کند، در معرض خطر آلودگی و محرومیت های ناشی از آن قرار دارد.

• (ب) نمونه هایی از داروهای ممنوعه بر اساس فهرست ممنوعه سال ۲۰۲۰

میلادی

مواد ممنوعه حین و خارج از زمان مسابقه

مواد فاقد تاییدیه :

ترکیبات دارویی که دارای تاییدیه رسمی از طرف مقامات ذیصلاح رسمی بهداشتی و دولتی برای مصرف درمانی در انسان نیستند.

عوامل آنابولیک :

آندرواستانادیون ، بولاسترون (دی متیل تستوسترون ، مادول) ، بولدنون ، دانازول ، دی هیدرواپی

آندوسترون (DHEA) ، دروستانالون ، استراتست ، اپی تستوسترون ، متاسترون ، متیل

تستوسترون ، متیل تستوسترون ، متادینول (متان) ، تتراهیدروژسترینون (THG) ، ترنبولون و

ترکیبات مشابه ، تعدیل کننده های انتخابی رسپتورهای آندروژن (SARMS).

هورمون های پپتیدی ، فاکتورهای رشد ، مواد در ارتباط با آن ها و مقلدها :

• عوامل تحریک کننده اریتروپوئیز: اریتروپوئین (EPO)، داربی پوئین (dEPO)، پپتیدهای

مقلد EPO، متوکسی پولی اتیلن گلیکول - اپوئین بتا (CERA) و آگونیست های غیر

اریتروپوئینیک رسپتور EPO

• تثبیت کننده های فاکتور القاء کننده هیپوکسی (مانند: کبالت و FG-4592)

• گنادوتروپین های جفتی انسان (CG)، هورمون لوتئینی (LH) و عوامل آزاد کننده آن ها

مانند گنادورلین، بوسرلین و تریپتورلین که فقط در مردان ممنوع است.

• کوتیکوتروفین ها و عوامل آزاد کننده آن ها مانند کورتیکورلین



- هورمون رشد (GH) و شاخه‌ها و آزاد کننده آن شامل GHRH و آنالوگ‌های آن و سایر فاکتورهای رشد شامل فاکتورهای رشد فیبروبلاست (FGFS)، هپاتوسیت (HGF)، فاکتور رشد شبه انسولینی IGF-1 و آنالوگ‌های آن، فاکتورهای رشد مکانو (MGFS)، فاکتور رشد مشتق شده از پلاکت (PDGF)، اندوتلیال – وازکولار (VEGF) به علاوه دیگر فاکتورهای رشد موثر بر ساخت یا تحلیل عضله تاندون یا لیگامنت، ساخت عروق جدید، مصرف انرژی، ظرفیت بازسازی یا تغییر و تبدیل نوع تار عضلانی

بتادو آگونست‌ها:

- آرفورموترو (BROVANA)، بامبوترو، بیتولترو، پیربوترو (MAXARI)، تربوتالین (BRETHAIRE)، اورسپرنالین، متاپروترونول (LAURENT)، رپروترو، فنوترو، هایژنامین. سالبوتامول (VENTOLIN) استنشاقی به میزان حداکثر ۱۶۰۰ میکروگرم طی ۲۴ ساعت، فورموترو (FORADIL) استنشاقی به میزان حداکثر ۵۴ میکروگرم طی ۲۴ ساعت و سالمترول (serevent) استنشاقی به میزان حداکثر ۲۰۰ میکروگرم طی ۲۴ ساعت،

ممنوع هستند.

تعدیل کننده‌های هورمونی و متابولیک:

- مهارکننده‌های آروماتاز:

• آمینوگلو تیتیمید (cytradren) ، آناستروزول (arimidex) ، آندرواستنتریون (6-oxo) ،

آندروستاترین دیول ، لترزول (Femara) ، تستولاکتون (Teslac) ، بیکالوتاماید

(Cosodex) ، اکسمستان (Aromasin) ، فورمستان

• تعدیل کننده های انتخابی گیرنده های استروژن:

رالوکسیفن ، تاموکسیفن ، تورمیفن

سایر مواد ضد استروژنی: کلومیفن ، سیکلوفنیل ، فولوسترانت

• عواملی که عمل یا اثرات مایوستاتین را تغییر داده یا تعدیل می کنند مانند مهارکننده های

مایوستاتین

• تعدیل کننده های متابولیک:

فعال کننده های AMP-activated protein kinase (AMPK) (مانند AICAR)

آگونیست های Peroxisome Prolifator Activated Receptor (ppar) (مانند

GW1516)

انسولین ها و مقلدهای انسولین

ملدونیم

تری متازیدین

مواد مدر (دیورتیک ها) و عوامل پوشاننده:

\*مواد مدر: استازولامید، آمیلوراید، بومتانید، کلرتیازید، هیدروکلروتیازید، فورسماید (Lasix)،

تریامترن اچ، اتاکرینک اسید، متولازون، اسپرونولاکتون واسوپرسین، V2 آنتاگونیست ها

(vaptans) و دیگر موادی که دارای ساختار شیمیایی مشابه با اثرات بیولوژیک همسان

هستند، به استثناء دروسپیرنون، پامابروم و مصرف چشمی دورزولاماید و نیز برینزولاماید که

ممنوع نیستند.

\*عوامل پوشاننده: دسموپرسین، پروبنسید

\* افزایش دهنده های حجم پلاسما: تجویز داخل وریدی آلبومین، دکستران، هیدوکسی اتیل

استارچ و مانیتول و دیگر موادی که دارای اثر یا اثرات شیمیایی همسان یا ساختار شیمیایی مشابه

باشند.

توجه: کاربرد موضعی فلی پرسین به عنوان بی حس کننده دندان منوع نیست.

• ج) روش های ممنوعه

حین و خارج از زمان مسابقه

دستکاری خوت و ترکیبات خون:

\*دوپینگ خونی: تجویز یا کاربرد مجدد خون اتولوگ (خود فرد)، آلوژنیک یا همولوگ (فرد

دیگر)، هترولوگ (غیر انسانی) یا فرآورده های گلبول قرمز با هر منشا

\* انتقال اکسیژن: استفاده از افزایش دهنده های مصنوعی جذب یا برداشت، انتقال و آزاد سازی

اکسیژن به عنوان مثال فرآورده های تغییر یافته هموگلوبینی که شامل ولی نه محدود به

هموگلوبین گاوی با زنجیره جانبی، فرآورده های هموگلوبینی میکرواینکپسوله،

پرفلوروکمیkal ها، افایروکسیرال (RSR13) هستند.

\* هر شکل از دستکاری داخل عروقی خون یا ترکیبات خونی از طریق فیزیکی یا شیمیایی.

توجه: مصرف اکسیژن مکمل ممنوع نیست.

### دستکاری های فیزیکی و شیمیایی

سوندگذاری، افزایش حجم، رقت یا تعویض نمونه، دستکاری یا قصد دستکاری نمونه یا فرم کنترل

دوپینگ ورزشکار با این هدف که نمونه تغییر پیدا کرده یا عوض شود و صحت نمونه گرفته شده

در خلال سلسله مراتب کنترل دوپینگ از بین برود.

توجه: انفوزیون های داخل وریدی و یا تزریقات بیش از ۱۰۰ میلی لیتر در دوره زمانی ۱۲ ساعته

ممنوع است، به جز در مواردی که به صورت مجاز و قانونی در روند پذیرش بیمارستانی، اعمال

جراحی و یا بررسی های کلینیکی صورت می گیرند. سایر موارد استفاده به ارائه TUE نیاز دارد.

توالی خون گیری، دستکاری و وارد کردن مجدد خون کامل به داخلی سیستم گردش خون نیز

ممنوع است.

دوپینگ ژنی:

انتقال پلیمر های اسید نوکلئیک یا آنالوک های اسید نوکلئیک و استفاده از سلول های طبیعی یا سلول هایی که از نظر ژنتیک تغییر یافته اند و دارای پتانسیل افزایش کارایی ورزشی هستند، ممنوع است.

مواد ممنوعه (فقط) حین مسابقات

محرک ها:

آدرنالین (اپی نفرین)، آدرافینیل، آمودافینیل (Nuvigil)، مدافینیل، آمفتامین، متامفتامین (شیشه)،

دکستروآمفتامین (Dexedrine)، بنزفتامین، متیلین دی اکسی متامفتامین (اکستازی یا

MIDAM)، کوکائین، افدرا (ماهوانگ)، متیل فنیدیت (Ritalin)، دکس متیل فنیدیت

(Focalin)، فن فلورآمین (Pondimin)، سیبوترامین (Redactil)، متیل هگزان آمین

(Geranium oil)، سلژیلیلین، فنترمین، پمولین، استرکینین، اکسی لوففرین و اتامیوان

کاتین (نورپسودوافدرین)، افدرینو متیل افدرین و پسودوافدرین حد آستانه دراند و مقادیر بیشتر از

حد آستانه عنی به ترتیب غلظت های بیشتر از ۵، ۱۰ و ۱۵۰ میکروگرم در میلی لیتر ادرار آنها ممنوع

است.

توجه: مواد محرک زیر در زمره برنامه پایش (نظارتی) ۲۰۲۰ قرار دارند و به عنوان مواد ممنوعه در

نظر گرفته نشده اند: بوپروپیون، کافئین، نیکوتین، فنیل آفرین، فنیل پروپانول آمین، پیرادول و

سینفرین. همچنین مصارف موضعی مشتقات ایمیدازول و تجویز موضعی آدرنالین (به عنوان مثال

داخل بینی و چشم) یا تجویز همزمان آن با بی حس کننده های موضعی ممنوع نیست.

مخدرها:

بوپرنورفین (تمجیزک)، دکسترو مورامید، دیامورفین (هروئین)، فنتانیل و مشتقات آن متادون،

مورفین، اکسی کودون، اکسی مورفون، هیدرومورفون، پنتازوسین، پتیدین

توجه: سایر مخدرها ممنوع نیست.

کانابینوئیدها:

کانابیس، مارینول، حشیش، ماری جوانا، دلتا ۹-تتراهیدروکانابینول (THC)

گلو کو کورتیکوئیدها:

بتامتازون، بتامتازون LA، دگزامتازون، تریامسینولون، متیل پردنیزولون (دپومدرول)،

هیدرو کورتیزون، پردنیزولون، پردنیزون، کلوبتازول و سایر گلو کو کورتیکوئیدها در صورتی که از

راه دهان، از طریق تزریقات وریدی و عضلانی یا از راه مقعد مصرف شوند، ممنوع هستند.

توجه: مصارف موضعی و تزریقات زیر جلدی، داخل و اطراف تاندون و یا مفاصل، استنشاق

اسپری و یا سایر فرم های تنفسی گلو کو کورتیکوئیدها (کورتون ها) ممنوع نیست.

مواد ممنوعه در ورزش های خاص:

بتابلو کرها:

آتنولول، لاپتولول، کاروادیلول، اسمولول، پروپرانولول (INDERAL)، متوپرولول، تیمولول، آلپرونولول، پیندولول، بتاکسالول و... بتابلو کرها (فقط هنگام مسابقات) و در رشته های ورزشی تیرو کمان، اتومبیل رانی، بیلارد، تیراندازی، دارت، گلف و اسکی / اسنوبرد (در بعضی رشته ها) ، فدراسیون جهانی ورزش های زیر آب (در بعضی از رشته ها) ممنوع است.

توجه: بتابلو کرها در رشته های ورزشی تیرو کمان و تیراندازی هم حین و هم زمان خارج مسابقه ممنوع است.

با تشکر از توجه شما عزیزان\_ بهروز مهدوی تیرماه ۱۳۹۹