

Opgelet: dopeer je niet onbewust

Bepaalde geneesmiddelen of voedingssupplementen bevatten verboden stoffen. Let daarmee op! Neem nooit medicijnen of voedingssupplementen in zonder voorschrift of advies van een (sport)arts of voedingsdeskundige.

Wat als je ziek bent?

Ga naar je (sport)arts en zeg dat je een sporter bent die mogelijk een dopingcontrole moet ondergaan. Controleer samen met je arts de geneesmiddelenlijst op www.antidoping.vlaanderen zodat je weet of er een verboden stof in je geneesmiddel zit. Als het geneesmiddel een verboden stof bevat, vraag je samen met je (sport)arts een toestemming wegens therapeutische noodzaak (TTN) aan.

Wat met voedingssupplementen?

Neem alleen voedingssupplementen als je (sport)arts of voedingsdeskundige dat nodig acht. Een aantal voedingssupplementen bevatten stoffen die niet op het etiket vermeld staan. Sommige firma's laten hun voedingssupplementen controleren volgens de regels van de kunst voor ze op de markt worden gebracht. Dan ben je zeker dat ze geen verboden stoffen bevatten. Een overzicht van die supplementen vind je op:

- www.informed-sport.com
- www.dopingautoriteit.nl/nzvt
- www.koelnerliste.com

Kies voor deze supplementen als je de kans op contaminatie zo klein mogelijk wil houden.

Wat is een toestemming wegens therapeutische noodzaak (TTN)?

Een attest van je behandelend arts volstaat al verschillende jaren niet meer als toelating om verboden stoffen om medische redenen te nemen, behalve voor minderjarigen in Vlaanderen. De TTN-commissie moet nu toestemming verlenen. Dien samen met je arts een aanvraag in om die TTN te verkrijgen. Alle informatie daarover vind je op www.antidoping.vlaanderen in de rubriek *Geneesmiddelen, supplementen en TTN*.

Contactinformatie NADO Vlaanderen: patrick.ghelen@nado.vlaanderen