7 | БАЪЗЕ АЗ ВАРЗИШГАРОНИ КАСБӢ ДОПИНГРО ИСТЕЪМОЛ МЕКУНАНД. ЧАРО БА МАН МУМКИН НЕСТ?

✓ Ин дуруст аст, ки варзиши касбии муосир бо кор кардани маблағ умумияти зиёд дорад, аммо на ҳамеша вазъи саломатии варзишгар ба назар гирифта мешавад. Баъзан ҳирс дар беэътиноӣ ба принсипҳои ахлоқӣ ва саломатӣ зуҳур мешавад. Аммо, оё хоҳиши ба ким-кадом варзишгари касбие, ки допинг истеъмол мекунад, монанд будан арзиши саломатӣ, оромии волидайн, эҳтимол ояндаи варзишии туро дорад?

8 | АГАР ДОПИНГРО ЧАШИДА БИНАМ, ЧӢ БАДӢ ДОРАД?

✓ Мушкилоти допинг на дар миқдори маводи манъшуда, балки дар худи далели истеъмоли он аст, Дар хотир дор, қоидавайронкунии хурд вуҷуд надорад. Фатҳи қуллаҳои варзиш набояд туфайли маводҳои манъшуда сурат гирад. Комёбиҳои шахсии худро ба дастовардҳои саноати доруворӣ иваз кардан оё оқилона аст? Оё ин амал нисбати рафиқони варзишгарат одилона аст?

9 | ОЁ ДОПИНГИ ЗЕРИ НАЗОРАТИ ДУХТУР ИСТЕЪМОЛШАВАНДА БЕХАТАР АСТ?

✓ Аксарияти маводҳое, ки дар варзиш манъ шудаанд, дорувории бемориҳои вазнин мебошанд. Масалан, стероидҳои анаболикӣ барои табобати бемориҳои харобшавӣ, эритропоэтин барои табобати гурдаҳо ва ҳатто бемории СПИД истифода мешаванд. Маводҳои мазкур самараи иловагии манфии вазнин дорад, аммо самараи табобатии онҳо бештар аст, бинобар ин истифодаи онҳоро то ҳол идома медиҳанд. Варзишгарон маводҳои манъшударо дар вояҳое истеъмол мекунанд, ки аз вояҳои табобатӣ нисбатан зиёдтаранд, бинобар ин самараи иловагии манфии онҳо бештар зоҳир мешавад.

10 | ВАРЗИШГАРОНЕ, КИ ДОПИНГ ИСТЕЪМОЛ МЕКУНАНД, БАРОИ ХАДАМОТИ ЗИДДИДОПИНГӢ ДАСТНОРАСАНД?

✓ Дар аввали аср варзишгароне, ки допинг истеъмол мекарданд, аз хадамотҳои зиддидопингӣ ҳамеша як қадам пеш меистоданд.

✓ Маводҳои «дизайнерӣ» дар намунаҳо нишонаҳои маводҳои манъшударо намемонданд ва ташхисгоҳи зиддидопингӣ онҳоро пайдо карда наметавонист. Алҳол фосила хеле кам шудааст. Ташхисгоҳҳои зиддидопингӣ доимо усулҳои нави муайянкунии маводҳо ва усулҳои манъшударо таҳия мекунанд. Ғайр аз ин, роҳҳои нави дарёфткунии оқибатҳои маводҳои манъшуда, ки аз маводҳои манъшуда нисбатан то дер боқӣ мемонанд, пайдо шудаанд. Яке аз усулҳои мазкур шиносномаи биологии варзишгар мебошад, ки тибқи он як қатор варзишгарон, ҳатто бе намунаи допингии мусбат, зери таҳриму хоричшавӣ қарор гирифтанд.

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization

With the support of the UNESCO Fund for the Elimination of Doping in Sport

Regional Anti-Doping Organization of Central Asia
RADOCA

10

саволи муҳим оиди допинг

1 | ИСТИФОДАИ ДОПИНГ ЧӢ БАДӢ ДОРАД?

✓ Вақте ки ту касби варзишро интихоб мекунӣ, ӯҳдадориҳои мавҷудбудаи варзиширо бояд риоя намоӣ. Қоидаҳои мусобиқа қоидаҳои варзишӣ мебошанд, ки масалан, иштирокчиёнро тибқи категорияҳои синну сол ва вазн тақсим мекунанд, талабот ба сарулибоси варзишӣ, қоидаҳои гузаронидани мусобиқаҳоро муайян мекунанд.

✓ Қоидаҳои зиддидопинг ба монанди қоидаҳои мусобиқа низ қоидаҳои варзишӣ мебошанд, ки тибқи онҳо мусобиқаҳо гузаронида мешаванд. Допинг ба як иштирокчӣ нисбат ба иштирокчии дигар афзалият медиҳад, дар аксарияти мавридҳо барои гирифтани маблағи ғайриқонунӣ имкон медиҳад, ки допингро ба допинг баробар мекунад.

2 | ИСТИФОДАИ ДОПИНГ ХАТАРНОК АСТ?

✓ Аслан ҳамаи оқибатҳои истифодаи допингро, алалхусус дар дурнамо ҳеҷ кас намедонад.

✓ Ин оқибатҳо метавонанд ба ҷинс, вазъи саломатӣ, инчунин миқдори маводҳои қабулшуда ва мувофиқаи онҳо вобастагӣ дошта бошанд. Истифодаи допинг махсусан дар синни наврасӣ хатарнок аст.

✓ Одатан, аксарияти маводҳои манъшуда бо роҳи ғайриқонунӣ харидорӣ мешаванд. Андеша намо, оё истеъмоли онҳо оқилона аст? Боз агар ту донӣ, ки пагоҳ ё пас аз як сол ё пас аз даҳ сол туро кадом оқибат интизор аст?

3 | БАРОИ ЧӢ ДОПИНГ МАНЪ КАРДА ШУДААСТ?

✓ Агар допинг иҷозат дода шавад, ҳамаи варзишгарон маҷбур мешаванд, ки онро истеъмол кунанд, то ки бо қувваи баробар баромад кунанд. Оё ту, ба саломатии худ таваккал карда, бо варзиш машғул шуда метавонӣ, боз агар донӣ, ки истеъмоли допинг дар синни наврасӣ оқибатҳои ҷиддӣ дорад? Волидайни ту ба ин чӣ гуна нигоҳ мекунанд?

✓ Истеъмоли допинг хароҷотҳои молиявии пешбинишударо талаб мекунад, охир ғайр аз харидории маводҳои қимат барои табобати оқибатҳои гарони истеъмоли допинг маблағ сарф кардан зарур аст.

4 | АГАР БА ТУ ИСТИФОДА КАРДАНИ МАВОДҲО Ё УСУЛҲОИ МАНЪШУДАРО ПЕШКАШ КУНАНД Ё БА ИСТЕЪМОЛИ ОН МАҶБУР КУНАНД, ЧӢ КОР КАРДАН ЗАРУР АСТ?

✓ Дар аввал аз худат пурс: мақсади воқеии шахсе, ки допингро пешкаш мекунад, чист.

✓ Агар допингро ба ту дӯстат пешкаш кунад, шояд ӯ ин амалро бе ягон ғарази бад кунад. Аммо ӯ тахассуси кофӣ надорад, ки ба ту маводҳои мазкурро тавсия кунад. Дар хотир дор, ки дар ҳолати пайдо кардани маводи манъшуда дар намунаи ту, таҳримот ва хоричшавиро ба ту раво мебинанд, на ба касе, ки онро пешкаш кардааст.

✓ Агар ба ту мураббӣ ё духтур допинг истеъмол карданро маҷбур намояд, аз худат пурс, ки оё ӯ тахассус дорад ва дар комёбии ту манфиатдор аст, дар бораи саломатии ту фикр мекунад? Эҳтимол, ӯ бештар дар бораи вазъи молиявии худ фикр мекунад ва аз фурӯш фоиз мегирад ё барои натиҷаҳои баланд мукофотро интизор аст? Оё ба ту арзиши ғолибият бо чунин нарх зарур аст?

✓ Ба ҳар ҳол, мушкилотро пинҳон кардан зарур нест – дар бораи ҳама чиз ба волидайн ё шахси дигари калонсоле, ки ту ба ӯ боварӣ дорӣ, гуфтан зарур аст.

5 | ЧАРО ВАРЗИШГАР НАМЕТАВОНАД ХУДАШ МУСТАҚИЛОНА ҲАЛ НАМОЯД, КИ ДОПИНГ ИСТЕЪМОЛ КУНАД Ё НЕ?

✓ Хоҳиши варзишгар дар истеъмоли допинг ба хоҳиши кӯдаки хурд ҳангоми мустақилона убур кардани роҳ монанд аст: ин хатарнок аст ва метавонад ба фоҷиа расонад. Варзишгаре, ки собиқаи калони варзиш дорад, на ҳамеша дар бораи оне, ки пас аз истеъмоли маводҳо ва усулҳои манъшуда ӯро чӣ мушкилот таҳдид мекунад, ҳисобот дода наметавонад.

✓ Самараи иловагӣ метавонад пас аз муддати тӯлонӣ аён шавад, вақте ки варзишгар касби варзиширо аллакай ба итмом расонидааст, агар допинг онро пештар вайрон накунад.

6 | МАН ВАРЗИШГАРОНЕРО МЕДОНАМ, КИ ДОПИНГ ИСТЕЪМОЛ МЕКУНАНД. ЧАРО БА МАН МУМКИН НЕСТ?

✓ Вақте ки ту касби варзишро интихоб мекунӣ, ту бояд қоидаҳои варзиширо риоя намоӣ. Вайронкунии қоидаҳо танҳо бо он сабабе, ки онҳоро каси дигар вайрон мекунад, оқилона нест. Тасаввур намо, вақте ки қаллобиат ошкор мешавад, ту худро чӣ тавр ҳис менамоӣ?

United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization

With the support of the
UNESCO Fund for the Elimination of Doping in Sport