



## Допинг-контроль үчүн сынам тапшыруу процедурасы



Regional  
Anti-Doping  
Organization  
of  
Central  
Asia



RAD OCA





## Спортчунун маалыматы

- 1.Фамилиясы
  - 2.Аты
  - 3.Туулган күнү: *туулган күнү, айы, жылы*
  - 4.Спорттук жарандығы
  - 5.Үй дареги: *көчө, үй, шаар, облус, өлкө*
  - 6.Телефону
  - 7.Электрондук дареги
  - 8.Доктордун фамилиясы жана аты
  - 9.Машықтыруучунун фамилиясы жана аты
  - 10.Спорт жана тартип

# Мелдеш убагында спортчуга кабарлоо

1. Саламатсызыбы, Сиз допинг-контроль процедурасынан өтүү үчүн тандалдыңыз.
2. Мен Сизди допинг-контроль пунктуну коштоп барам. Сизден дайыма менин көз алдыымда болуунузду өтүнөм.
3. Сиз жашы жеткен адамсызыбы?  
Эгер жашыңыз жете элек болсо, анда допинг-контролду өтүү убагында Сиздин өкүлдүн катышуусу зарыл.
4. Сураныч, допинг-контроль процедурасынан өтүү убагындагы Сиздин укуктар жана милдөттер менен таанышыңыз.
5. Эгер Сиз милдөттериңизди сактабасаңыз, допингге карши эрежелерге ылайык Сизге санкция салынышы мүмкүн.
6. Сиздин суроопорунуз барбы?
7. Допинг-контроль протоколуна кол коюу менен, Сиз бул эскертуүнү алганыңызды жана таанышканыңызды, ошондой эле допинг-контроль процедурасынан өткөн убактагы Сиздин укуктарыңыз жана милдөттериңиз жөнүндө кабарламаны алганыңызды жана талап кылышандай сыйнамды берүүгө макулдугунузду ырастайсыз.

# Спортчунун укуктары жана милдеттери

## Спортчу катары Сиз төмөндөгүлөргө укуктуусуз:

- ❖ өкүлдүн катышуусуна жана зарыл болгон учурда котормочунун катышуусуна;
- ❖ допинг-контроль үчүн сынамды алуу процедурасына тиешелүү кошумча маалыматты алууга;
- ❖ допинг-контролдун инспекторунун макулдугу менен, жүйөлүү себептерден улам допинг-контроль пунктуна көлүүнү мөөнөтүн жылдырууну өтүнүү, бирок мында дайыма допинг-контроль кызматынын кызматкеринин коштоосунда жүрүү;
- ❖ мүмкүнчүлүктөрү чектелгөн спортчулар үчүн сынам алуу процедурасын модификациялоону өтүнүү.

## Спортчу катары Сиз милдеттуусуз:

- ❖ допинг-контроль процессинин бүтүндөй аралыгында допинг-контроль кызматынын кызматкеринин көз алдында калуу (кабарлоо учурдан баштап жана допинг-контролго сынамдарды алууну аяктаганга чейин);
- ❖ фотосүрөт менен Сиздин өздүгүңүздү күбөлөндүрүүчү тиешелүү документти берүү;
- ❖ сынам алуу процедураларынын бардык эрежелерин сактоо – сынамды берүү эрежелерин сактабоо же берүүдөн баштартуу допинге карши эрежелерди бузууга алып келиши мүмкүн;
- ❖ Сизге жүйөлүү себептер боюнча кийинчөрээк келүүгө уруксат берилген учурдан тышкары, сынам тапшыруу үчүн допинг-контроль пунктуна токтоосуз келүү.

## Спортчу үчүн маалымат

Эгер Сиз сынам тапшыруу алдында тамактандууну же суюктук ичүүнү чечсөнiz, Сиз муну тобокелдикке салуу менен жасайсыз. Кандай болбосун, Сиз суюктукту ашикча ичүүдөн алыс болушунуз керек, бул зааранын сынамынын суюлуусуна жана салыштырмалуу салмактын талап кылышкан ченемден төмөн түшүп кетүүсүнө алып келиши мүмкүн.

Сиз допинг-контроль үчүн тапшырган сынам допинг-контролдон өтүү жөнүндө кабарлоодон кийинки зааранын биринчи сынамы болушу керек. Сынам тапшырууга чейин чайынмага же дааратканага барууга тыюу салынат.

Сиз төмөндөгү учурларда допинг-контроль пунктuna келүүнүн мөөнөтүн жылдырууга уруксат ала аласыз:

- ↪ сынлоо салтанатына катышуу;
- ↪ пресс-конференцияга, интервьюга катышуу;
- ↪ андан аркы мелдештергө катышуу;
- ↪ жөңил көнүгүүлөрдү откаруу;
- ↪ керектүү медициналык жардамды алуу;
- ↪ өкүлдү жана/же котормочуну издөө;
- ↪ өздүгүн күбөлөндүрүүчү документти издөө;
- ↪ допинг-контролдун Инспектору жүйелүү деп эсептеген башка жагдайлар;
- ↪ машигууну аяктоо (мелдештен тышкаркы тестирлөө учурунда).



## Допинг-контроль үчүн сынам тапшыруу процедурасы

- ❖ Сиз сынамды тапшырууга даяр болгондо, сынам алуу үчүн идиши тандаңыз. Анын таңгагынын бутүндүгүн жана тазалыгын текшериниз.
- ❖ Түздөн-түз сынамды тапшыруу алдында колунузду самыны жок кылдат жуунуз жана кургатыңыз.
- ❖ Идиш бар таңгакты ачыңыз, ички капталдарына тийбей турууп, таңгактан сынамды алуу үчүн идиши гана чыгарыңыз. Капкағын таңгакта калтырыңыз.
- ❖ Сиз 90 млден кем эмес заара бершиңиз керек.





❖ Допинг-контроль кызматынын  
кызматкерине заара чыгаруу процессине  
тоскоолдуксуз көз салуусун камсыздоо  
учун, денени белден сандын ортосуна  
чейин жылаңчатаپ жана жеңди чыканакка  
чейин түрүү керек.

❖ Допинг-контроль кызматынын  
кызматкери – сынамды алуунун күбөсү  
Сиз менен бир жыныстагы адам болушу  
керек.

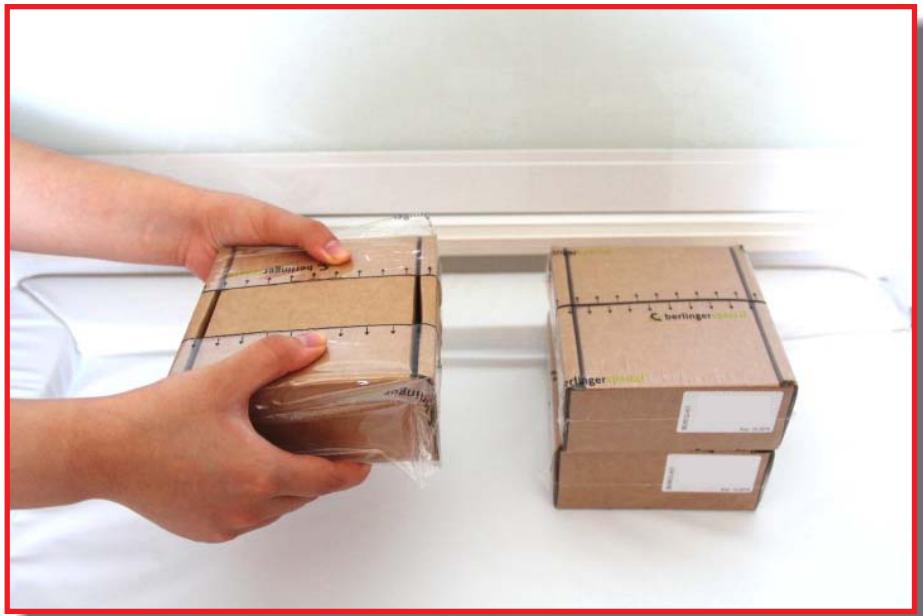
❖ Сынамды бергенден кийин, идишти  
капкагы менен жабуу керек.

❖ Зааранын сынамы бар идиш дайыма  
Сиздин көз алдыңызда жана допинг-  
контроль кызматынын кызматкеринин  
көз алдында болушу керек.





- ❖ А жана В маркалоосу менен флакондорду камтыган, сынамдарды алуу үчүн жабдуу комплектин (контейнер) тандаңыз.
- ❖ Таңгактын бүтүндүгүн текшериңиз жана кутуну ачыңыз.





- ☞ Күтүнүн ичиндегинин баарын чыгарыңыз. А жана В флакондорундагы жана күтүнүн езүндөгү номерлер окшош экенин, флакондор чапталганын жана бөтөн предметтерди жана суюктуктарды камтыбай турганына ишенимдүү болуңуз.
- ☞ Кызыл ана көк тасмаларын тартып, флаконду ачыңыз жана капкағын алыңыз. Флакондордон кызыл пластик шакектерди алып салыңыз.





❖ Идиштөн 30 мл сынамды алгач В флаконуна, андан кийин 60 млден кем эмес А флаконуна куюңуз. Допинг-контролдун Инспектору зааранын салыштырмалуу тыгыздыгын текшере алыши үчүн, идиштө бир аз өлчөмдө заара калтырыңыз.

❖ Капкактарын акыркы чык эткенге чейин айлантып, эки флаконду төң жабыңыз. Флакондор чапталганына жана акпай турганына ишенимдүү болуңуз (аларды түбүн өйдө каратып оодаруу менен). Допинг-контролдун инспектору дагы флакондор бекем жабылганын жана көнтөргөндө акпай турганын текшериши керек.

❖ Ар бир флаконду жабдуу комплектине кирген ташуу үчүн өзүнчө баштыкка салыңыз жана чапталган флакондорду кутуга салып таңгактаңыз.

Көнүл бурунуз! Допинг-контролдун инспекторунун же Сизден башка адамдын сынамды алуу процедурасынын процессинде сынамдар бар флакондорго мөөр басылганга чейин, Сиздин жабдууга кол тийгизүүгө укугу жок. Допинг-контролдун инспектору же Сиздин өкүл Сиздин уруксат менен гана, допинг-контроль процедурасын аяктоого жардам бере алат.





❖ Допинг-контролдун инспектору индикатордук тилкенин же рефрактометрдин жардамы менен зааранын салыштырмалуу тыгыздыгын (салыштырмалуу салмагын) аныктоо үчүн зааранын калдыгына экспресс-тест өткөрөт. Тыгыздыгы индикатордук тилкелерди пайдаланууда 1,010 кем эмес жана рефрактометрди пайдаланууда 1,005 кем эмес болушу керек.



Көңүл бурунуз! Эгер зааранын тыгыздыгы керектүү ченемде дал келбесе, Сиз жакынкы убакыт аралыгында зааранын кошумча сынамын кайра тапшыруунуз керек болот.





❖ Сиз акыркы 7 күн ичинде колдонгон бардык медикаменттерди жана тамак-аш кошулмаларын (витамиnder, тамчыламалар, спрейлер, маздар, өсүмдүк дары каражаттары ж.б.) санаңыз.

❖ Эгер Сизде компетенттүү допингге карши уюм же эл аралык федерация тарабынан берилген, тыюу салынган субстанцияларды терапиялык пайдаланууга уруксат бар болсо, анда допинг-контролдун инспекторуна бул уруксаттын көчүрмөсүн көрсөттүү жана протоколго киргизүү керек.

❖ Сиздин сынамдын допингге карши анализин аяктагандан кийин, Сиз допинг менен күрөшүүнүн жаңы методдорун түзүү максатында Сиздин сынамды анонимдүү илимий изилдөөлөр үчүн андан ары пайдаланууга макулдугуңузду бересизби? Мында лаборатория Сиздин өздүгүнүзду аныктоочу эч кандай маалыматка ээ болбойт.

❖ Эгер Сизде же Сиздин өкулдө допинг-контроль процедурасына байланыштуу комментарийлер бар болсо, Сиз аларды допинг-контроль протоколуна белгилей аласыз.

❖ Допинг-контроль протоколуна киргизилген бардык маалыматты толугу менен текшериңиз, протоколдо көрсөтүлгөн сынамдын номерин сынам бар комплектин номери менен милдеттүү түрдө салыштырып текшериңиз.





❖ Протоколго кол коюу менен Сиз төмөндөгүлөрдү ырастайсыз:

- ✓ Сиз көрсөткөн маалымат туура болуп саналат.
- ✓ жогоруда көрсөтүлгөн эскертуулөрдү эске алуу менен, сынамдарды алуу сынамдарды алуунун белгиленген процедурасына ылайык жүргүзүлгөн.
- ✓ допинг-контролго тиешелүү бардык маалыматтар, бирок лабораториялык жыйынтыктар жана мүмкүн болуучу санкциялар менен чектелбей, Бүкүл дүйнөлүк допингге каршы кодекске ылайык тийиштүү кызматтык адамдарга кабарланышы керек.
- ✓ Сиз ADAMS (Допингге крашы менеджмент жана администрациялоо тутуму) Сиздин сынам жөнүндө маалыматты колдонууга макулдугунузду бересиз.

