

# **ПРОФИЛАКТИКА ПРИМЕНЕНИЯ ДОПИНГОВ В СПОРТЕ**

*Учебно-методическое пособие*

Санкт-Петербург  
2018

**Профилактика применения допингов в спорте:** учебно-методическое пособие / авт.-сост.: Е.А. Митин, С.О. Филиппова, А.Е. Митин. – СПб., 2018. – с.

В учебно-методическом пособии представлены материалы для проведения тренерами просветительской работы со спортсменами.

**ПРОФИЛАКТИКА  
ПРИМЕНЕНИЯ  
ДОПИНГОВ В СПОРТЕ**

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**

## Оглавление

	стр.
Введение.....	5
Раздел 1. История допинга.....	7
Раздел 2. Характеристика допинга.....	15
Раздел 3. Опасность допинга для здоровья спортсменов.....	23
Раздел 4. Использование допинга в спорте.....	33
Раздел 5. Допинговый контроль.....	43
Раздел 6. Борьба с допингом в Российском спорте.....	53
Раздел 7. Профилактика применения допинга.....	63
Раздел 8. Допинг в детском и юношеском спорте.....	71
Раздел 9. Антидопинговая работа с юными спортсменами.....	81
Заключение.....	89

---

---

# Введение

На сегодняшний день применение допинга стало одной из самых актуальных проблем в мировом спортивном движении. Допинговые скандалы происходят на глазах у миллиардов зрителей и наносят невосполнимый ущерб репутации государства и всему спорту.

Если лет двадцать назад с соревнований отправляли единичных атлетов, то сейчас их выгоняют целыми командами. Выход из создавшегося критического положения видится, прежде всего, в изменении общественного мнения в этой сфере. Общество должно изменить свою позицию по отношению к спортсменам и спортивной фармакологии, иначе в этой войне не будет победителей, - проиграют все: и спорт и зрители.

По информации Всемирного антидопингового агентства и Интерпола, нелегальный оборот главного допинга - анаболических стероидов - уже превышает оборот криминального сбыта наркотиков. В. Фетисов акцентирует внимание на том, что «потребителями допингов становятся миллионы людей, причем не только и не столько в спорте. Индустрия пищевых добавок для похудения, всевозможных «волшебных» снадобий для омоложения и восстановления сил, бодибилдинг, фитнес, экстремальные виды спорта, которые так популярны в молодежной среде, - вот далеко не полный перечень огромного рынка для разнообразного допинга. Миллионы потребителей, вдохновленных идеей скорого преображения, рискуют своим здоровьем.

Кроме того, по мнению социальных психологов, модель «допингового поведения», когда человек решает свои спортивные проблемы с помощью шприцев и таблеток, - это прямая дорога к наркотической модели поведения. Недаром особую тревогу в развитых странах вызывает проникновение в молодежный спорт специального вида допинга - легких наркотиков: амфетаминов, марихуаны, галлюциногенов.

Документы, направленные на борьбу с допингом, ратифицированные большинством стран, в том числе и Россией, предусматривают целый ряд обязательных мер: организацию антидопинговых служб, изменение законодательств, борьба с допинг-трафиком.

Одной из важнейших задач в антидопинговой деятельности является разработка и внедрение информационно-образовательных программы, которые нацелены не только на спортсменов, тренеров или врачей, но и на население вообще. То, что на Западе называется программой zero tolerance - нулевой терпимости. Это комплекс специальных программ, которые должны формировать у человека устойчиво-нетерпимое отношение к допингу.

В то же время, как отмечает начальник медицинского центра Континентальной хоккейной Лиги (КХЛ) Николай Дурманов: «Квалифицированных врачей, работающих именно с проблемами допинга, сегодня очень не хватает, но основы антидопинговой грамотности должны преподаваться не только врачам, но и, в первую очередь, учителям физкультуры. Говоря о спортивном допинге, мы в последнюю очередь должны думать об элитарном спорте, а в первую очередь – о детях, которые занимаются спортом и входят в группу риска. Допинги и идеологически, и номенклатурно пересекаются с наркотиками. Это точно такая же социальная проблема, которую нужно решать».

---

---

# 1. История допинга

Допинги - это лекарственные препараты, которые применяются спортсменами для искусственного, принудительного повышения работоспособности в период учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности. В зависимости от вида спорта они могут обладать совершенно различными и даже противоположными фармакологическими действиями: от психостимулирующего до транквилизирующего, от мочегонного до кардиотропного влияния.

По мнению историков, применение допинга спортсменами – это не новость. И отнюдь не современная проблема. Оказывается, еще 300-400 лет назад африканские племена обнаружили, что, если растереть тело экстрактом определенных растений, человек впадает в возбужденное состояние, у него увеличивается работоспособность, притупляется чувство страха. Как свидетельствуют испанские средневековые хроники, широко применяли природные стимуляторы майя и ацтеки - для поднятия боевого духа воинов. Древние японские летописи также упоминают о тайных снабдах, применяемых самураями для победы над врагами.

На Олимпийских играх в Древней Греции допинг уже применялся. Существовали специальные травяные настойки и много чего еще - семена кунжута, некоторые виды психотропных грибов. Римляне очень любили подпаивать, подкармливать гладиаторов для того, чтобы шоу в их исполнении было еще более захватывающим, драматичным.

В средние века норманнские воины «берсер-киеры» одурманивались перед битвой настоем мухомора и некоторых других психотропных грибов, что приводило их в состояние агрессивности и делало нечувствительными к боли и утомлению.

Ко времени первых современных Олимпийских игр, которые состоялись в 1896 году, спортсмены обладали достаточно широким арсеналом средств фармакологической поддержки, от кодеина до стрихнина (в около-смертельных дозах он является мощным стимулятором). Правда, в большинстве случаев атлеты фактически вслепую ставили на себе эксперименты, которые подчас могли для них плачевно закончиться.

Ярчайшим примером использования допинга может служить история американца Томаса Хикса, бегуна-марафонца. На соревнованиях в Сент-Луисе в 1904 году Хикс опередил своих соперников на несколько километров. Не пробежав почти 20 км он потерял сознание. Тренеры влили ему какое-то снадобье, после чего Хикс продолжил гонку. Через несколько километров история повторилась: он снова упал без сознания, ему влили снадобье и он поднялся, снова побежал. В итоге он завершил марафон и получил золотую медаль. Позднее выяснили, что Хикс пил напиток, начиненный стрихнином.

Серия смертей профессиональных спортсменов, зачастую прямо во время состязаний стала непосредственным поводом к объявлению войны допингу.

Очевидными казались и меры борьбы. Допинги той эпохи - фенамин, эфедрин и им подобные - в самом деле были быстродействующими стимуляторами, которые надо было принимать непосредственно перед выступлением. Они не синтезировались в самом организме и могли попасть в него только извне. А потому достаточно было разработать надежный и не слишком болезненный тест на их определение и обязательное обследова-



ние на ответственных стартах. Однако вскоре выяснилось, что многие стимуляторы входят в состав весьма распространенных безрецептурных лекарств - например, тот же эфедрин широко использовался в смесях для ингаляции, применяемых против насморка.

Реальным началом современной эры допинга нужно считать 1935 год, когда был создан инъекционный тестостерон. Сначала используемый нацистскими докторами для повышения агрессивности у солдат, чуть позже он уверенно вошел в спорт вместе с атлетами Германии в 1936 году на Берлинской Олимпиаде, а затем, уже после окончания Второй мировой войны активно использовался при подготовке сборной СССР для участия в Олимпийских играх 1952 года.

Ошеломляющий успех советской сборной стал совершенно неожиданным для соперников. Впрочем, очень скоро выяснилось, что у «волшебного», как поначалу казалось, средства существуют достаточно серьезные побочные эффекты. В ведущих фармакологических лабораториях и институтах начались поиски решения этой проблемы.

Вскоре усилия фармакологов были вознаграждены: уже в 1955 году на рынке появился первый стероид с увеличенными анаболическими свойствами - дианабол. В спортивной практике препарат «дианабол» - первый из серии специально разработанных анаболических стероидов с пониженной андрогенной активностью, был применен американским врачом Джоном Зиглером в 1958 году. С тех пор началась новая эра в использовании допингов - эра анаболических стероидов. Стероиды начали распространяться подобно моровому поветрию.

К началу 1960-х годов, по словам одного игрока в американской футбол, тренеры заполняли дианаболом салатницы и ставили их на стол. Спортсмены горстями брали таблетки и заедали их хлебом. Они называли это «завтрак чемпионов». О том же вспоминают и советские атлеты. Ино-

гда количество таблеток, например ретаболила (препарата, используемого для восстановления организма), зашкаливало за двадцать штук в день, при том, что терапевтическая доза медикамента для восстановления мышц после травм составляет три-четыре таблетки в сутки.

Отсутствие необходимости принимать препарат в соревновательном периоде, и, следовательно, снижение вероятности быть уличенным в приеме допинга, значительный прирост мышечной массы и силы в короткий срок и полная неосведомленность о возможных последствиях приема стероидных гормонов, превратили анаболики в некоронованного короля допинговых средств XX века.

На смену биохимическим «нагайкам и шпорам» (подхлестывавшим организм, но не дававшим ему реальных дополнительных ресурсов) вскоре пришли препараты длительного действия, часто идентичные естественным физиологическим регуляторам - гормонам - или созданные на их основе. Таков, например, модный сегодня эритропоэтин - натуральный гормон, стимулирующий созревание красных кровяных клеток - эритроцитов. Больше гормона - больше эритроцитов, активнее идет перенос кислорода. А это дает заметные преимущества, особенно в «стайерских», требующих выносливости дисциплинах, в которых эритропоэтин обычно и применяется.

Такие допинги, разумеется, куда менее вредны, чем «быстрые» стимуляторы, хотя говорить об их полной безопасности не приходится. Тот же эритропоэтин уже оказался замешан в историю со смертельным исходом: увеличение числа эритроцитов при неизменном объеме крови повышает вязкость последней, а это усиливает нагрузку на сердце (поэтому «правильное» употребление данного допинга включает прием дополнительных препаратов, увеличивающих объем кровяной плазмы, на чем спортсменов-нарушителей часто и ловят).

Допинги нового поколения отличались от предшественников еще и тем, что их было намного труднее обнаружить. Во-первых, искомое вещество заведомо присутствует в любом организме. Судить о том, что часть его привнесена извне или является результатом искусственной стимуляции, можно только по необычно высокой концентрации и нарушению некоторых биохимических пропорций - а у разных людей физиологические показатели различаются очень сильно. Во-вторых, эффект от применения этих препаратов сохраняется и через много дней (а то и недель) после прекращения их приема. Если прекратить принимать стероиды, то по мере вывода из организма их избытка прекратится и рост мышц - однако еще долго мышцы будут оставаться на достигнутом за время приема гормона уровне, исправно показывая высокие результаты. Поскольку сроки крупных соревнований всегда известны заранее, квалифицированный медик может рассчитать курс приема стероидов так, чтобы «окно» (период, когда избытка гормона в организме уже нет, а уменьшение массы мышц еще не началось) приходилось именно на них. А вне соревнований атлета на допинг никто не проверяет.

Тем не менее, к чудесам «большой химии» в то время спортсмены и спортивные врачи относились осторожно - именно в силу их чужеродности в организме, позволявшей сравнительно легко их обнаружить. Куда большее распространение получили сравнительно простые и «естественные» стимуляторы: инсулин (или даже просто глюкоза, вводимая в кровь непосредственно перед стартом или игрой), вытяжка плаценты и даже переливание крови «от себя - себе»: спортсмен заблаговременно сдает определенное количество крови, ее с помощью специальных средств сохраняют в неизменном виде, а прямо перед началом соревнований закачивают обратно «владельцу». А тренеры женских команд нашли еще более изощренное средство улучшить результаты своих подопечных: выяснилось, что на

ранних стадиях беременности физические возможности женщин заметно возрастают. Спортсменкам ставилась задача вовремя забеременеть, выйти на старт на пике формы, а сразу после соревнований сделать аборт.

Неудивительно, что на какое-то время антидопинговые службы мирового спорта оказались беспомощными перед этой лавиной.

После объединения ФРГ и ГДР в единое германское государство в архивах восточно-германской секретной полиции «Штази» обнаружилось данные о многолетнем масштабном использовании допинга спортсменами ГДР. Спортивная история ГДР - это история принудительного допинга. Его последствиями стали тяжелые болезни - бесплодие, цирроз печени, сердечная недостаточность, рак.

Немецкий историк Гизельхер Шпитцер занимается изучением государственной системы принудительного использования допинга в спорте ГДР. В его распоряжении были официальные документы, в которых тщательно фиксировали имена спортсменов, тренеров и врачей, а также дозы препаратов. Документы свидетельствуют, что с начала 70-х годов XX века в ГДР существовала программа по применению насильственного допинга. За ее исполнение отвечал тренерский состав и партийные функционеры. Кроме того, за спортсменами следило более 3000 неофициальных сотрудников «штази». Жертвами программы принудительного использования допинга стали более 15 тысяч спортсменов. Как правило, анаболики и стимулирующие вещества атлеты получали под видом «поддерживающих препаратов».

Как известно, советские спортсмены начали использовать допинг в тренировочном процессе в начале 50-х годов прошлого столетия. Во многом это обуславливалось политическими причинами. Вследствие противостояния двух систем – социалистической и капиталистической – демонстрация преимуществ того или иного строя требовала веских доказательств.

Для достижения цели был выбран самый быстрый и эффективный способ – допинг.

В 1972 году вышел документ «для служебного пользования» озаглавленный «Анаболические стероиды и спортивная работоспособность». В нем приводятся точные описания дозировок анаболических препаратов неробола и ретаболила, которые в сочетании с точно вычисленными сроками воздействия приводят к увеличению мышечной массы, улучшению восстановительных процессов и повышению выносливости организма.

Сегодня в мире ежегодно синтезируются тысячи и тысячи новых препаратов. Большая часть в промышленное производство так и не попадает, как правило, из-за дороговизны либо потенциально негативного воздействия на организм человека. Но в наиболее развитых странах начали возникать лаборатории, занимающиеся синтезом в небольших количествах анаболических стероидов либо отвергнутых фармацевтической промышленностью, либо вновь создаваемых. Цель таких лабораторий - обеспечить потребности ведущих атлетов в наиболее престижных олимпийских видах спорта - легкой атлетике и плаванию.

Оборот американского рынка анаболиков и прогормонов превысил миллиард долларов. Все виды последних в США легально выпускаются под видом пищевых добавок, или «супплементов», и для их покупки не требуется рецепт. 60 - 70% всего синтетического гормона роста и эритропоэтина покупают спортсмены.

Сейчас начинается новый виток гонки: едва контрольные службы нашли более или менее приемлемые ответы на «гормональные» и «кровяные» вызовы, как пошли разговоры о «генетическом допинге».

### Вопросы для закрепления знаний

1. Когда стали использоваться допинги в спорте?
2. Когда в СССР стали использоваться допинги для подготовки спортсменов?
3. Как использовался допинг при подготовке спортсменов ГДР?
4. Когда наступила «эра» анаболических стероидов?
5. Почему ряд лабораторий продолжает научные разработки в области допинга, хотя его применение запрещено?

### Рекомендуемая литература

*Бомбела Ю.* Спорт и допинг // Анаболические стероиды: Ликвидация неграмотности // Железный мир. – Режим доступа: [http://www.steroid.ru/books\\_sport.htm](http://www.steroid.ru/books_sport.htm) (дата обращения: 26.06.2010).

*Жуков Б.* Гонка за тенью // ЕЖ: еженедельный журнал. – 2002. - № 4. – Режим доступа: <http://supernew.ej.ru/004/life/08sport2/index.html> (дата обращения: 20.11.2009).

История допинга // 3 лига России: независимый информационный портал о детско-юношеском и любительском футболе. – Режим доступа: <http://www.3liga.ru/index.php> (дата обращения: 20.11.2009).

История допинга // История развития Олимпийских игр. – Режим доступа: <http://www.olympic-history.ru/?set=content&mc=2> (дата обращения: 07.11.2009).

*Сейфулла Р.Д., Анкудинова И.А.* Допинговый монстр. – М.: Изд-во ВИНТИ, 1996. – 223 с.

*Фрадкин В.* Наперегонки с генным допингом // Deutsche Welle. – Режим доступа: <http://www.dw-world.de/> (дата обращения: 09.07.2010).

*Якимов А.М., Ревзон А.С.* Антидопинговые тезисы от А. Якимова и А. Ревзона // Официальный сайт журнала Лыжный спорт. – Режим доступа: <http://skisport.ru/doc/read.php?id=264> (дата обращения: 12.07.2010).

---

## 2. Характеристика допинга

Название «допинг» происходит от английского слова «dope», что означает «давать наркотик». Согласно определению медицинской комиссии Международного олимпийского комитета, допингом считается введение в организм спортсменов любым путем (в виде уколов, таблеток, при вдыхании и т. д.) фармакологических препаратов, искусственно повышающих работоспособность и спортивный результат. Согласно данному определению, допингом препарат может считаться лишь в том случае, если он сам или продукты его распада могут быть определены в биологических жидкостях организма (кровь, моча) с высокой степенью точности и достоверности.

**В настоящее время к допинговым средствам относятся:**

1. *Стимуляторы* (стимуляторы центральной нервной системы, симпатомиметики, анальгетики, например, амфетамин, эфедрин, фенамин, кофеин, кокаин и др.). Эффект действия стимуляторов схож с эффектом, который получается при действии адреналина. В любом организме всегда существуют предохранители, не позволяющие до конца расходовать заложенные в него резервы. Стимуляторы их убирают, благодаря чему при сверхвысоких нагрузках спортсмен черпает свои силы из «неприкосновенного запаса».

2. **Наркотики** (наркотические анальгетики, например, морфин, алкалоиды-опиаты, промедол, фентанил и др.). К таковым относятся морфин и его химические и фармакологические аналоги, воздействующие на центральную нервную систему и снижающие боль.

3. **Анаболические стероиды** (тестостерон и его производные, метандростенолон, ретаболил, андродиол и многие другие) **и другие гормональные анаболизирующие средства** (соматотропин, гонадо-тропин, эритропоэтин). Химические препараты, вызывающие ускоренный рост мышц и увеличение мышечной силы. В отличие от стимуляторов, которые позволяют использовать неприкосновенный запас сил организма, анаболики увеличивают эти резервы и позволяют спортсмену выдержать нагрузки в несколько раз больше обычных.

4. **Бета-блокаторы** (анапримин (пропранолол), окспренолол, надолол, атенолол и др.). Группа препаратов, действующая на так называемые бета-рецепторы. В результате применения снижается частота сердечных сокращений и вызывается антиаритмический эффект. Бета-блокаторы используются спортсменами для успокоения и снижения тремора в видах спорта, где нужна точная координация, например в стрельбе из лука, пулевой стрельбе, прыжках в воду.

5. **Диуретики** (мочегонные препараты, например, новурит, дихлотиазид, фуросемид (лазикс), клопамид, диакарб, верошпирон и др.). В некоторых видах спорта, в частности, в тяжелой атлетике, боксе, борьбе и других, диуретики используются для быстрой сгонки веса. В бодибилдинге диуретики применяют для улучшения рельефности мышц. Помимо всего, мочегонные препараты применяются часто для того, чтобы снизить концентрацию в моче других запрещенных препаратов. Эта процедура направлена на сокрытие присутствия в организме допингов и потому, естественно, запрещена.



**Кроме того, к допинговым методам относятся:**

1. *Кровяной допинг* (забор крови у спортсмена за определенный срок до соревнований и вливание ее обратно непосредственно перед стартом).

2. *Фармакологические, химические и механические манипуляции с биологическими жидкостями* (маскирующие средства, добавление ароматических соединений в пробы мочи, подмена проб, подавление выделения мочи почками).

Существует также 4 класса соединений, подлежащих ограничениям, даже при их приеме с лечебными целями:

1. Алкоголь (настойки на основе этилового спирта).
2. Марихуана.
3. Средства местной анестезии.
4. Кортико-стероиды.

С точки зрения достигаемого эффекта спортивные допинги можно условно разделить на 2 основные группы:

1. Препараты, применяемые непосредственно в период соревнований для кратковременной стимуляции работоспособности, психического и физического тонуса спортсмена.

2. Препараты, применяемые в течение длительного времени в ходе тренировочного процесса для наращивания мышечной массы и обеспечения адаптации спортсмена к максимальным физическим нагрузкам.

Следует отметить, что среди рассмотренных классов допинга наиболее часто применяются анаболические стероиды. В тяжелой атлетике, пауэрлифтинге, бодибилдинге их применяют около 90 % мужчин и 20 % женщин. В других видах спорта они используются в меньшей степени (78 % - футболисты, 40 % - спринтеры). При этом используемые дозы могут многократно превышать рекомендуемые (5-10 мг) и достигать 300 мг и даже 2 г.

В биохимии под анаболизмом понимают такое течение биохимических реакций, которое способствует синтезу каких-либо соединений - белков, углеводов, жиров и т.д. С химической точки зрения анаболические стероиды - это производные вещества под названием циклопентанпергидрофенатрен, которое является структурной основой мужских половых гормонов. Таким образом, анаболические стероиды это искусственно синтезированные производные мужского полового гормона - тестостерона (в том числе сам тестостерон и его эфиры).

Тестостерон действует на организм человека в двух направлениях: способствует синтезу белков скелетной мускулатуры и частично мускулатуры миокарда, уменьшает содержание жира в теле и изменяет его распределение - это проявление так называемой анаболической активности тестостерона. Также тестостерон способствует развитию мужских половых признаков, как первичных: начальный рост пениса, рост и развитие семенных пузырьков, рост и развитие предстательной железы; так и вторичных: густота и размещение волос на теле и лице, огрубление голоса и некоторых других - это андрогенная активность тестостерона.

Синтетические анаболические стероиды представляют собой вещества с повышенной анаболической активностью и пропорционально сниженной андрогенной активностью. Однако, не существует и не может существовать препаратов анаболических стероидов с нулевой андрогенной активностью. То же самое, и даже в еще большей степени можно сказать о тестостероне и различных его производных (эфирах), а также их смесях. Таким образом, безвредных анаболических стероидов нет. Основными эффектами применения анаболических стероидов в спорте в начальный период их приема, являются следующие: быстрый прирост мышечной массы (при условии достаточного содержания в пище белков, жиров, углеводов, витаминов и микроэлементов), и предотвращение ее падения в период тя-

желых тренировочных нагрузок. Вследствие прироста мышечной массы наблюдается увеличение поперечного сечения мышцы и, следовательно, пропорционально увеличивается физическая сила, увеличивается скорость восстановления после физических нагрузок, повышается объем переносимых тренировочных нагрузок.

Анаболики могут быть в таблетированной форме и в виде препаратов для внутримышечного и подкожного введения.

Следует отметить, что современный допинг — это уже не прямые краткосрочные стимуляторы, а средство повышения резервных возможностей организма. Что делает все более условной границу между ними и разрешенными препаратами.

В зависимости от вида спорта допинги могут обладать совершенно различными и даже противоположными фармакологическими действиями: от психостимулирующего до транквилизирующего, от мочегонного до кардиотропного влияния.

За последние 15 лет выяснено, что в зависимости от видов спорта в различных странах применяются следующие допинги (табл. 1).

В конном спорте используются различные допинги в зависимости от конкретных задач (психостимуляторы, транквилизаторы и другие препараты), поэтому проводится допинговый контроль лошадей.

Последнее время активно обсуждается проблема генного допинга.

Генный допинг в узком смысле этого слова (то есть перенос постороннего генетического материала или чужеродных клеток в организм спортсмена) следует рассматривать как своего рода злоупотребление генной терапией.

Что такое генная терапия? Врач заставляет организм производить кислород. В организм человека внедряется специальный искусственный вирус, который и принесет нужный ген внутрь человека. Ген заработает, и

человек будет производить свой собственный эритропоэтин в больших количествах, и у него будет много кислорода.

Таблица 1

**Использование допингов в родственных видах спорта  
(Р.Д. Сейфулла, 1999)**

Родственные виды спорта	Допинги	Осложнения
1. Скоростно-силовые виды: тяжелая атлетика, метания, культуризм, спринтерские дистанции в легкой атлетике, плавании, конькобежном спорте, лыжных гонках.	Анаболические стероиды, соматотропин, гонадотропин, амфетамины, диуретики и др.	Резкие изменения: обмена веществ, гормонального профиля, маскулинизация у женщин и вирилизация у мужчин.
2. Виды спорта с преимущественным проявлением выносливости, циклические виды спорта: бег, плавание, лыжные гонки, велосипедные гонки, конькобежный спорт (длинные дистанции).	Анаболические стероиды, соматотропин, гонадотропин, кровяной допинг, психостимуляторы и др.	Потеря ориентации и сознания, смертельные исходы, нарушения гормонального статуса и др.
3. Игровые виды: футбол, баскетбол, регби, бейсбол, хоккей с мячом и с шайбой, гольф и др.	Алкоголь, кокаин, героин, амфетамины, марихуана и др.	Летальные исходы, потеря сознания, токсические эффекты.
4. Сложнокоординационные виды спорта: прыжки в высоту, прыжки в воду, фигурное катание, гимнастика, фехтование и др.	Алкоголь, наркотические анальгетики, транквилизаторы, бетаблокаторы и др.	Наркотическая зависимость, алкоголизм и др.
5. Единоборства: все виды борьбы, бокс, восточные единоборства и др.	Наркотические анальгетики, марихуана, алкоголь.	Лекарственная зависимость, наркомания и др.

Способов «посадить человека на ген» сотни, если не тысячи. Укол, таблетка, ингаляция. Можно у человека взять клетки крови, заразить их вирусом и ввести обратно. Более того, это не обязательно вирус. Можно ген ввести с помощью других технологий. Например, есть технология, по-

лучившая название «золотая». Маленькие частички золота нагружаются нужным геном, идет выстрел через кожу и ген попадает в организм человека. Более того, генный допинг можно применять так, что человек даже не поймет, что он был обработан. И в этом случае необходимо говорить о том, что происходит выход за пределы спорта.

Однако это очень сложный метод, поэтому ученые исходят из того, что до его применения в широких масштабах дело еще не дошло, а потому от него пока исходит не столь насущная и явная угроза, как от сравнительно легко доступного препарата GW1516.

Это вещество позволяет реализовать генный допинг в более широком смысле этого слова: оно усиливает так называемую экспрессию, то есть активность генов. В данном конкретном случае это означает вот что: у спортсмена, принимающего GW1516, в клетках мышечной ткани начинает вырабатываться больше ферментов, расщепляющих жиры. Такой эффект мог бы оказаться чрезвычайно полезен пациентам, страдающим тучностью. Именно на них препарат сегодня и испытывается.

В ходе исследований, в основном в опытах на животных, было показано, что благодаря приему препарата выносливость организма растет, причем это повышение выносливости достигает 70 процентов. Ведь так называемый окислительный метаболизм в значительной мере основан на сжигании жировых запасов. Именно этот эффект и определяет выносливость.

Сегодня создаются специальные дизайнерские допинги. Дизайнерские допинги это обычные допинги, но сделанные таким образом, что их трудно поймать. Обычные стероиды, но чуть-чуть измененные, чтобы его невозможно было обнаружить при анализе.

### Вопросы для закрепления знаний

1. Какие фармакологические препараты относят сегодня к допинговым средствам?
2. Что представляют собой допинговые методы, используемые в современном спорте?
3. В чем заключаются особенности использования допингов в зависимости от вида спорта?
4. Что такое анаболические стероиды?
5. Каким образом спортсмен может использовать генный допинг?

### Рекомендуемая литература

Биохимия мышечной деятельности / Н.И. Волков, Э.Н. Несен, А.А. Осипенко, С.Н. Корсун. – М.: Олимпийская литература, 2000. – 502 с.

Биохимия: учебник для институтов физической культуры / под ред. В.В. Меньшикова, Н.И. Волкова. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 384 с.

*Дурманов Н.* Чума XXI века: интервью / В. Козин // Деловой вторник: 12.10.2009. – Режим доступа: <http://www.dvtornik.ru/articles/2009/10/90/2440.html> (7 нояб. 2009).

*Жуков Б.* Гонка за тенью // ЕЖ: еженедельный журнал. – 2002. - № 4. – Режим доступа: <http://supernew.ej.ru/004/life/08sport2/index.html> (дата обращения: 20.11.2009).

*Кулиненко С.* Фармакология спорта: справочник. – Режим доступа: <http://www.bodybuilding.cv.ua/content/view/92/14/> (дата обращения: 15.07.2010).

*Рогозкин В.А.* Биохимическая диагностика в спорте. – Л.: Наука, 1988. – 50 с.

*Сейфулла Р.Д.* Спортивная фармакология: справочник. - М.: ИПК Московская правда, 1999. - 117 с.

*Фрадкин В.* Наперегонки с генным допингом // Deutsche Welle. – Режим доступа: <http://www.dw-world.de/> (дата обращения: 09.07.2010).

---

---

### 3. Опасность допинга для здоровья спортсменов

Иногда можно услышать мнение, что современный высокотехнологичный допинг перестал быть вредным для здоровья. Однако это не так. За все приходится платить, тем более за искусственное завышение порога человеческих возможностей.

Регулярное применение допингов вызывает нарушение функций многих физиологических систем. Многие нарушения проявляются не сразу после использования допингов, а спустя 10-20 лет или в потомстве.

Впервые смертельный случай от применения допинга был зафиксирован в далеком 1886 году, когда английский велогонщик Дэвид Линтон умер на соревнованиях во Франции от употребления чрезмерной дозы кокаина с героином.

В XX веке этот траурный список продолжился.

1912 год - на Олимпийских играх в Стокгольме умер марафонец от передозировки наркотического препарата;

1960 год - во время велогонки умерли велогонщики Кнуд Йенсен и Дик Ховард (употребление амфетаминов);

1967 год - во время велогонки «Тур де Франс» умер от передозировки амфетаминов Томми Симпсон;

1983 год - ватерполист Билли Илвисакер (кокаин);

1986 год - в результате злоупотребления кокаином погиб американский баскетболист Лео Байес;

1987 год - профессиональный футболист Дон Роджерс (также злоупотребление кокаином); многоборец Беджит Дрессел (анаболические стероиды); культурист Дэвид Синг (анаболические стероиды);

Это далеко не полный список жертв допинга, это лишь те случаи, когда врачи смогли установить, что смерть наступила непосредственно от приема стимулятора. Не меньше спортсменов умерло дома, в постели, уже закончив выступления, причем болезнь казалась никак не связанной со спортивной деятельностью.

Так, например, в 1998 году весь спортивный мир потрясла смерть американской бегуньи, олимпийской чемпионки в беге на 100 и 200 метров Флоренс Гриффитс-Джойнер, впрочем, никогда за свою карьеру так на допинге и не попавшейся. Между тем феноменальные рекорды были установлены ничем до этого не выделявшейся американкой в далеком 1988 году, когда на Олимпиаде в Сеуле ей удалось пробежать 100 метров за 10,49 секунд. Подавляющее большинство специалистов считают, что показать такие секунды без дополнительных стимуляторов невозможно. Кроме того, настораживает и то, что о завершении своей карьеры Гриффит-Джойнер объявила сразу же после того, как МОК ужесточил правила прохождения допинг-контроля.

Вредное воздействие на организм спортсмена допингов различных групп выражается в следующем.

Большинство **стимуляторов** обладает побочными эффектами, зависящими от дозы: угнетение дыхания и риск скоростной смерти. Использование стимуляторов может стать причиной того, что со спортсменом в результате неадекватной оценки ситуации может произойти несча-



стный случай. Кроме того, злоупотребление стимуляторами приводит к лекарственной зависимости.

**Наркотики** увеличивают болевой порог настолько, что спортсмену не удастся распознать, насколько серьезна травма. Вызывают очень быстрое привыкание, ведущее к тяжелой зависимости.

**Бета-блокаторы** повышают утомляемость и снижают выносливость.

Побочное вредоносное действие **анаболических стероидов** чрезвычайно разнообразно и опасно. Встречавшиеся ранее в специальной литературе утверждения о безвредном применении анаболических стероидов были основаны на результатах отдельных исследований, проводившихся в течение короткого промежутка времени и оказались неправильными.

Сейчас полностью доказано, что при любом использовании анаболических стероидов, даже в небольших дозах и в течение коротких промежутков времени, следует говорить об абсолютной вредности применения данных препаратов, большей или меньшей. Анаболики всегда причиняют определенный ущерб здоровью атлета. Ряд исследований указывает на возможность, появления, многих негативных последствий через 15-20 лет после окончания приема препаратов.

Характер проявлений побочного действия анаболических стероидов в существенной степени зависит от ряда факторов, среди которых наиболее важными являются: индивидуальная реакция на препарат; половые и возрастные отличия; наличие острых или хронических заболеваний; величина дозы; длительность приема препарата.

Особенно быстро развиваются и оказываются более выраженными отрицательные побочные эффекты приема анаболических стероидов у детей и подростков. Очень велико их негативное влияние на женский организм.

Дозы анаболических стероидов, применяемые в тяжелой атлетике и

атлетической гимнастике, значительно выше терапевтических, т.е. применяемых при лечении некоторых заболеваний (в 10-20 и даже в 40 раз). Многие спортсмены для получения максимального эффекта и уменьшения вероятности выявления при допинг-контроле, используют так называемый «staking» - режим приема анаболических стероидов, который заключается в постепенном изменении дозы препарата и чередовании видов конкретных лекарственных форм на протяжении курса, а также комбинировании анаболических стероидов с препаратами других групп (в первую очередь с тестостероном и диуретиками). Показано, что применение таких схем приема анаболических стероидов может приводить еще более неблагоприятным последствиям, чем при использовании отдельных, препаратов

Влияние длительного приема анаболических стероидов на различные органы и системы организма человека заключаются в следующем.

***Патология печени и желчевыводящих путей.*** В результате проведенных обследований было обнаружено, что до 80 % спортсменов, принимавших анаболические стероиды, страдают нарушениями функций печени. Применение таблетированных форм анаболических стероидов может приводить к нарушению антитоксической и выделительной функций печени и развитию гепатита. Продолжительный прием принимавших анаболических стероидов приводит к закупорке желчных путей, желтухе, причем были отмечены даже смертельные случаи. Имеется значительное число данных, свидетельствующих о возникновении онкологических заболеваний печени при длительном приеме анаболиков. Влияние на мочеполовую систему. У людей, длительно принимавших анаболические стероиды возможно развитие опухолей почек, отложение камней и нарушение процесса образования мочи.

***Влияние на эндокринную систему.*** Анаболические стероиды способствуют развитию нарушений в эндокринной системе, особенно нега-

тивно влияя на углеводный и жировой обмен. Прием тестостерона взрослыми мужчинами снижает секрецию собственного гормона. При длительном приеме анаболических стероидов развивается атрофия яичек, подавление сперматогенеза, снижение количества спермы, «индекса рождаемости», изменение полового чувства и т.д. Причем для восстановления нормального уровня сперматогенеза требуется 6 и более месяцев, а при длительном приеме стероидов, эти изменения могут стать стойкими, и даже необратимыми. У мужчин прием анаболических стероидов может вызвать развитие признаков гинекомастии, т.е. значительного развития тканей молочных желез и сосков, что в тяжелых случаях может потребовать хирургического вмешательства.

У женщин прием даже незначительных доз анаболических стероидов вызывает быстрое развитие явлений вирилизации: огрубление и понижение голоса, рост волос на подбородке и верхней губе, выпадение волос на голове по мужскому типу, уменьшение молочных желез, увеличение клитора, развитие общего гирсутизма (волосатости), атрофия матки, нарушения и прекращение менструального цикла (дисменорея и аменорея), акне, повышение секреции сальных желез, общая мускулинизация.

Нарушения менструального цикла, акне обратимы после отмены приема препаратов анаболических стероидов. Рост волос на лице, облысение, увеличение клитора и изменение голоса - необратимы. Особенно выражено вирилизующее действие анаболических стероидов у девушек и девочек; могут наблюдаться явления псевдогермафродитизма. У женщин прием анаболических стероидов может приводить к бесплодию, у беременных замедляется рост эмбриона и происходит гибель плода.

Столь грозные последствия приема анаболических стероидов на эндокринную систему женщин и девушек объясняется именно андрогенным явлением активности тестостерона, гормона, который в норме присутст-

вует в организме женщин в минимальном количестве, и искусственное повышение концентрации которого в крови приводит к столь обширным нарушениям.

***Нарушения функций щитовидной железы и желудочно-кишечного тракта.*** Показано, что прием анаболических стероидов может способствовать нарушениям функции щитовидной железы, деятельности желудка и кишечника, вызвать желудочно-кишечные кровоизлияния.

***Психические нарушения.*** Употребление анаболических стероидов обязательно сопровождаются снижением половой активности и нарастающими изменениями в психике - с непредсказуемыми колебаниями настроения, повышенной возбудимостью, раздражительностью, появлением агрессивности или развитием депрессии.

Выраженные сдвиги в характере, поведении нередко приводят к серьезным последствиям: разрыву с друзьями, распаду семьи, возникновению предпосылок для совершения негативных и даже опасных в социальном плане действий. По некоторым наблюдениям, полное прекращение приема анаболических стероидов часто сопровождается депрессией, что рассматривается как проявление психической зависимости от анаболиков, аналоговой зависимости от наркотических средств.

***Влияние на сердечно-сосудистую систему.*** Анаболические стероиды вызывают нарушения углеводного и жирового обмена, снижая устойчивость к глюкозе, что сопровождается падением уровня сахара в крови. При использовании таблетированных форм анаболических стероидов увеличивается секреция инсулина, что способствует возникновению диабета. Кроме того, возможно развитие атеросклероза и других заболеваний сердечно-сосудистой системы.

***Побочные эффекты действия анаболических стероидов.*** Прием анаболических стероидов способствует быстрому росту мышечной массы,

значительно опережающей рост и развитие соответствующих сухожилий, связок и других соединительных тканей. Это приводит к разрывам связок при тяжелых физических нагрузках, возникновению воспалительных заболеваний и суставной сумки, развитию дегенерации сухожилий. Понижение вязкости мышечной ткани, вследствие задержки воды и натрия, вызывает уменьшение эластичности мышц (субъективно оцениваемое как «крепатура» или «забитость»), невозможность развивать полноценные мышечные усилия. Все это вызывает предрасположенность к травмам мышц и связочного аппарата во время тренировок и соревнований. После прекращения приема анаболических стероидов наступает фаза снижения иммунологической активности организма, повышенной восприимчивости к болезням.

***Побочные эффекты действия анаболических стероидов у детей и подростков.*** Прием анаболических стероидов подростками может вызвать необратимые изменения: прекращение роста длинных костей, ранее половое созревание, явления вирилизации и гинекомастии.

Что касается **диуретиков**, то в последнее время в связи с расширением участия наших спортсменов в международных соревнованиях, появилась необходимость установления весовых категорий и соответствующего ограничения веса в момент соревнований. В тяжелой атлетике эта проблема известна уже давно и является весьма острой.

Для срочной сгонки веса в соревновательном периоде, некоторые малокомпетентные тренеры и спортсмены рекомендуют принимать диуретики, т.е. мочегонные средства, хотя известно, что они уже давно внесены в список допинговых средств. Кроме того, в спортивной среде бытует мнение, что прием диуретиков способствует усиленному выводу из организма продуктов распада анаболических стероидов и иных лекарств, и тем самым позволяет уменьшить их отрицательные побочные эффекты и сократить

срок отмены препарата перед выступлением.

Следует отметить, что применение мочегонных средств даже в клинике, по лечебным показаниям, требует тщательного лабораторного и врачебного контроля, так как чревато возможными осложнениями. Выводя из организма жидкость вместе с необходимыми для нормального обмена веществ солями (например, калия, требующегося для нормальной работы мышц сердца), диуретики, применяемые без компенсирующей диеты, приводят к развитию сердечной недостаточности. А ее опасность нарастает с ростом физических нагрузок - и в момент наивысших соревновательных усилий, это может привести к острому нарушению сердечной деятельности.

Кроме того, прием диуретиков вызывает повышение содержания сахара в крови, что может вызывать обострение сахарного диабета, расстройства со стороны желудочно-кишечного тракта (с тошнотой, рвотой, поносами), аллергические реакции, развитие кожных заболеваний. Возможно также обострение заболеваний печени, почек, угнетение центральной нервной системы, сопровождающееся сонливостью, вялостью, нарушением чувствительности.

Если попытаться выстроить рейтинг допинговых препаратов по степени их угрозы для здоровья и жизни спортсмена, то получится следующая картина: самыми опасными являются стимуляторы и наркотики (применяемые непосредственно до или во время стартов, они могут вызвать смерть прямо на трассе), на втором месте анаболики и бета-блокаторы (как правило, серьезные последствия употребления этих препаратов «всплывают» через несколько лет после окончания спортивной карьеры) и замыкают список диуретики, которые при разумном использовании практически безвредны.

Сегодня ученые крайне озабочены тем фактом, что широко разрекламированные «магические» свойства препаратов группы генного допинга (таких как GW1516 и AICAR) приведут к быстрому их распространению в спортивном мире. При этом не было проведено достаточных исследований по их влиянию на организм человека. В частности, большую озабоченность вызывает потенциальное воздействие этих веществ на сердечнососудистую систему человека, что может привести к самым катастрофичным последствиям, как инфаркт миокарда.

Дополнительный риск для здоровья существует еще и в том случае, если с веществами и методами применяются еще и инъекции. Нестерильные условия, включая возможность использования одной и той же иглы многократно и разными пациентами, повышают риск передачи инфекционных заболеваний как гепатит и ВИЧ/СПИД.

### **Вопросы для закрепления знаний**

1. В чем выражается вредное воздействие стимуляторов на организм спортсменов?
2. В чем выражается вредное воздействие анаболических стероидов на организм спортсменов?
3. В чем выражается вредное воздействие бета-блокаторов на организм спортсменов?
4. В чем выражается вредное воздействие наркотиков на организм спортсменов?
5. В чем выражается вредное воздействие диуретиков на организм спортсменов?
6. В чем состоит потенциальная опасность для здоровья спортсмена применения генного допинга?

### Рекомендуемая литература

*Дзичковский Е.* Допинг: часто задаваемые вопросы // Спорт-экспресс: газета от 7 апреля 2009 года.

Руководство по предотвращению употребления допинга // Международная федерация волейбола, 2008. – Режим доступа: [uvf.org.ua/ document/doping.doc](http://uvf.org.ua/document/doping.doc) (дата обращения: 07.11.2009).

*Сейфулла Р.Д.* Спортивная фармакология: справочник. - М.: ИПК Московская правда, 1999. - 117 с.

*Дурманов Н.* Чума XXI века: интервью / В. Козин // Деловой вторник: 12.10.2009. – Режим доступа: <http://www.dvtornik.ru/articles/2009/10/90/2440.html> (7 нояб. 2009).

*Проскурина И.К.* Биохимия: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по спец. 033100 «Физическая культура». – М.: Владос, 2003. – 235 с.



---

---

## 4. Использование допинга в спорте

Уровень развития современного спорта, те перегрузки, которые испытывают спортсмены, настолько высоки, что невозможно вообще отказаться от использования лекарственных препаратов. За последние 15-20 лет объем и интенсивность тренировочных и соревновательных нагрузок возросли в 2-3 раза и спортсмены многих видов спорта вплотную подошли к пределу физиологических возможностей организма. При этом витаминная и пищевая неполноценность многих продуктов питания спортсменов, необходимость проведения восстановительных и профилактических мероприятий, приспособление организма к тяжелым физическим и психоэмоциональным нагрузкам, переездам в иные климатические условия и часовые пояса, а также множество иных причин, диктует необходимость применения фармакологических препаратов для обеспечения полноценной спортивной деятельности.

В профессиональном спорте сложилась парадоксальная ситуация: с одной стороны, законы шоу-бизнеса, каковым сейчас стал большой спорт, требуют от спортсменов запредельных, за гранью человеческих возможностей, результатов, с другой - атлетам запрещено принимать средства, которые помогают организму эти сумасшедшие нагрузки выдержать.

Принц Александр де Мерод, ныне покойный председатель медицинской комиссии Международного Олимпийского Комитета писал: «К со-

жалению, причины применения допинга обусловлены самим характером современного спорта, превратившегося в своего рода отрасль экономики. Сегодня победа - не только слава, но и огромные деньги. Миллионы, а то и десятки миллионов, стоящие на кону, кружат голову, и мало кто способен устоять перед этим соблазном.

Поэтому не удивительно, что лозунг победа любой ценой в наши дни многие понимают слишком буквально. Бывает, что даже родители благословляют, а иногда и настойчиво подталкивают своих спортивно одаренных детей на этот путь. Немалый вклад в нездоровую обстановку вносят и спортивные дельцы. Заключив со спортсменом контракт, они в погоне за прибылями сознательно заставляют его принимать химию. Порой спортсмена заставляют выступать, практически, на всех соревнованиях года. Ну а такой график, в принципе, невозможно выдержать без стимуляторов».

С «успехами фармакологии» связывают ряд спортивных достижений: так, скачок мировых рекордов у штангистов-тяжеловесов в 1970-е годы объясняют применением стероидов, а резкое улучшение результатов в беге на длинные дистанции в 1990-е годы — применением эритропоэтина.

По оценкам МОК, допинг применяет как минимум один спортсмен из десяти. Опрос среди спортсменов, проведённый в США, показал, насколько серьёзна эта проблема. На вопрос «Согласитесь ли вы принимать препарат, который через три года сделает вас олимпийским чемпионом, а через десять лет — инвалидом?» 80 процентов опрошенных ответили положительно.

Многие исследователи считают, что спортивные соревнования, в том числе Олимпийские игры, всё больше превращаются в соревнования фармацевтов: одни ищут пути обнаружения допинга, другие соревнуются в создании новых препаратов и разработке схемы их применения, позво-

ляющей получить высокий спортивный результат и скрыть средства его достижения.

Один из ведущих ученых Австралийского института спорта Робин Паризотто, разработавший тест на эритропоэтин (ЕРО), сообщил в интервью агентству AP, что предложил Международному олимпийскому комитету кроме соревновательных проб во время Игр брать у атлетов пробы на ЕРО и до старта Олимпиады в Афинах.

В Сиднее атлетов проверяли на ЕРО, но в ходе олимпийского турнира. В качестве примера Паризотто рассказал, что ни один из 2758 анализов, взятых тогда, в том числе и у олимпийских чемпионов, не дал положительного результата. Но лаборатория Австралийского института спорта попросила 310 спортсменов - участников Игр сдать пробы на ЕРО за 17 дней до начала Олимпийских игр в Сиднее. И у всех них результаты на ЕРО оказались положительными. Конечно, поскольку этот забор проб не имел юридической силы, имена и национальная принадлежность этих 310 спортсменов не разглашаются.

Обнаружение в крови запрещенных препаратов может стоить атлету медали. Поэтому с развитием спорта развивались и методики того, как эти препараты можно скрыть. Вот некоторые из них:

**1. Подмена анализов.** Когда спортсмен сдает анализы мочи, то он должен спустить нижнее белье ниже колен и поднять футболку или кофту таким образом, чтобы врач, принимающий анализы, мог полностью видеть процесс сдачи анализов. Зачем это делается? Можно привести множество примеров из истории спорта, когда спортсмены прятали контейнеры с чистой мочой в гениталии, прямую кишку, одежду, волосы и т.д. Делалось это лишь с одной целью - чтоб потом подменить их во время сдачи анализов. Некоторые даже делали себе хирургические операции, устанавливая себе катетеры, подведенные к контейнеру с чистой мочой... Для того чтобы пре-

дотвратить подобные случаи, правилами Олимпийских игр предусмотрено, что анализ мочи берется у спортсменов сразу после окончания соревнования. Им даже не разрешается принять душ.

**2. Искусственное изменение химического состава анализов.** Под искусственным изменением состава анализов следует понимать умышленное добавление в образец анализа веществ, которые поглощают или допинговые вещества, или делают их незаметными для реагентов. Такой вид обмана допинговой комиссии особенно распространен во время сдачи анализов мочи. Спортсмены смазывают пальцы различными веществами, начиная с обычной извести и кончая сложными химическими соединениями, и во время сдачи анализов якобы случайно пропускают мочу по поверхности пальцев. Перед попаданием в специальный контейнер допинговые вещества, содержащиеся в моче, вступают в реакцию с веществами, которые были нанесены на пальцы, и их становится гораздо труднее выявить.

**3. Гипергидрация или применение мочегонных препаратов.** Употребление жидкости в больших количествах точно так же, как и применение мочегонных препаратов, ускоряют вывод жидкости из организма, разжижая при этом содержание допинга в моче до такой степени, что его практически невозможно выделить. Мочегонные препараты, которые часто применяются людьми с повышенным кровяным давлением, запрещены на соревнованиях, поэтому на их содержание в крови допинговая комиссия обращает особое внимание. Но, несмотря на это, некоторым спортсменам все-таки удается «выйти сухими из воды».

**4. Употребление маскирующих препаратов.** Попадая в кровь, некоторые вещества обладают свойством «закрывать» собой, делать невидимым присутствие других веществ, допинга. Самым известным из таких веществ является эпитестостерон. Это вещество производится лабораторией Bay Laboratory Cooperative. Выявить подобный случай обмана очень труд-

но, поскольку гормон тестостерон присутствует в организме человека всегда. Допинговая комиссия в таких случаях смотрит на количество тестостерона в организме спортсмена, и если оно превышает определенную пропорцию, спортсмен попадает под подозрение, и ему предлагают пройти дополнительные тесты.

Еще одним способом «допинговой борьбы» является *запись спортсменов в «больные»* с последующим официальным разрешением легально принимать допинг. Работает система очень просто. У спортсмена берут анализ. Находят там определенные запрещенные вещества. Затем смотрят медицинскую справку спортсмена со списком разрешенных ему по болезни для приема препаратов, внесенных в список запрещенных. Эти вещества вычитаются из анализа. Если других нет, то тест на допинг - негативный!

Если в Атланте подобных «больных» было еще совсем немного, то в Сиднее одних «астматиков» уже было где-то десятая часть от всех спортсменов. В Солт-Лейк-Сити их уже было больше половины. Люди, которые должны иметь проблемы подняться на второй этаж, выигрывали золотые медали.

Кстати, об «астматиках». Первыми записывать своих спортсменов в «астматики» придумали норвежцы. В Норвегии сейчас практически все лыжники и биатлонисты, включая «великого» Бьерндалена, «астматики». За норвежцами стали «болеть» астмой немцы и представители прочих наций. В результате на Олимпиаде в Солт-Лейк-Сити пресловутая астма стоила россиянам четырех (!) золотых медалей.

Сам спортсмен и его представители обычно отрицают сознательное применение допинга и объясняют положительный допинг-тест употреблением лекарств от болезни или пищевых добавок неизвестного им состава.

За объявлением о положительном результате допинг-теста следует долгое судебное разбирательство.

В то же время, следует отметить, что дисквалификация спортсмена дает значительные преимущества его соперникам, а иногда просто меняет список призеров.

Так, в октябре 2007-го произошёл уникальный случай — знаменитая американская легкоатлетка Мэрион Джонс признала себя виновной в употреблении допинга на олимпийских играх в Сиднее-2000 и была лишена всех медалей — трёх золотых (100 и 200 м, эстафета 4x400 м) и двух бронзовых! В результате в статистике австралийской олимпиады произошла масса изменений, в том числе коснувшихся российских спортсменов: Татьяна Котова в прыжках в длину стала вместо Джонс обладательницей «бронзы», наша женская команда в эстафетном беге 4x400 м вместо «бронзы» получила «серебро», а сборная России по общему количеству медалей вплотную приблизилась к США. Несмотря на пять потерь американцы сохранили первое место.

Таким образом, борьба с допингом открывает и воистину широчайшие перспективы для манипуляций даже там, где допинга нет, его можно «найти». Так специалисты комментируют допинг-тесты российских лыжниц на Олимпиаде:

«Аранесп - это ЭПО, модифицированный таким образом, что эта молекула в несколько раз дольше, чем обычный ЭПО живет в кровотоке. Это достигается путем замены двух аминокислот и создания двух дополнительных сайтов гликозилирования. В результате, аранесп циркулирует в крови 7-10 дней. То есть, в течение 7-10 дней в моче можно обнаружить его следы. А это значит, что положительная проба 21 февраля в принципе не может стоять одиноко среди отрицательных проб 8, 15 и 24 февраля, когда у Лазутиной также брали мочу на ЭПО-анализ».

Для многих болельщиков актуальным является ответ на вопрос «Является ли Россия в настоящее время объектом применения специальных программ?»

Большинство исследователей этой проблемы считают, что международного антироссийского антидопингового лобби не существует. В то же время есть так называемое целевое тестирование, когда антидопинговые службы проверяют не всех подряд, а тех, кого надо проверять. Адресные меры всегда более эффективны, мотивы же могут быть самыми разными: проблемный вид спорта, любая подозрительная информация, медицинское предположение и т.п.

В отдельных видах спорта к России особое внимание, в связи с последними допинговыми скандалами.

Агентство спортивной информации «Весь спорт» на основе данных, опубликованных на официальном сайте Международной ассоциации легкоатлетических федераций (IAAF) сообщило, что в 2008 году российские легкоатлеты сдали больше всех в мире внесоревновательных допинг-тестов (табл. 2).

Всего в рамках программы внесоревновательного контроля IAAF за 2008 год были протестированы 697 спортсменов. На 697 спортсменов приходится 1823 внесоревновательных теста. 106 спортсменов проходили внесоревновательный контроль четыре или пять раз, 46 атлетов - шесть или семь раз, 17 - восемь и более раз. Несколько атлетов, имена которых по этическим соображениям не могут быть названы, сдавали внесоревновательный контроль рекордное число - 14 раз.

Больше всего внесоревновательных проб за 2008 год сдали российские спортсмены - 181 пробу. На втором месте Белоруссия - 148 проб, на третьем Китай - 126 проб.

Таблица 2

**Рейтинг 20 стран, спортсмены которых больше всех проходили  
внесоревновательный допинг-контроль за 2008 год**

<b>№</b>	<b>Страна</b>	<b>количество проб</b>
1.	Россия	181
2.	Белоруссия	148
3.	Китай	126
4.	США	121
5.	Ямайка	101
6.	Марокко	101
7.	Кения	90
8.	Греция	87
9.	Украина	73
10.	Эфиопия	71
11.	Испания	58
12.	Болгария	38
13.	Куба	37
14.	Словакия	35
15.	Румыния	31
16.	Франция	31
17.	Бахрейн	29
18.	Польша	28
19.	Германия	27
20.	Венгрия	27

Употребление допинга в спорте стало таким обыденным явлением, что когда очередной спортсмен попадает на применение запрещенных препаратов, это уже не вызывает большого удивления со стороны общественности.



А ведь первые допинговые казусы буквально повергали в шок миллионы болельщиков. Взять хотя бы историю с Беном Джонсоном, случившуюся в далеком 1988 году в олимпийском Сеуле. Легендарный канадский спринтер, кумир миллионов с имиджем рыцаря легкой атлетики (вспомним ответ Джонсона на агрессивные высказывания его главного конкурента Карла Льюиса перед финальным забегом на 100 метров: «Дорожка нас раскусит»), убедительно выиграл золото и побил мировой рекорд. Но уже на следующее утро разразился мировой скандал из-за известия о его положительной пробе на допинг. В один миг герой превратился в изгоя, был лишен всех регалий и отлучен от спорта. После этого Бен так и не смог вновь подняться на спортивный олимп. Его спортивная карьера свелась к спринтерским забегам наперегонки с автомобилем.

Зачастую обычные люди всерьез обращают внимание на проблему только тогда, когда уличения спортсменов в употреблении допинга приводят к житейским трагедиям. Одна из них произошла с итальянским велогонщиком Марко Пантани по прозвищу Пират. После очередной дисквалификации он вначале подвергся жуткой травле со стороны СМИ и вчерашних поклонников, а потом оказался в ужасающем одиночестве. От него отвернулись даже близкие. Погрузившийся в депрессию Марко покончил жизнь самоубийством. Тут-то, с опозданием, и пришла волна сочувствия.

### **Вопросы для закрепления знаний**

1. Какие спортивные достижения связывают с успехами в области фармакологии?
2. Какими способами в случае проведения допинг-контроля спортсмены скрывают факт приема запрещенных препаратов?

3. Каким образом используются различные медицинские диагнозы для того чтобы получить разрешение на прием лекарств, содержащих запрещенные препараты?

4. Можно ли утверждать, что по отношению к российским спортсменам проводится целевое допинг-тестирование?

5. Насколько опасно для спортивной карьеры уличение спортсмена в приеме допинга?

### Рекомендуемая литература

*Гик Е., Гупало Е.* Спорт и допинг // Наука и жизнь. – 2008. - № 1. – Режим доступа: <http://www.nkj.ru/archive/articles/12676/> (дата обращения: 12.07.2010).

*Жуков Б.* Гонка за тенью // ЕЖ: еженедельный журнал. – 2002. - № 4. – Режим доступа: <http://supernew.ej.ru/004/life/08sport2/index.html> (дата обращения: 20.11.2009).

История допинга // История развития Олимпийских игр. – Режим доступа: <http://www.olympic-history.ru/?set=content&mc=2> (дата обращения: 07.11.2009).

*Сейфулла Р.Д.* Спортивная фармакология: справочник. - М.: ИПК Московская правда, 1999. - 117 с.

*Якимов А.М., Ревзон А.С.* Антидопинговые тезисы от А. Якимова и А. Ревзона // Официальный сайт журнала Лыжный спорт. – Режим доступа: <http://skisport.ru/doc/read.php?id=264> (дата обращения: 12.07.2010).

---

---

## 5. Допинговый контроль

Примерно с середины 50-х годов XX века стимуляторы стали широко применяться в спорте. С одной стороны, результаты резко пошли в гору, с другой - были зарегистрированы десятки случаев, когда атлеты, пользующиеся допингом, умирали прямо на тренировках.

Именно поэтому в 1967 году при Международном Олимпийском комитете была создана медицинская комиссия по проблемам допинга. Возглавил ее наследный принц бельгийского престола Александр де Мерод. Комиссия разработала список запрещенных препаратов. В него вошли две группы: стимуляторы центральной нервной системы и наркотические средства. В Лондоне, а потом и в Германии создали антидопинговые лаборатории.

Впервые допинг-тесты на Олимпийских играх были проведены в Мехико-1968, и тогда выявили только одного спортсмена-нарушителя. Но уже на следующей Олимпиаде — в Мюнхене-1972 в применении запрещенных препаратов были уличены семь спортсменов. А в 80-е годы прошлого века произошла целая серия крупных допинговых скандалов.

На Панамериканских играх в Венесуэле тест, проведенный группой врачей из Германии без предварительного предупреждения, обнаружил 19 спортсменов, употреблявших запрещенные препараты. Ещё примерно столько же отказались и от проверки, и от участия в соревнованиях.

Хуан Антонио Самаранч, теперь уже бывший президент МОК, как-то обмолвился, что самым страшным днем в истории современного олимпийского движения стала дисквалификация рекордсмена мира в беге на 100 метров Бена Джонсона. «Еще один подобный случай, и на олимпийском движении можно будет ставить крест», - заявил Самаранч.

На Играх в Сеуле в 1988 году в пробе Джонсона обнаружили следы станозола - препарата группы анаболиков. Случилось это после того, как он пробежал дистанцию с фантастическим временем - 9,79 сек.

Как выяснилось позже, Джонсон уже много лет принимал станозол и ни разу не был уличен. Но это официально. На самом же деле о том, что он принимает допинг, было известно задолго до сеульской Олимпиады.

Дело в том, что к московским Играм 1980 года советское правительство приобрело ультрасовременное оборудование для антидопингового центра. Оно было одним из лучших в мире. Во многом благодаря этому советским специалистам пять лет спустя удалось на имевшемся оборудовании воспроизвести методику чешского профессора Бернджиха Хунделы, позволявшую выявлять следы станозола.

Однако официально сообщать об этом не стали. И вот в 1986 году в Москве прошли первые в истории Игры доброй воли. Бежал там и Джонсон. Забег он, конечно, выиграл и, искренне полагая, что ни одна лаборатория в мире не определит его увлечение анаболиками, отправился сдавать тест. Но в пробе Джонсона, а потом еще десятка спортсменов были выявлены следы анаболиков. Но никто из них не пострадал. Власти СССР решили не портить праздник, и имена нарушителей обнародованы не были. Джонсон уехал с медалью и потом еще двенадцать раз успешно сдавал допинг-тесты, пока не попался в Сеуле.

Примечательно, что аккредитацию корейского антидопингового центра проводили именно московские специалисты, которые и настроили

местное оборудование на обнаружение станозола. А ведь если бы Бену Джонсону тогда, в 1986 году, сообщили, что у него не все в порядке, он бы срочно принял меры и, может быть, до сих пор считался бы величайшим из великих.

Бурное развитие истории допингового контроля можно определить 1988 годом, сразу же после шумных допинговых скандалов на Олимпийских играх в Сеуле. Вице-президент МОК и одновременно председатель Медицинской комиссии МОК принц Александр де Мерод объявил о создании рабочей группы постоянно действующей Всемирной антидопинговой конференции, основными задачами которой были разработка и принятие Антидопинговой олимпийской хартии как концептуального документа, закладывающего единые основы допинг-контроля спортсменов, участвующих в соревнованиях по олимпийским видам спорта на национальном и международном уровнях.

В 1993 г. на пленарном заседании 3-й Всемирной антидопинговой конференции такой документ был принят и одобрен всеми НОКами (в том числе и ОКР). Среди основных положений этого документа содержались такие:

- определение понятия «допинг в спорте» и перечень допингов;
- унификация регламента тестирования спортсменов на допинг;
- регламент международной аккредитации лабораторий антидопингового контроля (АДК);
- унификация системы санкций в отношении нарушителей Хартии;
- модель построения национальной антидопинговой программы.

В последующие годы под эгидой Медицинской комиссии МОК были предприняты значительные усилия по практической реализации и внедрению основных положений Хартии различными международными и национальными государственными (органами государственного управления

спортом) и общественными (федерациями по видам спорта) организациями в сфере спорта и физической культуры. В ряде стран (Франция, Италия, Канада и некоторые другие) были приняты соответствующие законодательные акты, направленные на борьбу с допингом, а также разработаны национальные антидопинговые программы (Норвегия, Финляндия, Китай и др.).

Однако в силу ряда объективных и субъективных причин принятие Антидопинговой олимпийской хартии не решило основной задачи, поставленной в этом документе, а именно глобализации и унификации всей системы антидопингового контроля в спорте на всех уровнях.

Следующим этапом в процессе глобализации и унификации антидопингового контроля в спорте стало принятие европейским сообществом «Конвенции Европейского Союза по предотвращению применения допинга в спорте» (1995). В течение нескольких лет к Конвенции присоединились все государства ЕС, а также ряд стран, не входивших на тот момент в эту организацию (в том числе и Россия).

Для координации практических шагов по внедрению и реализации положений данного документа на национальном уровне в различных странах при Совете министров ЕС в Страсбурге была создана Группа мониторинга по выполнению Конвенции. Однако ряд причин не позволяют рассматривать этот этап как основу для единых и совместных действий всех государств в области ограничения и предотвращения распространения допингов в спорте.

Во-первых, это региональный (континентальный) уровень распространения Конвенции, а во-вторых, разделение государств, принявших документ как основу своей государственной антидопинговой политики, по отношению к членству в ЕС. Кроме того, весьма сложной задачей оказа-

лась унификация национальных законодательных актов государствами - членами ЕС и странами, не входящими в это международное объединение.

Учитывая трудности и препятствия, с которыми сталкивалось мировое антидопинговое движение, в 1999 г. в Лозанне МОК организовал и провел Всемирную антидопинговую конференцию. Основным результатом этого форума стало создание Всемирного антидопингового агентства (World Antidoping Agency - WADA) как независимого органа, призванного своей деятельностью обеспечить глобализацию и унификацию АДК в спорте на всех уровнях.

В каждой стране существует своя антидопинговая служба, которая по форме может значительно отличаться от подобных зарубежных организаций. В то же время имеется некий набор принципов, которому необходимо соответствовать всем участникам процесса. Он называется Кодекс ВАДА (всемирного антидопингового агентства).

Сами принципы ВАДА могут быть как очень, так и не очень жесткими. Например, список запрещенных средств и сроки дисквалификации едины для всех. Многое другое может творчески различаться.

В 2007 году агентство возглавил австралийский юрист Джон Фейхи. До этого организацией правил ее основатель, канадец Дик Паунд. Именно Паунд настоял на том, чтобы штаб-квартира ВАДА расположилась в Монреале. Вопрос переноса ее в Европу поднимается в настоящее время довольно часто, поскольку большинство стран, вносящих ежегодно в бюджет ВАДА (максимальный взнос - 500 тысяч евро (в том числе и Россия)), находится в Европе.

Аппарат ВАДА насчитывает не более 40 человек. Сборщики допинг-проб в это число не входят. В мире есть две независимые фирмы, чьи люди профессионально занимаются сбором проб в планетарном масштабе, - IDTM и ADC. Обе сертифицированы, именно им делают заказы междуна-

родные федерации и ВАДА. Агенты собирают пробы на местах и развозят их по тем лабораториям, которые укажут заказчики.

Следует отметить, что очень большую часть деятельности ВАДА составляют образовательные программы. Сотрудники агентства уверены, что важнее просвещать спортсменов, чем их наказывать.

В настоящее время создан Всемирный антидопинговый кодекс, единый для всех субъектов спортивного движения, который после обсуждения и внесения соответствующих поправок в три последовательные версии данного документа в феврале 2003 г. в Копенгагене он был утвержден полномочными представителями подавляющей части государств (в том числе и Российской Федерации).

Измененный Всемирный антидопинговый кодекс был утвержден Советом учредителей Всемирного антидопингового агентства 17 ноября 2007 года. Пересмотренный Всемирный антидопинговый кодекс вступил в силу с 1 января 2009 года.

В соответствии с Кодексом ВАДА и Международной Конвенцией о борьбе с допингом в спорте, принятой Генеральной конференцией Организации Объединенных Наций по вопросам образования, науки и культуры 19 октября 2005 года и ратифицированной Российской Федерацией 26 декабря 2006 года, в январе 2008 года в Российской Федерации по инициативе Федерального агентства по физической культуре и спорту создана независимая Национальная Антидопинговая Организация РУСАДА.

Основными целями РУСАДА является защита прав спортсменов участвовать в соревнованиях, свободных от допинга, пропаганда здоровья, справедливости и равенства всех спортсменов.

Задачи РУСАДА:

- разработка национальных антидопинговых правил,



- сотрудничество с ВАДА и национальными антидопинговыми организациями других стран, организация работы группы сбора допинг-проб,
- обучение, аттестация и переаттестация офицеров допинг-контроля,
- организация деятельности комитета по терапевтическому использованию запрещенных субстанций,
- организация деятельности комитета по слушаниям и апелляциям,
- информирование общероссийских спортивных федераций (союзов, ассоциаций) о неблагоприятных результатах анализа проб,
- планирование и реализация образовательных, научных и других антидопинговых программ, направленных на противодействие применению допинга в спорте.

По статистике, ситуация с использованием запрещенных препаратов и методов в российском спорте соответствует средним показателям других развитых спортивных стран.

В России очень многое делается в организации антидопинговой системы. В бюджете Росспорта заложено достаточно средств и на пропаганду чистоты спорта, профилактику применения допинга.

Допинговый контроль осуществляется во всех видах спорта. В обязательном порядке проверяются первые четыре участника из финальной классификации, а другие - по жребию. После соревнования спортсмену вручается уведомление о допинг-контроле службой эскорта допинг-контроля, которая с этого момента держит его в поле зрения и сопровождает его/ее не позже чем через час после соревнования в комнату ожидания, где производится идентификация личности.

Вещи спортсмена также могут быть досмотрены, если есть подозрение, что возможна манипуляция с биопробой. Спортсмен должен выбрать

емкость 75 мл для взятия проб и помочиться на 2/3 в бутылку А и на 1/3 в бутылку В. После этого емкости запечатываются, а оставшаяся моча уничтожается. Представитель допинг-контроля немедленно измеряет рН (он должен быть не менее 5 и не более 7) и удельный вес мочи (1,010 и выше). Если эти данные не удовлетворяют требованиям, то может последовать предложение сдать еще одну пробу. Спортсмен должен сообщить представителю допинг-контроля, какие лекарства применялись в последние три дня.

Пробы А и В помещаются в контейнер для перевозки в лабораторию. Все нарушения, замеченные представителем или спортсменом, фиксируются в протоколе. Чтобы не применялись санкции к спортсмену, он не имеет права отказываться от дачи биопроб на анализ. Далее следует транспортировка. Если в пробе А обнаруживается допинг, то проводят анализ пробы В. Если в пробе В также обнаруживается допинг, то председатель МК МОК собирает совещание комиссии, куда приглашается спортсмен-нарушитель и его представители, а затем результаты анализов направляются президенту МОК, который собирает исполком МОК для обсуждения санкций. Если в пробе В не обнаруживается допинг, то результаты контроля считаются отрицательными. Об этом сообщается представителям НОК.

В 2007 году из более чем семи тысяч допинг-проб на национальном уровне, у спортсменов летних олимпийских видов спорта было взято 4247 допинг-проб. В 2008 году в России было сделано 13700 проб, а в 2014-м планируется взять от 25 до 30 тыс. проб.

Стандартный набор анализов, не включающий определение эритропоэтина, стоит от 150 до 200 евро. Сюда не входят также расходы на забор и транспортировку, речь идет только о самом лабораторном анализе. В

России все пробы оплачивает государство, а в случае внешнего контроля это делают международные федерации или ВАДА.

Ученые разрабатывают методы обнаружения таких препаратов, которые пока не применяются как допинг, но, возможно, будут использованы в этом качестве в ближайшей перспективе. Сами ученые именуют это направление работ превентивными антидопинговыми исследованиями. Борьба с уже замаячившим на горизонте генным допингом сейчас их главная цель.

### Вопросы для закрепления знаний

1. Когда при Международном Олимпийском комитете была создана медицинская комиссия по проблемам допинга, и что послужило причиной ее создания?
2. Какой крупнейший допинг-скандал произошел на Олимпийских играх 1988 года в Сеуле?
3. Когда была принята Антидопинговая олимпийская хартия? Какие задачи должен был решить этот документ?
4. Что такое Всемирное антидопинговое агентство? Какие задачи оно призвано решать? Какими полномочиями обладают его представители?
5. Какие функции осуществляет Национальная Антидопинговая Организация России РУСАДА?
6. Каким образом организуется и проводится допинговый контроль?

### Рекомендуемая литература

*Балахничев В.В., Португалов С.Н.* Научно-методические подходы к созданию национальной концепции антидопингового контроля в России // Теория и практика физической культуры. – 2003. - № 10. – С. 12-16.

Всемирный антидопинговый кодекс 2009: Всемирное антидопинговое агентство. Пер. с англ. И.Е. Гусева, А.А. Деревоедов, Г.М. Родченков / Ред. А.А. Деревоедов. – М.: РУСАДА, 2008. – Режим доступа: [http://www.shooting-ua.com/books/book\\_103.htm](http://www.shooting-ua.com/books/book_103.htm) (дата обращения: 07.11.2009).

*Дзичковский Е.* Допинг: часто задаваемые вопросы // Спорт-экспресс: газета от 7 апреля 2009 года.

Международная конвенция о борьбе с допингом в спорте, 2005 // Бизнес России. – Режим доступа: <http://www.allbusiness.ru> (дата обращения: 07.11.2009).

*Митьков А.* Интервью с В. Фетисовым // Агентство спортивной информации «Весь спорт»: 21.01.2008. – Режим доступа: <http://www.olympians.ru/site.xp> (дата обращения: 07.11.2009).

РУСАДА: За честный и здоровый спорт // Официальный сайт Российского антидопингового агентства. – Режим доступа: <http://www.rusada.ru/> (дата обращения: 07.11.2009).

Стратегический план на 2008-2012 гг. // Восточноевропейская Региональная антидопинговая организация, 2007. – Режим доступа: [www.nada.by/download/06\\_rado\\_strategic\\_plan\\_2008.doc](http://www.nada.by/download/06_rado_strategic_plan_2008.doc) (дата обращения: 07.11.2009).

---

---

## 6. Борьба с допингом в Российском спорте

Сегодня все больше людей в России приходит к пониманию, что борьба с допингом – это борьба за престиж нашей страны, за ее репутацию. Допинговые скандалы с участием российских спортсменов все чаще становятся предметом обсуждения не только журналистов и спортивных чиновников, но также ученых и политиков.

Одним из самых известных стало разбирательство после Игр доброй воли в Брисбене (Австралия, 2001 г.), связанное с применением запрещённого диуретика гимнастками Алиной Кабаевой и Ириной Чащиной. На Олимпиаде в Солт-Лейк-Сити в 2002 году в скандале с эритропоэтином - гормоном, стимулирующим выработку эритроцитов, - оказались замешаны лыжницы Лариса Лазутина и Ольга Данилова. Толкательница ядра Ирина Коржаненко — антигероиня Олимпиады в Афинах-2004 была дисквалифицирована пожизненно, поскольку попала на применении допинга во второй раз. В Турине-2006 в центре допингового скандала оказалась наша биатлонистка Ольга Пылёва, лишённая «серебра».

Группа депутатов из комитета по физической культуре и спорту во главе с вице-спикером палаты Светланой Журовой внесла в Государственную думу РФ законопроект, который вводит понятие «допинг» и направлен на борьбу против его использования в спорте.

В законопроекте «О внесении изменений в федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ» сказано, что под допингом понимаются не только сами запрещенные субстанции и методы, но и действия, которые производятся с ними и с пробами, полученными при допинговом контроле, то есть использование, назначение их спортсмену. Также это распространение, фальсификация допингового контроля, отказ или непредоставление проб и нарушение правила о доступности спортсмена для взятия у него проб.

Депутаты Госдумы также предлагают закрепить правовой статус национальной антидопинговой организации - это некоммерческая организация, которая будет заниматься допинговым контролем в России, его разработкой и обеспечением. В проекте закона отмечается, что в органах управления этой организации должны участвовать представители государства и основных спортивных организаций России.

К полномочиям национальной антидопинговой организации, следует из законопроекта, в частности, отнесены формирование списка спортсменов, подлежащих допинговому контролю, организация взятия биологических проб и их доставка в антидопинговую лабораторию, процесс обработки результатов тестирования, а также разработка образовательных программ, связанных с противодействием использованию допинговых средств и методов в спорте.

Законопроект также обязывает общероссийские спортивные федерации применять санкции - вплоть до дисквалификации в отношении нарушающих антидопинговые правила.

Предлагаемыми изменениями в законодательство также определяются меры по противодействию использованию допинга. В частности, к таким мерам депутаты относят проведение антидопинговой пропаганды в СМИ, установление ответственности за нарушение антидопинговых пра-

вил и за фальсификацию лекарств и пищевых добавок посредством включения допинговых средств в их состав, а также за пропаганду или незаконную рекламу таких препаратов.

По мнению Виталия Мутко Министерство спорта должно участвовать в работе главного органа по антидопинговой борьбе в стране, так как оно является главным финансистом в сфере антидопинга. В 2008 году на деятельность RusADA было выделено 32 млн. рублей, в 2009 году планируется увеличить эту сумму втрое. На оснащение Российской антидопинговой лаборатории в 2008 году переведено 53 млн. рублей, в 2009 году - около 70 млн.

Вторым очень важным моментом является координация в антидопинговой борьбе. На сегодняшний день есть несколько ее составных элементов - RusADA, Российская антидопинговая лаборатория, Антидопинговые комиссии в федерациях по видам спорта, но нет единого связующего центра. Именно этим центром и должно быть Министерство спорта.

Российское антидопинговое агентство (RusADA), Всемирное антидопинговое агентство (WADA) и Антидопинговая организация Норвегии объявили о подписании трехстороннего соглашения, целью которого является консолидация усилий в борьбе с допингом в спорте.

Трехстороннее соглашение было подписано по инициативе WADA, которое заинтересовано в усилении работы в России и обмене опытом между странами. После длительных переговоров российские представители пришли к выводу, что Антидопинговая организация Норвегии по праву считается одной из самых сильных в Европе, и сотрудничество с ней может многое дать такой молодой организации, как RusADA. Соглашение с Антидопинговой организацией Норвегии также имеет важнейшую имиджевую составляющую. Подписав соглашение с крупнейшей антидопинго-

вой организацией Европы, Россия показывает миру, что открыта к сотрудничеству, что борьба с допингом в России на самом деле ведется.

На заседании президиума Совета при Президенте по развитию физкультуры и спорта, спорта высших достижений, подготовке и проведению XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года в Сочи премьер-министр РФ Владимир Путин сказал: «Надо создать все условия, внедрить механизм государственного контроля (за допингом), и действовать надо энергично. Если нужно, давайте обсудим и вопросы, связанные с ужесточением ответственности».

Он добавил, что отечественный спорт всегда развивался в традициях справедливой и честной борьбы: «Так должно быть и впредь, но для этого нужно создать все условия, внедрить соответствующий механизм государственного контроля».

«Вместе с тем, хочу обратить внимание и Национального олимпийского комитета, соответствующих министерств и ведомств, правительство РФ, что при всем при этом мы не имеем право, и не будем перекладывать ответственность только на спортсменов».

Организаторы спорта должны понимать свою собственную ответственность, нужно, чтобы во всех наших структурах, которые занимаются спортом, были созданы современные, эффективные структуры, защищающие интересы национального спорта на международной арене и интересы самих спортсменов», - отметил В. Путин.

«В. Путин поручил Минспорттуризму России осуществлять начиная с 2009 года уплату ежегодного взноса Российской Федерации в Фонд для искоренения допинга в спорте в размере 500 тыс. евро, а также совместно с Минфином России при формировании проекта федерального бюджета на очередной финансовый год и плановый период предусматривать бюджет-



ные ассигнования для уплаты указанного взноса», – говорится в сообщении РИА Новости (от 8 марта 2009 года).

Одним из эффективных путей разворачивания антидопинговой политики является привлечение к этой деятельности известных спортсменов.

24-25 июня 2008 года в Париже под эгидой генерального директора ЮНЕСКО Коитиро Мацууры проходила встреча руководителей организации с президентом Всемирного антидопингового агентства (WADA) Джоном Фейхи, генеральным директором WADA Дэвидом Хоуманом и специально приглашенным для участия в переговорах руководителем Росспорта, членом Совета учредителей и председателем комиссии спортсменов WADA, двукратным олимпийским чемпионом Вячеславом Фетисовым.

В. Фетисов предложил использовать в целях более широкой популяризации принципов и задач антидопинговой борьбы такой важный ресурс, как авторитет «Чемпионов ЮНЕСКО по спорту». Эти почетные звания носят такие знаменитые спортсмены, как украинские боксеры братья Виталий и Владимир Кличко, советский и украинский легкоатлет Сергей Бубка, французский дзюдоист Давид Дуйе, российский хоккеист Вячеслав Фетисов, немецкий автогонщик Михаэль Шумахер, бельгийская теннисистка Жюстин Энен. Прославленные спортсмены, посланники ЮНЕСКО в мире пропагандируют цели организации, среди которых – спорт как источник физического и нравственного здоровья будущих поколений.

Кроме этого, к антидопинговой пропаганде могут привлекаться спортсмены дисквалифицированные за применение допинга, демонстрируя на своем примере всю пагубность применения допинга, неотвратимость наказания. В этом случае федерации по видам спорта готовы оказывать им всяческую поддержку и предоставить всю необходимую помощь.

Чтобы эффективно бороться с применением допинга в спорте, необходимо понять причины использования этих препаратов спортсменами.

Основными причинами допинга в спорте являются непродуманная система оплаты, тренерский карьеризм и особенности организации отечественного спорта, из-за которых спортсмен чувствует себя социально незащищенным.

Следует отметить, что проблема использования допинга в спорте характеризуется чисто человеческими факторами, некоторой моральной составляющей. Именно поэтому в этой борьбе нужны очень жесткие меры. Сейчас активно обсуждается возможность пожизненной дисквалификации за первый же случай нарушения антидопинговых правил. Это может явиться не менее серьезным рычагом, чем возможная уголовная ответственность на национальном уровне.

В то же время обсуждается вопрос и о правовой ответственности за применение допинга. Появление в Кодексе об Административных правонарушениях (КОАП) статьи о допинге, по мнению законодателей, сделает возможными следующие санкции - предупреждение, административный штраф, лишение профессиональной лицензии, в исключительных случаях – арест.

Таким образом, нельзя сказать, что спортивные чиновники, политики, общественность страны не ведут борьбу с допингом. Но ведется эта борьба не достаточно эффективно.

В 2007 году за употребление запрещенных препаратов были дисквалифицированы лыжник Сергей Ширяев, бронзовый призер чемпионата мира 2001 года в метании молота Илья Коновалов, неоднократный призер чемпионатов Европы и мира в плавании Анатолий Поляков и его коллега по команде чемпионка и рекордсменка России Анастасия Иваненко.

Во время чемпионата мира по академической гребле в Мюнхене были дисквалифицированы шесть российских спортсменов (Денис Моисеев, Владимир Варфоломеев, Светлана Федорова, Александр Литвиничев, Ев-

гений Лузянин и Иван Подшивалов). Таким образом, международная федерация гребного спорта за нарушения кодекса ВАДА фактически отправила в отставку отечественную федерацию по этому виду спорта перед Олимпиадой в Пекине.

Рекордным годом по дисквалификации ведущих отечественных легкоатлетов стал год 2008. Их оказалось около двух десятков. Наиболее скандальным стало дело о семи дисквалифицированных легкоатлетках – Елене Соболевой (800 и 1500м), Светланы Черкасовой (800м), Юлии Фоменко (1500м), Дарье Пищальниковой (диск), Ольге Егоровой (5000м), Гульнаре Ханафеевой (молот) и Татьяне Томашовой (1500м), которые обвинялись в подмене допинг-проб.

2009 год также не обошелся без грандиозных допинговых скандалов. За использование допинга в тренировочном процессе были дисквалифицированы несколько ведущих «стреляющих лыжников» - Екатерина Юрьева, Альбина Ахатова и Дмитрий Ярошенко. На ЭПО попались и еще два российских биатлониста: Вероника Тимофеева и Андрей Прокунин, которые были дисквалифицированы СБР (Союз биатлонистов России). В лыжах были пойманы на допинге олимпийские чемпионы Юлия Чепалова и Евгений Дементьев, а также члены сборной команды Наталья Матвеева и Нина Рысина.

В самом факте дисквалификации такого большого количества известных российских спортсменов нет ничего необычного. Спортсмены не роботы, а живые люди. И если они «удачно» раньше использовали в тренировочном процессе допинг, то отказаться от него было непросто.

Так могут ли спортсмены и спортсменки, дисквалифицированные Международным олимпийским комитетом иметь общественную поддержку? Казалось бы, однозначно нет! Но у нас, как и во многом, все несколько по-иному. Вот пример. Перед Олимпиадой в Турине федеральный

телеканал пригласил в студию дисквалифицированную МОКом чемпионку Афин Ирину Коржаненко, сопроводив ее выход на сцену фразой: «Золотую медаль так и не отдала». Телезрителям однозначно дали понять, что спортсменка продолжает считать себя невиновной. Собственно, это косвенно подтвердила и сама Коржаненко, заявив в ходе передачи: «Если бы довелось пройти путь заново, все сделала бы так же». Подавляющее большинство из нас так до сих пор и не узнало, виновата ли в содеянном она сама, или ее подставила несовершенная на тот период отечественная допинг-лаборатория.

Или другой случай. Неподдельное удивление у многих любителей футбола, тренеров и специалистов вызвало приглашение на центральное телевидение для комментирования матчей чемпионата Европы дисквалифицированного футболиста Егора Титова. При этом в воздухе повис вопрос: кто же виноват в том, что Титов попался? Сам он в интервью, данном газете «Советский спорт», сказал: «Мой «убийца» - доктор Щукин». Однако обвиняемый им врач через несколько дней в той же газете заявил: «Правду о деле Титова мы вряд ли когда-нибудь узнаем».

Вообще, сочувствие к употребляющим допинг спортсменам способно навредить им не меньше, чем критика. Так, на Олимпиаде в Солт-Лейк-Сити после дисквалификации наших лыжниц Ларисы Лазутиной и Ольги Даниловой, произведенной в такой момент и таким образом, что наша эстафетная команда, являвшаяся фаворитом при любом раскладе, даже не смогла стартовать, Россию буквально захлестнула волна агрессивного патриотического сочувствия к спортсменкам. На этой волне лыжницы, подстегиваемые честолюбивым адвокатом, попытались добиться пересмотра санкций в международном суде. Итог - увеличение срока дисквалификации.

Очень важно понимать и то, что допинг и спорт влияют на имидж государства, как ничто другое. В то же время, для повышения эффективности борьбы с применением допинга необходима переориентация общественного мнения. В России пока нет: пресса вместо трезвой оценки ситуации искусственно раздувает скандалы, в обществе укоренилось сочувствие к проштрафившимся кумирам, дисквалификация считается огромной несправедливостью.

### **Вопросы для закрепления знаний**

1. Какие меры предпринимают депутаты Государственной Думы в борьбе с применением допинга российскими спортсменами?
2. Каким образом Министерство спорта предполагает участвовать в борьбе с применением допинга в Российском спорте?
3. Какие пути антидопинговой пропаганды предлагаются сегодня спортивными чиновниками, учеными и политиками?
4. Что является причиной применения допинга российскими спортсменами?
5. Имеют ли спортсмены и спортсменки, дисквалифицированные Международным олимпийским комитетом общественную поддержку в нашей стране?

### **Рекомендуемая литература**

Антидопинговая пропаганда // Sports.ru: 12.10.2009. – Режим доступа: <http://www.sports.ru/others/biathlon/38982888.html> (дата обращения: 07.11.2009).

Ивашиов Н. Зачем нам копыто абиссинского осла? // TV-PARK, 2004. – Режим доступа: <http://tv-park.ru/home/mfiles/article/?id=116> (дата обращения: 12.07.2010).

Лобков Д. Допинг: как с осени будут наказывать спортсменов? // Право. ру: 20.07.2009. – Режим доступа: <http://www.pravo.ru/review/view/13691/> (дата обращения 07.11.2009).

О реализации комплекса мер по антидопинговому обеспечению в Российской Федерации: приказ Министерства спорта, туризма и молодежной политики № 544 от 23.07.2009. – Режим доступа: <http://minstm.gov.ru/documents/246/543.shtml> (дата обращения: 07.11.2009).

Об утверждении Порядка разработки и представления общероссийскими спортивными федерациями в Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации программ развития соответствующих видов спорта: приказ Министерства спорта, туризма и молодежной политики РФ № 369 от 08.07.2009. – Режим доступа: <http://sport.minstm.gov.ru/13/586.shtml> (дата обращения: 07.11.2009).

Спортивная политика // Весь спорт: агентство спортивной информации: 26.06.2008. – Режим доступа: <http://www.allsportinfo.ru/index.php?id=15675> (дата обращения: 07.11.2009).

---

---

## 7. Профилактика применения допинга

Большинство исследователей сегодня приходят к выводу, что основная деятельность антидопинговых служб должна быть связана не с мерами наказания, а быть направлена на научные медицинские исследования, разработку препаратов, способных помочь спортсмену справиться с нагрузками, проведение мероприятий этического и информационного характера.

В частности, наибольшие усилия должны быть сконцентрированы на работе по двум основным направлениям: исследовательскому и образовательному. Необходимо создать такие системы подготовки, которые были бы альтернативны допингу, предоставляли спортсмену возможности добиваться высоких результатов, не нанося непоправимого вреда его здоровью, что неизбежно при использовании любых допингов.

Образовательная деятельность со спортсменами, тренерами и медицинскими работниками осуществляется как на базе национальной антидопинговой организации «РУСАДА», так и в других городах России. Повышению эффективности образовательной деятельности служат научные конференции и научно-методические семинары.

Национальная антидопинговая организация «РУСАДА» проводит регулярные образовательные семинары «За честный и здоровый спорт!», ориентированных на различные целевые группы (спортсмены, медицинский персонал спортсменов, тренеры, менеджеры), с целью повышения

уровня осведомленности спортсменов и обслуживающего персонала в вопросах борьбы с допингом и предотвращения использования допинга в спорте.

На семинарах рассматриваются следующие темы:

1. Борьба с допингом в спорте и деятельность Национальной антидопинговой организации «РУСАДА».
2. Тестирование спортсменов. Права и обязанности спортсменов при тестировании.
3. Предоставление информации о местонахождении спортсменов.
4. Запрещенный список. Терапевтическое использование запрещенных веществ и методов.
5. Использование биологически активных добавок в спорте.
6. Ответственность спортсменов и персонала спортсменов. Кодекс ВАДА, Национальные антидопинговые правила и санкции за их нарушение.

Для рассмотрения на семинаре участниками может быть заранее заявлена тема по направлениям деятельности РУСАДА.

Одним из направлений деятельности организаций, занимающихся проблемами борьбы с применением допинга в спорте, является выпуск и распространение различных справочных и методических материалов, призванных оказать помощь в проведении профилактической работы. Они составлены на основании документов, регламентирующих образовательную деятельность по борьбе с допингом в спорте. Вот некоторые из них.

1. **«Опасные последствия употребления допинга: только факты»** - это буклет, выпущенный Всемирным антидопинговым агентством (ВАДА). В издании, адресованном молодым людям 14-18 лет, приведены примеры негативного воздействия запрещенных веществ на организм юного спортсмена.



«Опасные последствия употребления допинга: только факты» рассказывает о том, почему употребление допинга противоречит духу спорта, а также содержит описание рисков, связанных с употреблением пищевых добавок, и приводит примеры негативных последствий, которые может вызвать применение определенных веществ (стероиды, ЕРО, стимуляторы, гормон роста, маскирующие агенты, марихуана и наркотики).

2. *«Руководство по предотвращению употребления допинга»* было подготовлено Международной федерацией волейбола с той целью, чтобы ознакомить тренеров по волейболу и пляжному волейболу с новейшей информацией по предотвращению употребления допинга. Руководство содержит описание важных процедур кодекса WADA, запрещенный список, применение при терапевтическом использовании, процесс допинг-контроля, управление результатами, санкции и апелляции, последствия приема лекарств и добавок игроками на FIVB соревнованиях.

Авторы отмечают, что в современном спортивном мире, очень важно, чтобы тренеры и спортсмены осознавали свою роль и ответственность, возложенную на них. Каждый спортсмен обязан отдавать себе отчет о состоянии своего здоровья. Кроме этого тренеры занимают уникальную и влиятельную позицию, которая основывается на обучении спортсменов под их руководством. Этот процесс обучения должен постоянно напоминать о важности честности выступления спортсмена, чтобы сохранять дух равных соревнований.

Цель разработки данного руководства - вооружить тренеров по волейболу наилучшими знаниями от медицинской комиссии FIVB, WADA и других организаторов.

3. Справочное пособие *«Это важно знать каждому спортсмену»* выпущено в 2008 году под редакцией Е.В. Иконниковой.

В соответствии с правилами Всемирного антидопингового агентства (ВАДА) существенно ужесточается допинг-контроль в спорте. Антидопинговые лаборатории многих стран, включая Россию, проводят перевооружение – закупку нового сверхчувствительного оборудования, которое позволяет обнаруживать допинги через много месяцев после их применения. Кроме того, для выявления допингов, которые применяются в период тренировок, широко используется практика внезапного вне соревновательного контроля.

Большой проблемой современного спорта является применение запрещенных препаратов по медицинским показаниям. Для этих целей нужно оформлять специальную документацию, ошибки в которой могут вызвать санкции по отношению к спортсменам.

По правилам ВАДА спортсмен признается виновным в приеме допинга, даже если он не имел такого намерения, а получил допинг от обслуживающего персонала или вместе с некачественными пищевыми добавками. Поэтому дисциплина в вопросе медицинского обслуживания спортсмена и подбора препаратов по его подготовке является ключевым аспектом.

По всем этим и другим вопросам необходимо консультироваться со специалистами антидопинговых организаций, которые готовы в любой момент оказать помощь спортсменам и медицинскому персоналу.

В справочнике можно найти необходимую информацию о правах и обязанностях спортсмена, о правилах допинг-контроля, о лекарственных препаратах, разрешенных в спорте и многое другое.

4. *«Рекомендации по организации информационно-образовательных программ профилактики применения допинга в спорте»* были разработаны в результате совместной деятельности Совета Европы и Всемирного антидопингового агентства.

Рекомендации содержат практическую информацию и обоснованные подходы к соблюдению принципов и достижению целей, обозначенных в статье 18 «Всемирного антидопингового кодекса» и статье 6 «Конвенции против применения допинга» Совета Европы. Содержание основано на широких консультациях с ведущими заинтересованными сторонами.

Цель Рекомендаций заключается в поддержке разработки, осуществления, распространения и оценки эффективной основной образовательной программы в рамках более широкой программы против применения допинга, которая также направлена на сдерживание и обнаружение. Документ разрабатывался с целью его применения заинтересованными сторонами, которые указали на существующую потребность в информации об основных образовательных элементах, которая бы учитывала имеющиеся финансовые и человеческие ресурсы и/или наличие соответствующего опыта.

В рекомендациях, в частности, указывается, что для эффективного реагирования на все разнообразные вопросы, информационные и образовательные программы должны представлять собой непрерывный процесс, регулируемый долгосрочными стратегическими планами и ежегодными планами действий. Отмечается, что программы гарантируют получение участниками обновленной и точной информации, по крайней мере в отношении списка запрещенных веществ, влияния применения допинга на состояние здоровья, процедуры допинг-контроля, прав и обязанностей спортсменов. Программы должны также способствовать продвижению духа спорта, чтобы создать антидопинговое окружение.

Антидопинговые организации, осуществляющие разработку информационно-образовательной программы, должны гарантированно придерживаться следующей логики и последовательности действий: 1) анализ те-

кущей ситуации; 2) постановка целей и долгосрочный план; 3) ежегодный план действий; 4) разработка и реализация; 5) учет и оценка.

**5. Глобальная антидопинговая база данных «АДАМС».** Все элитные спортсмены мира находятся под надзором ВАДА, данные об их местоположении, передвижении, графики соревнований, тренировок находятся в одной глобальной базе данных, она называется «АДАМС».

«АДАМС» (Anti-Doping Administration & Management System) означает «антидопинговая система управления».

«АДАМС» представляют собой управляемую базу данных, призванную облегчить работу всех заинтересованных сторон и ВАДА в сфере борьбы с допингом. АДАМС – это система сбора, хранения и получения информации, которая поможет спортсменам и антидопинговым организациям выполнять обязательства, возложенные на них в связи с принятием Всемирного антидопингового Кодекса.

«АДАМС» является глобальной базой данных, которая позволит различным организациям эффективно осуществлять обмен информацией в антидопинговой сфере.

«АДАМС» - это эффективный инструмент, упрощающий осуществление различных процедур в сфере борьбы с допингом различными организациями, которые:

- стремятся находить эффективные (как с точки зрения времени, так и финансов) методы для решения повседневных вопросов антидопинговой деятельности;
- желают активно поддерживать глобальную систему обмена информацией;
- хотели бы использовать отдельные модули либо для совершенствования существующих систем, либо в качестве интегрированных решений на основе организационных нужд. Такие модули включают в себя: обра-

ботку результатов тестирований, базы данных по терапевтическим исключениям и по информации о местонахождении спортсменов, допинг контроль и планирование тестирований.

*Примеры вопросов, представленных в базе данных «АДАМС».*

Вопрос № 41.

*Вопрос:* Меня могут подвергнуть тестированию во время соревнований, даже если я не участвую в них.

*Ответ:* Правильно.

*Объяснение:* Если вы заявлены в составе команды, Вы можете быть отобраны для прохождения допинг-контроля независимо от вашего участия в соревнованиях.

Вопрос № 42.

*Вопрос:* Какова цель Всемирного антидопингового кодекса: А. Защищать фундаментальное право спортсменов на спорт свободный от допинга; Б. Пропагандировать здоровье, справедливость и равенство для всех спортсменов; В. Создавать согласованные, скоординированные и эффективные антидопинговые программы на международном уровне. Г. Все перечисленные ответы верны.

*Ответ:* Г. Все перечисленные ответы верны

*Объяснение:* Всемирный антидопингового кодекс представляет собой универсальный документ, на основе которого базируется Всемирная антидопинговая программа.

### Вопросы для закрепления знаний

1. Какая основная функция определена в деятельности антидопинговых служб?
2. Какая организация в нашей стране централизованно занимается антидопинговой образовательной деятельностью с различными группами населения?
3. Какие вопросы обсуждаются на образовательных семинарах, проводимых с врачами команд, тренерами и спортсменами?
4. Какие справочные и методические материалы для проведения антидопинговой работы Вы знаете?
5. Что такое «АДАМС», и какие функции она выполняет?

### Рекомендуемая литература

Антидопинговая пропаганда // sports.ru: 12.10.2009. – Режим доступа: <http://www.sports.ru/others/biathlon/38982888.html> (дата обращения: 07.11.2009).

Глобальная антидопинговая база данных «Адамс». Вопросы и ответы // Спортивно-информационный сайт интернет-проекта «Единая страна». – Режим доступа: [http://www.rezeptспорт.ru/dope/0\\_1.php](http://www.rezeptспорт.ru/dope/0_1.php) (дата обращения 07.11.2009).

Рекомендации по организации информационно-образовательных программ профилактики применения допинга в спорте: версия 4.6: 26.04.05 // Честный спорт: анти-допинговая программа. – Режим доступа: <http://www.anti-doping.ru/publications/rekomendacii-po-organizacii-in/> (дата обращения: 07.11.2009).

РУСАДА: За честный и здоровый спорт // Официальный сайт Российского антидопингового агентства. – Режим доступа: <http://www.rusada.ru/> (дата обращения: 07.11.2009).

Это важно знать каждому спортсмену: справочное пособие / под ред. Е.В. Иконниковой. – М., 2008. – Режим доступа: <http://www.sportinvao.ru> (дата обращения: 27.11.2008).

---

---

## 8. Допинг в детском и юношеском спорте

Возрастание роли спорта в современном обществе привело к тому, что личность спортсмена высокого класса выступает в роли идеала для значительной части молодых людей, поэтому обществу далеко не безразлично, какие ценности несет спорт в лице этой личности.

В то же время многочисленные публикации в периодической и научной печати свидетельствуют об искажении нравственных олимпийских идеалов в спорте: использование допинга, ставшего бичом спорта, нечестное ведение спортивной борьбы, коммерциализация спорта, уход спортсменов в криминальные структуры.

Нарастание негативных тенденций в спорте опасно тем, что они все больше проникают в юношеский и даже в детский спорт.

Необходимость поиска путей противостояния негативным явлениям в спорте, усиления его гуманизирующего действия все отчетливее понимается в обществе, об этом свидетельствуют материалы в периодической печати, а также возникновение различных общественных движений, отстаивающих духовные идеалы спорта.

В то же время, мнения ученых по вопросу гуманизирующей и дегуманизирующей роли спорта в обществе далеко неоднозначны. В центре разногласий ученых стоит вопрос о его влиянии на личность спортсмена.

И если одни исследователи утверждают, что спорт оказывает положительное влияние на личность спортсмена, то другие не согласны с этим. При этом существует несколько точек зрения на причины отрицательного воздействия спорта на личность спортсмена.

Одни видят причину такого положения в соревновательной специфике самого спорта, другие связывают это с правилами соревнований, третьи считают, что главная причина в тех общественных и социальных отношениях, которые преобладают в обществе.

При этом ряд авторов делает акцент на том, что спорту присущи негативные тенденции, другие утверждают, что именно профессионализация современного спорта привела к дегуманизации ряда ценностей, культивируемых в спорте.

Особенно важно решение этой проблемы в настоящее время по отношению к юным спортсменам, так как «омоложение» спорта высшего мастерства привело к тому, что уже в подростковом возрасте спортивная деятельность, становясь ведущей для определенной группы юных спортсменов (учащихся школ Олимпийского резерва, спортивных интернатов, ДСШ профессиональных клубов), во многом определяет формирование их личности.

Допинг в детском спорте тем и опасен, что, несмотря на угрозу для здоровья, молодые спортсмены согласны на любые жертвы ради покорения наивысших ступеней пьедестала. Используя мощнейшие стимуляторы, они стремятся достичь результата, чтобы в итоге оказаться в национальной сборной страны. В то же время, употребляя запрещенные препараты, молодежь практически лишает себя возможности дальнейшего спортивного роста.

В свете рассматриваемого вопроса, необходимо обратить внимание на следующую статистику. В 2006 году Россия на юношеском внутреннем



первенстве по легкой атлетике тестировала 800 юных спортсменов центральных регионов. В итоге допинг-пробы оказались положительными у 18 % из них. Подобная статистика была и в Белоруссии. На международном Конгрессе по борьбе с допингом в Вильнюсе белорусы предоставили цифру 22 %. Вдвойне неприятно, что в допинге уличены не элита, а молодые спортсмены, претендующие на места в национальных сборных командах страны.

Среди спортсменов-детей наиболее распространены анаболические стероиды. Эти препараты форсируют выработку тестостерона в организме и тем самым позволяют быстрее наращивать мышечную массу. Диуретики, которые тоже очень распространены, - это мочегонные средства, которые применяют, чтобы скрыть применение запрещенных препаратов или максимально быстро сбросить вес, что особенно важно, если в виде спорта, которым спортсмен занимается, есть весовые категории. Часто обнаруживаются в пробах каннабиноиды - гашиш, марихуана.

В России спортом занимаются около 20 миллионов россиян, в том числе четыре миллиона детей и подростков. Эксперты отмечают, что статистики, которая отражала бы распространение допинга среди юных спортсменов, в России не ведется.

«Но если судить по развитым странам, ситуация катастрофическая, – говорит Николай Дурманов. – В США, например, до миллиона учеников старшей школы и студентов колледжей регулярно употребляют анаболики. Скорее всего, наши дети ненамного отстают от заокеанских сверстников, и тенденции говорят о том, что это отставание может быть преодолено в самом ближайшем будущем».

За рубежом проблема использования допинга при занятиях спортом среди молодежи стоит не менее остро.

Так, выявлено, что французские школьники нередко применяют за-

прещенные допинговые препараты для улучшения спортивных достижений. Об этом заявили специалисты Регионального управления по делам молодежи и спорта, проанализировавшие результаты опроса 3500 детей, посещавших школы на востоке Франции.

Школьники 11-летнего возраста заполнили анкеты, ответив на вопросы, касающиеся употребления запрещенных препаратов из списка Всемирного антидопингового агентства (WADA), за исключением назначенных по медицинским показаниям, а также табака, алкоголя и марихуаны. Кроме того, дети информировали о своих спортивных занятиях и достижениях, самооценке, уровне тревоги и самочувствии в целом. Повторные анкетирования проводились каждые шесть месяцев в течение четырех лет.

В результате опроса ученые под руководством Патрика Лора (Patrick Laue) выяснили, что 1,2% детей 11-летнего возраста применяли допинговые препараты для стимуляции физической и нервной деятельности, намереваясь улучшить свои спортивные результаты. Среди 15-летних этот показатель увеличился до 3%, причем 62% из них применяли допинг еженедельно, а 24% - ежедневно. 44% детей, применявших допинг, сообщили, что смогли выиграть как минимум одно спортивное соревнование с помощью запрещенных препаратов.

В качестве допинга дети чаще всего использовали такие препараты как сальбутамол (45%), кортикостероиды (10%) и марихуану (6%). Кроме того, применялись и другие стимуляторы, а также анаболики. О побочных эффектах, связанных с употреблением допинга (немотивированная агрессия, изменение голоса, потеря сознания и т.д.), сообщили 4% детей.

Наиболее часто запрещенные препараты применяли мальчики с низкой самооценкой и высоким уровнем тревожности, отводившие на тренировки большее количество времени, информировали ученые.

Подробный отчет о результатах исследования был опубликован в

British Journal of Sports Medicine.

Аналогичную картину выявили и американские исследователи. По их данным, в частности, девушки в США слишком увлекаются стероидами. Речь идет об анаболических стероидах, предназначенных для профессиональных бодибилдеров - причем далеко не в целях построения спортивной карьеры, сообщает Associated Press. Начиная с 9-летнего возраста девочки начинают принимать препараты, чтобы обладать такими же фигурами, как у фотомоделей и звезд кино.

Профессор Чарльз Йесалис (Charles Yesalis) из университета штата Пенсильвания (Pennsylvania State University) отмечает, что с середины 90-х годов прошлого постоянно растет потребление препаратов на основе тестостерона девушками. Причем, по данным других исследований, именно у этих девушек наблюдаются различного рода пищевые нарушения.

В целом до 5 процентов девочек старших классов и 7 процентов девочек средних классов пробуют анаболические стероиды по крайней мере однажды. Некоторые девушки используют препараты по прямому назначению - для достижения определенных спортивных результатов, но все большее количество американок пользуются стероидами просто как средством поддержания тонуса.

Между тем, неконтролируемое использование девочками стероидов по совету знакомых или по информации, полученной из Интернета, может приводить к тяжелым последствиям - нарушения полового созревания, сбой менструального цикла, проблемы с кожей и волосами, депрессия, паранойя, приступы немотивированной агрессии.

Данные получены по результатам ежегодного исследования опасного поведения подростков, которое спонсируется федеральным правительством и осуществляется специалистами ряда американских университетов. По мнению руководителя программы профессора Ллойда Джонстона (Lloyd

Johnston) из Мичиганского университета (University of Michigan), по опасности для здоровья девочек-подростков подобное поведение можно сравнить только с педофилией.

За последнее время доля молодежи, занимающейся физической культурой и спортом, значительно увеличилась, одновременно участились случаи применения допинговых средств в детском и молодежном спорте.

Выборочный антидопинговый контроль, проведенный в некоторых клубных командах города Москвы, показал, что большое количество спортсменов, в том числе молодых, регулярно применяют допинговые вещества. Проблема использования запрещенных веществ особенно остра среди категорий спортсменов, в отношении которых не проводится допинг-контроль.

Примерно третью часть от общего числа допинговых средств составляют наркотические и психотропные вещества, что напрямую связано с проблемой наркомании.

В России, как отмечают многие исследователи данной проблемы, при подготовке спортсменов в учреждениях дополнительного спортивного образования проблеме антидопингового контроля пока не уделяется должного внимания.

Потому что, по сути, в России антидопинговые программы среди юных спортсменов действуют только в Москве. В Центре инновационных спортивных технологий Москомспорта создана вся инфраструктура для постоянного и качественного проведения антидопингового образования и контроля.

На территории олимпийского спорткомплекса «Лужники» открылась лаборатория по обнаружению запрещенных веществ в организме спортсменов. В этой лаборатории проводятся исследования проб, взятых у учащихся спортивных образовательных учреждений, с целью выявления

и профилактики применения запрещенных веществ. Москва первой из регионов России разработала и приступила к реализации комплексной антидопинговой программы.

Работа по организации допинг-контроля в стране разворачивает Национальная антидопинговая организация РУСАДА. Эта организация участвовала в проведении допинг-контроля на зимней и летней Спартакиадах учащихся России в 2009 году. Регулярно проводится тестирование на детско-юношеских соревнованиях по тем видам спорта, где риск применения допинга особенно высок.

На IV летней спартакиаде под контроль попали 11 видов. Спортсменов из академической гребли и гребли на байдарках и каноэ тестировали в Ростове-на-Дону. Остальные пробы брали в столице спартакиады Пензе - там в поле внимания сотрудников РУСАДА попали легкая атлетика, велоспорт (шоссе, трек, BMX), бокс, триатлон, плавание, тяжелая атлетика. Кроме того, проводились тесты на соревнованиях по конному спорту. Всего было взято более 240 проб. Тестировали только тех, кто попал в призовую тройку, спортсменов отбирали посредством жеребьевки. Основная цель контроля - предупреждение использования запрещенных препаратов.

Юных спортсменов проверяют в соответствии с Международным стандартом для тестирования ВАДА так же, как и взрослых спортсменов. Единственное дополнение к процедуре - обязательное присутствие совершеннолетнего представителя несовершеннолетнего спортсмена. Если же он отказывается от присутствия своего представителя при проведении процедуры сбора проб, то этот факт обязательно заносят в протокол допинг-контроля, хотя результаты тестирования при этом не считаются действительными.

Пробы детей-спортсменов исследуют полностью на все группы запрещенных веществ. В соответствии с международными правилами - в ла-

боратории не поступает никаких данных о спортсменах, в том числе и информация о возрасте сдавшего пробу.

В Сингапуре, столице первых в истории летних юношеских Олимпийских игр – 2010 года, прошел антидопинговый семинар, в котором приняли участие представители Сингапурского НОК и Оргкомитета Игр-2010 приняли участие представители Всемирного антидопингового агентства (WADA).

Главным событием семинара, помимо принятия принципов антидопингового контроля, стало решение о количестве спортсменов, которые пройдут процедуру допинг-контроля на юношеской Олимпиаде. Их будет очень большое количество – сопоставимое с взрослыми Играми: пробы будут взяты у 1300 из 3000 участвующих спортсменов.

Спортивные врачи, тренеры и сами спортсмены недостаточно осведомлены в вопросах допустимости использования тех или иных препаратов, проводится недостаточное количество профилактических мероприятий. До недавнего времени существовали также проблемы с обеспечением спортсменов качественными биологически активными добавками, средствами восстановления и повышения работоспособности.

В уставе ВАДА и основных программных документах, как подчеркнул ответственный секретарь антидопинговой комиссии Госкомспорта России Тимур Абсалямов, большое внимание уделяется информационной и образовательной работе со спортсменами. Причем не только с элитой спорта, но и с юными спортсменами и их родителями. Это приведет к созданию определенного информационного фона, когда употребление запрещенных препаратов будет расцениваться как свидетельство дурного тона.

Для того, чтобы родители юных спортсменов помогали в антидопинговой пропаганде необходимо их первоначальное просвещение, а иногда и коррекционная работ. В интервью Первому каналу руководитель медицин-

ских программ Континентальной хоккейной Лиги и Федерации тенниса России Петр Лидов отметил, что бывают случаи, когда «мамы и папы говорят о том, чтобы их ребенок принимал допинг, потому что они хотят видеть свое чадо на вершине пьедестала уже в 10 лет».

Сегодня назрела необходимость в срочных мерах по противодействию распространения допинга в спорте, особенно в детском и молодежном. В первую очередь необходимо разрабатывать и внедрять антидопинговые информационно-образовательные программы.

### Вопросы для закрепления знаний

1. В чем выражается опасность применения допинга в детском и юношеском спорте?
2. Какие допинги пользуются наибольшей популярностью у подростков и молодежи, занимающихся спортом?
3. Существует ли проблема применения допингов юными спортсменами в зарубежных странах?
4. Каким образом проводится проверка юных спортсменов на употребление допинговых препаратов?
5. Каким образом можно привлекать к профилактике применения допинга юными спортсменами их родителей?

### Рекомендуемая литература

*Аверин В.* Как на здоровье влияет допинг?: репортаж // Первый канал: прямой эфир от 06.05.2009. – Режим доступа: <http://www.1tv.ru/news/other/143173> (20 нояб. 2009).

Антидопинговый контроль в спортивных школах // Проблемы допинга в спорте. – Режим доступа: <http://problemydopinga.blogspot.com/> (дата обращения: 07.11.2009).

Антидопинговый семинар в Сингапуре // Образование, спорт и менеджмент, 2009. – Режим доступа: <http://www.sportmanagement.ru/education.php?id=3861> (дата обращения: 27.11.2009).

*Бурская З.* Борьба с допингом начинается в младших классах: интервью с В. Синевым // Новая газета № 89 от 17 августа 2009 года.

*Попов В.* Когда спортсмен перегружен – жди травмы // Федерация футбола Украины, 2002. – Режим доступа: <http://old.ffu.org.ua/news/find.ua.phtml?20020920.01.ua> (дата обращения: 20.11.2009).

*Рогалева Л.Н.* Влияние спорта и установок тренера на личность юного спортсмена: дис. ... канд. психол. наук. – М., 1999. – 145 с.

*Хатнюк И.* Не допинг, а витамины... // Красная звезда от 19.12.2003.



---

---

## 9. Антидопинговая работа с юными спортсменами

Образовательная антидопинговая деятельность среди юных спортсменов проводится во всех странах мира различными организациями. В частности, антидопинговые образовательные программы реализуются на всех юношеских турнирах под эгидой европейского футбольного союза, а также на чемпионатах Европы среди молодежи. Эта программа вступила в действие в 2005 году в ходе финальной стадии чемпионата Европы среди юношей до 19 лет. Цель программы - рассказать молодым спортсменам об опасностях, связанных с применением допинга, и помочь им избежать всевозможных допинговых ловушек. В результате карьера и здоровье каждого молодого футболиста будут защищены. В работе используются видеоматериалы, в которых такие легенды футбола, как Франк Райкаард, Паоло Мальдини и Петер Шмейхель предупреждали об опасности допинга. На этом видео президент УЕФА Мишель Platини заявил: «Не принимайте допинг, ведь он не сделает вас более хорошим игроком».

Следует отметить, что сегодня в России активно ведется работа по созданию антидопинговых образовательных программ. Российских ученых можно считать лидерами в мировом сообществе по продвижению антидопинговых программ за пределы большого спорта. Прежде всего, в школы.

В разных регионах России принимаются усилия по организации образовательной деятельности, направленной на профилактику применения допинга, в первую очередь среди юных спортсменов.

Эту деятельность проводят различные организации: Национальная антидопинговая организация РУСАДА, Федеральная служба России по контролю за оборотом наркотиков, а также непосредственно сотрудники детско-юношеских спортивных школ.

Семинары проводятся и на крупных юношеских соревнованиях в форме беседы. При работе с детьми применяется доступная для их понимания форма подачи материала с активным использованием фактов, цифр, жизненных примеров из разных видов спорта.

Когда семинар проводился в зале, то используются презентации, что позволяет более эффективно донести до детей и подростков материал.

В конце семинара участники отвечают на вопросы анкеты для усвоения полученного материала:

1. Что такое допинг и почему он запрещен?
2. Что такое Запрещенный список и для чего он нужен?
3. Влияние допинга на здоровье и спортивное будущее спортсмена (рассмотрение запрещенных в спорте веществ и методов, последствия их использования)
4. Опасность марихуаны и наркотиков
5. Ответственность спортсменов
6. Как сказать нет допингу

Также рассматриваются различные ситуации, чтобы подсказать спортсменам правильные модели поведения.

Сотрудники РУСАДА считают, что при работе с детьми важно делать акцент на этические принципы, повышение значимости честного спорта, уважение соперника; отойти от принципа «победа любой ценой».

Проведением разъяснительных бесед со спортсменами по проблемам применения допинга занимаются и сотрудники службы наркотконтроля России. По договорённости со спортивными чиновниками в ближайшее время будут продолжены мероприятия такой направленности. Одним из них станет участие полицейских в семинаре-совещании спортивных тренеров.

В ходе антидопинговых мероприятий специалисты по профилактике употребления наркотических веществ проводят с воспитанниками детско-юношеских спортивных школ ряд профилактических бесед. Помимо информации общепрофилактического характера, специалисты читают цикл лекций о применении допинга, прежде всего анаболических стероидов, которые наносят серьёзный ущерб здоровью. У ряда потребителей стероиды могут даже вызывать психическую зависимость.

Также проводятся встречи и с руководителями спортивных федераций. Специалисты информируют об ответственности за незаконные операции с сильнодействующими препаратами, куда относятся и вещества, входящие в состав допингов.

В целях борьбы с допингом во всех его проявлениях, пропаганды честной спортивной борьбы, заботы о здоровье занимающихся спортом Общероссийской общественной организацией «Всероссийское объединение представителей спортивных школ» разработан и реализуется проект «Образовательная деятельность по основам организации профилактики допинга среди занимающихся в образовательных учреждениях спортивной направленности».

Реализация проекта предполагает организацию повышения квалификации спортивно-педагогических работников ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ, УОР по основам организации профилактической деятельности

среди занимающихся в образовательных учреждениях спортивной направленности.

*Основные цели, задачи проекта:*

- обучение руководителей, методистов, тренеров-преподавателей ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ, УОР основам профилактической работы по применению допинга спортсменами;
- обучение руководителей, методистов, тренеров-преподавателей ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ, УОР современным принципам применения фармакологических средств, основам антидопинговой политики в спорте;
- пропаганда средств физкультурно-спортивной деятельности в профилактике наркомании и допинга в спорте, увеличение числа детей, подростков и молодежи, ведущих активный досуг и здоровый образ жизни.

В Москве реализуется комплексная антидопинговая программа «Честный спорт», разработанная в соответствии со стандартами и требованиями Всемирного антидопингового агентства и ЮНЕСКО.

Эта программа предусматривает реализацию информационно-образовательного проекта профилактики использования допинга спортсменами, тестирование учащихся образовательных учреждений на предмет наличия в организме запрещенных веществ, издание информационно-справочных материалов, организацию телефонной справочной службы «Внимание, допинг!», создание специализированного интернет-сайта, проведение разных исследований.

Разработчик Программы: Государственное учреждение города Москвы «Центр инновационных спортивных технологий» Департамента физической культуры и спорта города Москвы (ГУ «ЦСТ Москомспорта»).

Программа «Честный спорт» является основой для разработки других программ (как комплексных, так и парциальных), направленных на организацию профилактики применения допинга в спорте.

*Цель Программы* – создание единой городской системы противодействия распространению допинга среди московских спортсменов всех возрастных категорий.

*Задачи Программы:*

- проведение социологических исследований для мониторинга положения с допингом в спорте;
- разработка и реализация информационно-образовательных проектов;
- организация и проведение антидопингового контроля на всех уровнях подготовки спортсменов;
- разработка системы эффективного применения продуктов функционального спортивного питания, недопинговых средств восстановления и повышения работоспособности спортсменов;
- аттестация спортивных врачей системы Москомспорта на знание антидопинговых правил и процедур

*Перечень основных мероприятий:*

- 1) разработка и реализация информационно-образовательной программы профилактики использования допинга среди спортсменов города Москвы;
- 2) издание информационно-образовательных и справочных материалов;
- 3) создание и запуск справочной службы по антидопингу «Внимание, допинг!»;
- 4) проведение социологических исследований московских спортсменов;
- 5) разработка системы эффективного применения продуктов функционального спортивного питания и недопинговых средств восстановления и повышения работоспособности спортсменов;

- б) организация и проведение допинг-контроля спортсменов г. Москвы при методическом руководстве ФГУП «Антидопинговый центр»;
- 7) подготовка инспекторов допинг-контроля;
- 8) организация и проведение семинаров для спортивных врачей, тренеров и массажистов спортивных учреждений, подведомственных Москомспорту;
- 9) проведение аттестации спортивных врачей системы Москомспорта на знание антидопинговых правил и процедур;
- 10) участие в национальных и международных конференциях по борьбе с допингом в спорте;
- 11) установление и развитие сотрудничества с региональными антидопинговыми организациями зарубежных стран.

Следует отметить, что осведомленность как юных, так и взрослых спортсменов в вопросах применения допинга крайне низкая. Поэтому «РУСАДА» занимается подготовкой программ, ориентированных на спортсменов 8-12 лет и 12-16 лет. В нее входят распространение антидопинговой литературы для детей и подростков, наглядных пособий, антидопинговые уроки, викторины, конкурсы.

Сегодня рассматриваются различные альтернативы допингу. С недавнего времени в России обратили внимание на нейролингвистическое программирование (НЛП) которое с успехом используется в таких странах как США, Австралия, Германия для решения проблем спортсмена, для улучшения его результативности именно методами данного направления психологии. В арсенале НЛП существуют гипнотические техники, позволяющие ориентировать спортсмена на отказ от приема допинга. Они несколько отличаются от аутогенных тренировок или классического гипноза.

Прием допинга спортсменом (например легкоатлетом) являясь поведенческим актом оказывает влияние на его психофизиологическое состоя-

ние и способности (он быстрее бежит, стартует лучше и его сильные соперники не вызывают состояния «мандража», мешающего выступать эффективно, как это бывало раньше), а так же изменяет некоторые убеждения (если я принял допинг, то я могу выиграть, у меня все получится). При этом, внутреннее «разрешение» на прием допинга обусловлено реализацией целей (если я выиграю эти соревнования, то я поеду на олимпийские игры) и ценностей спортсмена (мне важно уважение моего тренера и я хочу самореализоваться в спорте), а иногда (особенно в спорте высших достижений) существует связь с уровнем личностного своеобразия (я - чемпион) и даже сверхцели (чтобы Россия процветала).

Специалистами группы «НЛП в спорте» при лаборатории психологии ВНИИФК была разработана схема системного подхода к решению проблемы использования допингов спортсменами с помощью методов НЛП, учитывающая вышеуказанные психологические особенности. Основная идея или концепция замещения допингов психологическим воздействием НЛП, заключается в особенностях воздействия техник НЛП на бессознательную сферу человека. Использование НЛП-подходов в замещении допингов может оказаться очень перспективным методом, т.к. психологические инструменты нейролингвистического программирования способны активировать глубинные психофизиологические ресурсы бессознательной сферы.

### **Вопросы для закрепления знаний**

1. Какие антидопинговые образовательные программы для юных спортсменов реализуются в зарубежных странах?
2. В чем особенности антидопинговых образовательных мероприятий, проводимых с юными спортсменами?

3. Каким образом к антидопинговой работе привлекаются сотрудники наркоконтроля?
4. В чем основная идея программы «Честный спорт»?
5. Какие альтернативные допингу средства предлагаются учеными сегодня для улучшения спортивных результатов?

### Рекомендуемая литература

*Вингурт В.* Допинг – это преднаркотик: интервью с Н. Дурмановым // Газета от 21 февраля 2007 года.

*Грецов А.Г.* Методика антидопинговой работы с молодыми спортсменами: метод. Рекомендации. – СПб.: СПбНИИФК, 2010. – 48 с.

Информационно-разъяснительные беседы в спортивных школах // Управление Федеральной службы России по контролю за оборотом наркотиков по Ивановской области, 2009. – Режим доступа: <http://www.fskn.gov.ru/90603a.shtml> (дата обращения: 27.11.2009).

Основы организации профилактической деятельности среди занимающихся в образовательных учреждениях спортивной направленности: примерная программа по профилактике допинга для занимающихся в группах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства в ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ, УОР / под общей ред. С.П. Евсеева. – СПб.: СПбНИИФК, 2007. – Вып. 3. – 16 с.

РУСАДА: За честный и здоровый спорт // Официальный сайт Российского антидопингового агентства. – Режим доступа: <http://www.rusada.ru/> (7 нояб. 2009).

Честный спорт: Московская комплексная анти-допинговая программа // Центр инновационных спортивных технологий Москомспорта. – Режим доступа: <http://www.anti-doping.ru/publications/moskovskaa-kompleksnaa-anti-do/> (7 нояб. 2009).

*Шашурин П.И.* Нейролингвистическое программирование как инструмент замещения допингов // Рудиковские чтения: матер. Междунар. науч. конф. - М., 2004. - С. 119-122.



---

---

## Заключение

С каждым днем антидопинговая пропаганда набирает силу. Однако ей противостоит индустрия, в которой вращаются миллиарды долларов: индустрия боди-имиджа. Она призывает: принимай допинг, чтобы нарастить мышцы, принимай допинг, чтобы похудеть, быть быстрее, сильнее, активнее. Это же касается и большого спорта.

Сегодня в разных регионах принимаются усилия по организации образовательной деятельности, направленной на профилактику применения допинга. В соответствии с положениями Международной конвенции ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте, Всемирного антидопингового Кодекса, международными стандартами организации антидопинговой деятельности разработана Московская комплексная антидопинговая программа «Честный спорт». Активную просветительскую деятельность среди спортсменов, тренеров и спортивных врачей ведет Национальная антидопинговая организация «РУСАДА».

В то же время, для повышения эффективности проводимой работы очень важна переориентация общественного мнения. Но в России пока это происходит очень медленно: пресса вместо трезвой оценки ситуации искусственно раздувает скандалы, в обществе укоренилось сочувствие к проштрафившимся кумирам, дисквалификация считается огромной несправедливостью.

В этой связи, необходима разработка и внедрение образовательных программ, нацеленных на различные слои населения, в первую очередь, *школьников и студенческую молодежь*. Именно они в ближайшем будущем будут определять менталитет России.

Перспективным представляется направление работы с юными спортсменами. Наиболее активные занимающиеся в ДЮСШ, СДЮШОР, ДЮКФП должны быть подготовлены к *волонтерской работе* со сверстниками, особенно с теми, кто склонен к экспериментированию с психоактивными веществами.

Огромную роль в предупреждении применения допинга юными спортсменами должна принадлежать родителям. Для того, чтобы родители юных спортсменов помогали в антидопинговой пропаганде необходимо их первоначальное просвещение, а иногда и коррекционная работ. Таким образом, одним из перспективных направлений деятельности можно считать *разработку образовательных программ для родителей юных спортсменов*. В связи с трудностями по организации предоставления родителям информации, должна быть определена система мероприятий по реализации разработанных образовательных программ.

Для того, чтобы разработанные образовательные программы были реализованы, необходима *подготовка педагогов*, способных квалифицированно выполнять эту работу.

В то же время, само по себе наличие программных и методических материалов не позволит полностью решить проблему формирования zero tolerance - нулевой терпимости к допингу. Как показали последние исследования, проблемы такого плана наиболее эффективно могут быть решены при помощи современного научно-методического обеспечения реализации образовательных программ.

**ПРОФИЛАКТИКА  
ПРИМЕНЕНИЯ  
ДОПИНГОВ В СПОРТЕ**

**ХРЕСТОМАТИЯ**

## Содержание

	стр.
<i>Бомбела Ю.</i> Спорт и допинг. . . . .	93
<i>Сейфулла Р.Д.</i> Спортивная фармакология. . . . .	101
Побочные эффекты, связанные с применением веществ, отнесенных к допингу. . . . .	115
<i>Лобков Д.</i> Допинг: как с осени будут наказывать спортсменов? . . . . .	121
<i>Балахничев В.В., Португалов С.Н.</i> Научно-методические подходы к созданию национальной концепции антидопингового контроля в России. . . . .	125
<i>Леднев В.</i> Проблема применения допинга в спорте. . . . .	137
<i>Дзичковский Е.</i> Допинг: часто задаваемые вопросы. . . . .	142
<i>Якимов А., Ревзон А.</i> Антидопинговые тезисы. . . . .	157
Документы, регламентирующие образовательную деятельность по профилактике применения допинга в спорте. . . . .	163
<i>Митин А.Е., Филиппова С.О.</i> Перспективные направления образовательной деятельности с различными группами населения по профилактике применения допинга в спорте. . .	173
Московская комплексная анти-допинговая программа «Честный спорт». . . . .	177
<i>Шашурин П.И.</i> Нейролингвистическое программирование как инструмент замещения допингов. . . . .	184
<i>Дурманов Н.</i> Чума XXI века: разговор на чистоту. . . . .	189

**Ю. Бомбела**

## **СПОРТ И ДОПИНГ**

*«Спорт и допинг» является второй частью книги «Анаболические стероиды: Ликвидация Неграмотности». Ее автор - Юрий Бомбела - специалист по спортивной фармакологии, главный редактор журнала «Железный мир». Ему принадлежат статьи, посвященные спортивной медицине и травматологии, диетологии и спортивному питанию, теории и методике тренинга в силовых видах спорта.*

Спортсмен не может надеяться на победу в крупных международных соревнованиях, если он не использует анаболические стероиды.

*Чарлз Фрэнсис, тренер Бена Джонсона*

Спорт и допинг, допинг и спорт - в последнее время эти два понятия стали неразделимыми. Впрочем, почему только в последнее время смею утверждать, что допинг в спорте был всегда. Более того, со всей ответственностью заявляю, что допинг в спорте будет всегда. Этих двоих уже никому не разделить. Тогда к чему же эта борьба с допингом, эта искусно раздуваемая истерия, это пламя, в котором гибнут единицы и которое не затрагивает подавляющее большинство? Для того, чтобы ответить на этот Допрос, попытаемся задаться другим ВОПРОСОМ: «Кому это выгодно?» Всегда, когда пытаешься докопаться до сути проблемы, попробуй прежде подумать: «Кому выгодно ее создавать?» Так мы и поступим, будем искать тех, кому борьба с «ветряными мельницами» приносит наибольшую выгоду. Но для начала – краткая история допинга в спорте.

## Краткая история допинга в спорте

История допинга в спорте берет свое начало задолго до создания анаболических стероидов. Не будем касаться мифических атлетов древности, участвовавших в не менее мифических «древнегреческих» Олимпийских играх, а рассмотрим только документальные свидетельства.

Первый документальный случай использования допинга относится к далекому 1865 году, тогда стимуляторы были использованы голландскими пловцами. К концу 19 столетия относятся и факты употребления допинговых средств велосипедистами из различных стран: диапазон этих средств простирался от кофеина до вина, обогащенного кокаином. Первые Олимпийские игры современности, прошедшие в 1896 году, не стали исключением в допинговой эпопее - спортсменами-олимпийцами использовался весьма широкий арсенал «химии», включающий кодеин и весьма эффективный в сублетальных дозах как стимулятор стрихнин. На Олимпиаде 1904 года был чудом возвращен к жизни американский марафонец Томас Хикс, после того, как влил в себя для стимуляции смесь бренди с кокаином и стрихнином. Надо сказать, зелье получилось действительно отменным - бегун победил, но почти что ценой своей жизни. Но все это было «баловством». Настоящая эра допинга в спорте началась именно с созданием в 1935 году синтетического тестостерона. Тому нет документальных свидетельств, но считается, что своим неожиданным успехом на Олимпийских играх 1936 года в Берлине спортсмены нацистской Германии обязаны именно этому препарату.

История повторилась, как две капли воды, на Олимпиаде 1952 года в Хельсинки: здесь уже советские спортсмены, впервые принимавшие участие в Олимпийских играх, добились совершенно неожиданного и ошеломляющего успеха. Надо сказать, что в нашем бывшем Отечестве умело использовали знания и опыт пленных немецких специалистов, и область спорта не была исключением. Опять же, документального подтверждения использования тестостерона советскими атлетами не существует, но шприцы, выметаемые в достаточно больших количествах из комнат, в которых проживала команда СССР, говорят сами за себя. Американцы, естественно, столь звонкой пощечины от тогда уже врага номер один за просто так снести не могли, и начали собственные исследования в области созда-

ния андрогенных препаратов, благо и у них пленных немецких специалистов хватало. Использование тестостерона пошло полным ходом, однако вскоре специалисты в США обратили внимание на то, что тестостерон является идеальным допингом далеко не для всех спортсменов, атлеты тех видов спорта, где во главу угла ставится безукоризненная техника либо выносливость, были от него далеко не в восторге.

Далеко не в восторге от нового препарата, если не сказать больше, оказались и спортсменки, в один, далеко не радостный день, вдруг обнаруживавшие у себя целый букет вторичных половых признаков, характерных для мужчин. На повестку дня встал вопрос о создании новых допинговых препаратов, по силе сравнимых с тестостероном, но лишенных его отрицательных черт. Последовательно были созданы нандролон, норэтандролон, оксандролон, оксиметолон и, конечно же, всеми любимым метандросте-лон. Последний практически произвел революцию в спорте, дело доходило до того, что в традиционную овсянку на завтрак атлеты бросали горсть таблеток «метана» - называлось это «завтрак для чемпионов». После того, как производство метандростенолона было налажено в огромных количествах в СССР, этот препарат стал основой подготовки отечественных атлетов. В ГДР - помните, была когда-то и такая страна - пошли своим путем и создали оригинальный препарат под названием оралтуринабол. Вообще, спортивных специалистов их Восточной Германии можно было назвать новаторами в деле применения допинга - по уровню его применения спортсмены ГДР не знали себе равных. Но и это были лишь цветочки.

Настоящая пандемия допинга в спорте началась в году 1968-м. По иронии судьбы именно к этому времени относится и введение допинг-контроля. В 1967 году Антидопинговый комитет возглавил принц Александр де Мерод. Будучи человеком в высшей степени честным, но при этом безудержно наивным, новый глава комитета решил объявить решительную войну любому допингу. По инициативе Александра де Мерода на Олимпийских Играх вводился принудительный допинг-контроль. Был сформирован список запрещенных препаратов, куда вошли и анаболические стероиды.

Все сборные всех стран мира дружно проигнорировали объявленную войну - Игры 1968 года стали самыми «стероидными» за всю историю. И - самыми зрелищными, подарившими миру массу незабываемых достижений. Для «борцов с допингом» дело по началу осложнялось еще и тем, что

не было аппаратуры, способной точно определять наличие метаболитов того или иного вещества в моче, а без точного определения далеко не уедешь - результаты допинг-теста могут быть легко опротестованы. Да и денег в достаточном количестве у них тогда еще не было. Как ни странно, но деньги вскоре нашлись - основным «спонсором» антидопинговых агентств стали... США. Вы спросите - почему? Очень просто - у США тогда была методика детектирования метандростенолона, составлявшего, как вы уже помните, основу подготовки различных сборных СССР. Сборные же команды США, в особенности по плаванию и легкой атлетике, готовились на станозололе - анаболическом стероиде, обнаружить который тогда считалось невозможным.

Тем временем, соцлагерь тоже не стоял на месте. К 1985 году относится создание надежной методики, позволявшей определять наличие в моче спортсменов метаболитов станозолола. Впервые эта методика была опробована на Олимпийских играх 1988 года в Сеуле - она была «подарена» организаторам советской стороной. Но вышло так, что секрет советских специалистов помог не им, а их вечным соперникам в борьбе за олимпийские «драгметаллы» - американцам. По сути, единственным, кто крупно пострадал от новой методики, был канадец Бен Джонсон. Именно его сход с дистанции открыл путь к едва ли не самому престижному олимпийскому «золоту» - в беге на 100 метров у мужчин - американской «легенде» Карлу Льюису. Льюис и до, и после того скандала на каждом углу заявлял о своей безукоризненной «чистоте» в плане допинга, не забывая при этом поливать своего основного оппонента потоками грязи. Он ничем не рисковал - в США о подготовке ведущих легкоатлетов «на станозололе» к тому времени начали потихоньку забывать.

Уже после такого патетического заявления врачи в анти-допинговых лабораториях обратили внимание на один очень интересный факт: в моче практически всех победителей и призеров в легкой атлетике и плавании были обнаружены метаболиты одного и того же вещества. Им оказался геннабол - анаболический стероид, синтезированный еще в 1984 году, но в промышленное производство по ряду причин так и не запущенный, а потому и ускользнувший от бдительного ока «борцов за чистоту спорта».

В мире ежегодно синтезируются тысячи и тысячи новых препаратов, и анаболические стероиды здесь не исключение. Большая часть в промышленное производство так и не попадает, как правило, из-за дороговизны



либо потенциально негативного воздействия на организм человека. Но что такое деньги, если речь идет о престиже страны! И в наиболее развитых странах начали возникать лаборатории, занимающиеся синтезом в небольших количествах анаболических стероидов либо отвергнутых фармацевтической промышленностью, либо вновь создаваемых. Цель таких лабораторий - обеспечить потребности ведущих атлетов в наиболее престижных олимпийских видах спорта - легкой атлетике и плаванию. Насколько мне известно, эти лаборатории в Германии и Великобритании даже финансируются государством. В начале-середине 70-х годов 20 века в ГДР проводились первые опыты с гормоном роста, тогда получаемым из гипофиза трупов. Позднее, когда соматотропин научились синтезировать, он прочно вошел в практику подготовки спортсменов. Затем начались опыты с инсулином, позднее - с инсулиноподобным фактором роста (ИФР-1). Все эти виды допинга и до сих пор обнаружить практически невозможно. На повестке дня создание генетического допинга - весьма дорогостоящего, но обнаружить который будет невозможно даже теоретически.

Не стоит на месте и методика сокрытия применения допинга. Обнаруживаются среди существующих препаратов и вновь создаются «экраны», позволяющие скрыть от бдительного ока хроматомаксспектрометров метаболиты известных анаболических стероидов. И на все это идут деньги, деньги и деньги. Миллионы и миллионы долларов. Естественно, их расходует только тот, кто может себе это позволить.

### **Враг №1 - анаболические стероиды**

Маленькое отступление. Интересно, что в начале 60-х годов прошлого века метандростенолон врачи прописывали просто для поднятия тонуса - даже женщинам! Журналы по бодибилдингу того времени пестрели рекомендациями по применению тех или иных фармакологических препаратов - ну точь-в-точь так же, как сейчас происходит с различными добавками вроде креатина или глютамина. Применение допинга в спорте не считалось чем-то аморальным, неэтичным оно стало лишь после запрета ряда препаратов. Интересный факт - атлет считается «натуралом», если он принимает не запрещенный фармакологический препарат. Как только этот препарат попадает под запрет, спортсмен моментально из разряда «натура-

лов» переводится в разряд «химиков». Забавный подход, вы не находите?! Но вернемся к нашим «баранам». К началу-середине 80-х борьба с допингом в спорте превратилась из крестового похода энтузиастов-одиночек в весьма выгодный бизнес, в котором были заняты многие тысячи людей. Эти специалисты получали и получают до сих пор весьма немалые зарплаты — кто же добровольно освободит место «под солнцем»?

Ну а созданное в начале нынешнего века Всемирное антидопинговое агентство (ВАДА) пошло еще дальше, беззастенчиво облагая данью различные федерации и Национальные Олимпийские комитеты (кстати, самым крупным «спонсором» ВАДА является НОК все тех же США) и угрожая им отлучением от Олимпийских игр в случае непослушания. Учитывая тот факт, что у ВАДА нет ни своих лабораторий, ни своих специалистов, совершенно непонятно, куда идут средства от этого узаконенного рэкета. Точнее, понятно куда... Опять же возвратимся в середину восьмидесятых. Как-то само собой получилось так, что из всего разнообразия допинговых препаратов очень быстро были выделены андрогены и анаболические стероиды, и основные усилия «радетелей за чистоту спорта» были направлены на борьбу именно с ними. В 1984 году на прилавках книжных магазинов США появилось творение некоего Боба Голдмена «Смерть в раздевалке». Передергивания, извращения фактов, домыслы - в этой книге было все, кроме правды. Да правда-то и не была нужна - автор выполнял определенный социальный заказ.

Почему так вышло? Почему, в общем-то, безобидные препараты были объявлены таким «вселенским злом»? Немалую роль здесь сыграло желание производителей спортивного питания выбить с рынка неодолимого доселе конкурента - ведь и ежу понятно, что никакие спортивные пищевые добавки не смогут никогда служить полноценной заменой весьма действенным фармакологическим препаратам. Зерна этого желания легли в благодатный грунт - нашлись в США конгрессмены и сенаторы, желающие сделать на борьбе с таким ужасным «монстром» капитал. Если и не финансовый (что тоже не исключалось), то уж, во всяком случае, политический. Результат известен - сначала в США, а затем и в ряде других стран были приняты законы, фактически ставящие анаболические стероиды в один ряд с... наркотическими веществами! Таким образом, из легального оборота эти зачастую весьма полезные лекарственные препараты были попросту изъяты.

### Что такое «Фейр плей»?

Борцами с допингом приводится, как правило, два аргумента в пользу правоты своего дела: первый - допинг оказывает негативное влияние на здоровье спортсменов, и второй - применение допинга нарушает правила ведения честной борьбы, так называемое правило «фейр плей». Давайте слегка «пройдемся» по этим двум пунктам. Пункт первый - здоровье спортсменов. Интересно, что под запрет попадают не просто безвредные методики, а зачастую и полезные для здоровья, взять хотя бы тот же «кровенный допинг». Что касается анаболических стероидов, то они до некоторой степени ослабляют негативное влияние огромных тренировочных нагрузок на организм спортсмена. А то, что эти нагрузки без применения восстанавливающих фармакологических средств могут приводить, а иногда и приводят, к смерти спортсменов, особенно молодых, факт. Да и, скажите на милость, может ли стероид - «модификант», который не прошел клинические испытания, быть более безвредным, чем хорошо на практике зарекомендовавший себя препарат? А ведь запрещая общедоступные анаболические стероиды «борцы с допингом» толкают спортсменов на испытания на себе неизвестных препаратов. Пункт второй - честная борьба. Скажите, о какой честной борьбе может идти речь, когда одни спортсмены по финансовым соображениям просто не имеют возможности использовать те препараты, которые безнаказанно используют другие?! Неужели кто-то всерьез думает, что никем никогда не пойманные чемпионы готовятся без допинга? Да нет же - им просто немереные средства, выделяемые государством либо спонсорами, позволяют его скрывать. В итоге спортсмены из высокоразвитых стран ставятся в гораздо более выгодное положение по сравнению с атлетами тех государств, которые не могут себе позволить тратить на создание недетектируемых допинговых средств дополнительные деньги. В число последних попадают и страны постсоветского пространства, и государства Восточной Европы, не говоря уже о странах Африки. И все это называется «честной игрой»? Позвольте, что же тогда «игра нечестная»?!

### Так кому это выгодно?

В первую очередь - США, именно эта страна фактически держит на «финансовом крючке» антидопинговые комитеты, зачастую попросту диктуя им, кого ловить на допинге, а на кого закрывать глаза. Да и другим промышленно развитым странам тоже, ведь они могут себе позволить тратить на Олимпийский спорт (в профессиональном спорте борьба с допингом если и присутствует, то только для того, чтобы на время вывести из игры некоторых неудобных спортсменов) многие миллионы долларов, создавая все новые и новые не определяемые с помощью допинг-тестов препараты и методы ухода от допинг-контроля. А это ставит их в заведомо более выгодное положение по сравнению с конкурентами.

Выгодно это и тем, кто сделал допинг-контроль своим бизнесом. Им наплевать, по большому счету, на интересы спорта - своя рубашка ближе к телу, а деньги, как известно, не пахнут. Обидно только, что при этом ломаются судьбы ни в чем не повинных людей - спортсменов, врачей и тренеров. Одно ясно: ни спортсменам и их тренерам, особенно из стран, не блещущих, скажем так, экономическими показателями развития, ни нам с вами - рядовым зрителям, жаждущим посмотреть настоящую борьбу, а не жалкую ее имитацию либо безоговорочное доминирование одного атлета над остальными - это не выгодно.

*Бомбела Ю.* Спорт и допинг // Анаболические стероиды: Ликвидация Неграмотности // Железный мир. – Режим доступа: [http://www.steroid.ru/books\\_sport.htm](http://www.steroid.ru/books_sport.htm) (дата обращения: 26.06.2010).

**Р.Д. Сейфулла**

## **СПОРТИВНАЯ ФАРМАКОЛОГИЯ**

*Автор справочника «Спортивная фармакология» - заведующий отделом биологически активных веществ Всероссийского научно-исследовательского института физической культуры, доктор медицинских наук, профессор Р. Д. Сейфулла.*

*Впервые в международной практике спортивным фармакологом написан справочник, в котором освещены пути повышения адаптации к физической нагрузке спортсменов при помощи лекарственных веществ, биологически активных добавок к пище и специализированного питания. Справочник является продолжением развития альтернативной, антидопинговой фармакологии спорта.*

*Р.Д. Сейфулла, будучи президентом Отделения информатизации фармакологии Международной академии информатизации ООН, знакомит читателя с новейшими достижениями отечественной спортивной фармакологии.*

*Далее приводятся выдержки из разделов «Введение», «Виды спорта и допинги», «Факторы, лимитирующие спортивную работоспособность», «Процедура допингового контроля и возможные подтасовки биопроб», «Острые отравления допингами».*

### **Введение**

Отечественная педагогическая и медико-биологическая система подготовки спортсменов заслуженно считается лучшей в мире, основные принципы которой используются во многих странах в учебно-тренировочном процессе и соревновательной деятельности. Проблема совершенствования спортсменов экстракласса, а также тенденции развития спорта высших достижений ставит медико-биологическое и фармакологическое обеспечение в ряд важнейших задач спортивной медицины вообще и фармакологии в частности...

Начинающему, да и опытному спортивному врачу, не так просто разобраться в хитросплетениях проблемы применения лекарств в спорте. Возникает ряд принципиальных вопросов. Что можно, а что нельзя? Если можно, то кому, что, когда и как?..

## **...2. Виды спорта и допинги**

Все виды физической деятельности подразделяются по интенсивности нагрузок на очень высокие, высокие, средней и низкой интенсивности. Это соответствует уровню спортивной квалификации спортсменов экстра-класса (олимпийских чемпионов и чемпионов мира), мастеров спорта международного класса, мастеров спорта, разрядников, лиц, занимающихся физической культурой, не занимающихся физической культурой и занимающихся лечебной физкультурой с целью реабилитации тех или иных функций при помощи заданной двигательной активности. Естественно, что и требования к этим лицам, их подготовленность, питание и фармакологическое обеспечение будут совершенно различными. Однако, все они имеют пределы своих возможностей, которые ограничивают физическую работоспособность человека. Следует иметь в виду, что эти факторы, лимитирующие работоспособность, зависят от вида физической деятельности, которая может быть подразделена в соответствии с классификациями видов спорта на пять основных групп:

1. *Циклические виды спорта с преимущественным проявлением выносливости* (бег, плавание, лыжные гонки, конькобежный спорт, все виды гребли, велосипедный спорт и другие), когда одно и то же движение повторяется многократно, расходуется большое количество энергии, а сама работа выполняется, с высокой и очень высокой интенсивностью. Эти виды спорта требуют поддержки метаболизма, специализированного питания, особенно при марафонских дистанциях, когда происходит переключение энергетических источников с углеводных (макроэргических фосфатов, гликогена, глюкозы) на жировые. Контроль гормональной системы этих видов обмена веществ имеет существенное значение как в прогнозировании, так и в коррекции работоспособности фармакологическими препаратами.

2. *Скоростно-силовые виды*, когда главным качеством является проявление взрывной, короткой по времени и очень интенсивной физической деятельности (все спринтерские дистанции, метания тяжелая атлетика и другие). В большинстве случаев эти признаки зависят от генетических детерминант, а источники энергии для обеспечения подобной деятельности принципиально отличаются при проявлении выносливости. Различают циклическую последовательность моторных действий (бег) и ациклическую (бросок). Очень трудно улучшить результат на стометровке, в то время как сила и выносливость более подвержены тренировочным воздействиям. Это же относится и к фармакологической коррекции. Прирожденные спринтеры имеют более высокий процент быстрых мышечных волокон по сравнению с бегунами на длинные дистанции. Скорость является весьма демонстративным показателем, которая претерпевает с увеличением возраста самый ранний и выраженный спад по сравнению с силой и выносливостью. Увеличение массы тела у всех метателей и тяжелоатлетов требует особого контроля за специализированным питанием и сдвига катаболической в анаболическую фазу обмена веществ без использования анаболических стероидов и соматотропина. У спринтеров же недопустимо бесконтрольное увеличение массы тела. Превалирует углеводный обмен и источники энергии: макроэргические фосфаты, гликоген и глюкоза. Становятся понятными задачи фармакологической коррекции.

3. *Единоборства* представляют собой весьма многочисленные виды спортивной деятельности (все виды борьбы, бокс и другие). Характерной чертой расхода энергии при единоборствах является непостоянный, циклический уровень физических нагрузок, зависящий от конкретных условий борьбы, хотя, порой, они достигают очень высокой интенсивности. Вид физической деятельности, ее длительность и интенсивность являются основанием для подбора фармакологических препаратов. Эти виды спорта, в большинстве случаев, достаточно травматичны, что может быть причиной нарушений микроциркуляции и обменных процессов в мозгу, поэтому следует в качестве протекторов использовать препараты ноотропного действия.

4. *Игровые виды* характеризуются постоянным чередованием интенсивной мышечной деятельности и отдыха, когда спортсмены не задействованы непосредственно в игровых эпизодах. Большое значение имеют координация движений и психическая устойчивость. Задачи фармакологиче-

ского обеспечения связаны с коррекцией процессов восстановления, компенсации энергии, улучшения обменных процессов в мозгу при помощи витаминных комплексов, ноотропов, адаптогенов растительного и животного происхождения, а также антиоксидантов.

5. *Сложнокоординационные виды* основаны на тончайших элементах движения, как это бывает в фигурном катании, гимнастике, прыжках в воду, стрельбе, где требуются отменная выдержка и внимание. Физические нагрузки варьируются в широких пределах. Например, чтобы сделать сложный прыжок нужна огромная взрывная сила, в то время как при стрельбе необходима концентрация внимания и уменьшение тремора. Большое значение имеет повышение психической устойчивости растительными препаратами успокаивающего действия (валериана, боярышник без спиртовых компонентов), ноотропами, витаминными комплексами, энергетически богатыми продуктами.

6. *Сложнотехнические виды* в значительной степени связаны с применением технических средств (автогонки, бобслей, парашютный спорт, парусный спорт и многие другие). Уровень физических нагрузок может не достигать очень высоких значений, но нервное напряжение находится на пределе человеческих возможностей, что и определяет принципы фармакологической коррекции - повышение психической устойчивости.

Помимо этого, существует ряд *смешанных видов спорта*, где применяются различные виды многоборий, включающих перечисленные виды физической деятельности человека. Естественно, задачи фармакологического обеспечения отличаются значительно и принципиально. Следует добавить, что возникает много проблем с восстановлением и поддержанием высокого интеллектуального уровня на соревнованиях по шахматам как вида спорта.

Таким образом, нет никаких оснований считать, что существуют универсальные фармакологические средства, которые могли бы помочь однозначно решить задачи спортивной фармакологии.

Итак, спортивная деятельность включает практически все виды физической работоспособности как динамической, так и статической. Далее мы будем рассматривать фармакологические препараты, влияющие на выносливость, скорость, силу, координацию с учетом интенсивности физических нагрузок.



За последние 15 лет выяснено, что в зависимости от видов спорта в различных странах применяются следующие допинги (табл. 1).

Таблица 1

**Использование допингов в родственных видах спорта**

Родственные виды спорта	Допинги	Осложнения
1. Скоростно-силовые виды: тяжёлая атлетика, метания, культуризм, спринтерские дистанции в легкой атлетике, плавании, конькобежном спорте, лыжных гонках.	Анаболические стероиды, соматотропин, гонадотропин, амфетамины, диуретики и др.	Резкие изменения : обмена веществ, гормонального профиля, маскулинизация у женщин и вирилизация у мужчин.
2. Виды спорта с преимущественным проявлением выносливости, циклические виды спорта: бег, плавание, лыжные гонки, велосипедные гонки, конькобежный спорт (длинные дистанции).	Анаболические стероиды, соматотропин, гонадотропин, кровяной допинг, психостимуляторы и др.	Потеря ориентации и сознания, смертельные исходы, нарушения гормонального статуса и др.
3. Игровые виды: футбол, баскетбол, регби, бейсбол, хоккей с мячом и с шайбой, гольф и др.	Алкоголь, кокаин, героин, амфетамины, марихуана и др.	Летальные исходы, потеря сознания, токсические эффекты.
4. Сложнокоординационные виды спорта: прыжки в высоту, прыжки в воду, фигурное катание, гимнастика, фехтование и др.	Алкоголь, наркотические анальгетики, транквилизаторы, бетаблокаторы и др.	Наркотическая зависимость, алкоголизм и др.
5. Единоборства: все виды борьбы, бокс, восточные единоборства и др.	Наркотические анальгетики, марихуана, алкоголь.	Лекарственная зависимость, наркомания и др.

В конном спорте используются различные допинги в зависимости от конкретных задач (психостимуляторы, транквилизаторы и другие препараты), поэтому проводится допинговый контроль лошадей.

#### **...4. Факторы, лимитирующие спортивную работоспособность**

В настоящее время многое известно о биофизике, биохимии, морфологии и физиологии мышечного сокращения. Методами молекулярной гибридизации выяснена роль актина и миозина, ультраструктуры быстрых и медленных волокон, а также пути метаболизма, приводящие к синтезу энергодающих молекул, транспорта электронов в дыхательной цепи митохондрий, роли свободных радикалов в регуляции функциональной лабильности биологических мембран и двигательной активности млекопитающих. Однако, есть большие пробелы в понимании принципов фармакологической коррекции физической работоспособности человека в результате существенных различий между данными, полученными на простых биологических моделях в молекулярной биологии и испытаниями лекарственных веществ на спортсменах высокой квалификации (включая микробиопсии с анализом ультраструктуры мышечных волокон, маркерных ферментов митохондрий, особенностей динамики метаболизма, гормонального профиля и других), у которых главными качествами являются сила, скорость, выносливость, координация движений и многое другое...

...По мере эволюции всего живого появляются произвольные формы движения, которые управляются самим организмом и нуждаются в автономных источниках энергии.

В процессе жизнедеятельности у высших организмов как депо энергии, так и способы ее реализации для обеспечения движения могут быть подразделены на анаэробный и аэробный. Они различаются между собой по длительности выполняемой работы и участию кислорода.

Анаэробный алактатный для короткой и интенсивной работы (спринт) - без участия  $O_2$  образования молочной кислоты (алактатная), за счет энергетических фосфатов.

Анаэробный лактатный для средних дистанций - без участия  $O_2$ , с образованием молочной кислоты (лактатная), при окислении гликогена и глюкозы.

Смешанная зона анаэробно-аэробной производительности энергии характеризуется участием  $O_2$  использованием гликогена и свободных жирных кислот как источника энергии. Соотношение этих процессов, кислорода, источников энергии представляется:

### ***Анаэробно***

1. АТФ → АДФ + Р + свободная энергия,
2. Креатинфосфат + АДФ → креатин + АТФ,
3. 2 АДФ → АТФ + АМФ,
4. Гликоген или глюкоза + Р + АДФ → лактат + АТФ,

### ***Аэробно***

5. Гликоген, глюкоза, жирные кислоты + Р + O<sub>2</sub> → CO<sub>2</sub> + H<sub>2</sub>O + АТФ.

Накопление энергии в клетках происходит за счет поступления в организм энергетически ценных продуктов животного и растительного происхождения. Энергетическая ценность этих продуктов может быть представлена следующим образом: углеводы обеспечивают 60%, жиры 25%, белки 15% энергии для выполнения работы. Скорость накопления или восстановления при предварительном расходе энергии может значительно различаться в зависимости от функционального состояния организма, вида спорта, а также действия определенных лекарственных веществ.

Двигательная активность человека обеспечивается сократительной способностью мышц, которая зависит от скорости аккумуляции и расхода энергии. Между расходом и восстановлением энергии существует динамическое равновесие, которое зависит от многих факторов и имеет существенное различие в беге на 50 метров и 42,195 километра. В принципе, возможны следующие варианты:

- восстановление нормальное и расход нормальный - работоспособность оптимальная;
- восстановление недостаточное, а расход нормальный - работоспособность снижена;
- восстановление нормальное, а расход повышен - работоспособность снижена.

Следовательно, чтобы сохранить депо энергии постоянным следует или снизить расход или увеличить восстановление. При выполнении задач спортивного характера интенсивность расхода увеличивается в десятки

раз, а снизить его можно, лишь уменьшив физические нагрузки, что недопустимо, особенно в соревновательной деятельности. Остается реальная возможность ускорить восстановление энергетического депо посредством факторов питания и фармакологических препаратов, выступающих как корректоры экономизации или ускоряющие «зажигание» питательных продуктов.

Поэтому, для повышения работоспособности необходимо ускорить восстановление энергетического депо. P. Astrand приводит следующие величины энергетической емкости основных энергодающих продуктов в ккал у человека массой в 75 кг (табл. 2):

Таблица 2

**Энергетическая емкость основных энергодающих продуктов у человека**

Энергетические продукты	ккал
АТФ	1,5
Креатинфосфат	3,5
Гликоген	1200
Липиды	50000

Как видим, запасы энергии в организме человека существенно различаются по способу ее хранения. Для выносливости ее очень много, а для спринта - очень мало. Отсюда следует, что, прежде всего, необходимо обеспечить достаточное количество энергии для выполнения работы в конкретном виде спорта и в определенный период подготовки (микро-, мезо- и макроциклах, соревнованиях и после них). Врач команды должен рассчитать, какие необходимы продукты, их соотношение (белки, жиры и углеводы, вода, электролиты, микроэлементы и витамины) и количество. В зависимости от периода подготовки (восстановления или соревнований) расход энергии может составлять 1500-10000 калорий в день. Питание спортсменов в учебно-тренировочном процессе, предсоревновательном периоде, соревнованиях и после соревнований имеет кардинальные разли-

чия. Учитывая эти различия, можно думать о практическом применении дополнительных средств, влияющих на динамику спортивной подготовки.

Работоспособность человека, является одним из главнейших качеств, которое свидетельствует о его физическом состоянии и возможности адекватно реагировать на изменяющиеся условия окружающей среды, то есть адаптироваться к ним.

Движение формируется в мозгу, а реализуется на периферии, что подразумевает неразрывное единство многоступенчатой системы регуляции в управлении движением, а также энергообеспечения, доставки продуктов метаболизма к работающим мышцам, освобождения от отработавших веществ и их элиминация из организма. Именно эта многоступенчатая система и есть объект действия фармакологических препаратов, которые являются средствами, корректирующими ее функциональное состояние.

Разработанная В.С. Фарфель около 60-и лет назад классификация зон мощности, которая широко применяется как в спортивной практике, так и в теории и методике физического воспитания, была составлена на основе анализа мировых достижений по бегу у мужчин. По мнению автора, график зависимости «скорость – время» подразделяется на четыре зоны, названные «зонами относительной мощности».

*Первая зона* характеризуется максимальной мощностью, где время работы составляет не более 2-3 десятков секунд и, как показано более поздними исследованиями других специалистов, лимитируется ресурсами макроэргических фосфатов мышечных клеток, особенно креатинфосфатом.

*Во вторую зону* были включены средние дистанции с временем работы 3-5 минут и источником энергии за счет анаэробно-гликолитических процессов. Эта зона именуется субмаксимальной.

*Третья зона* - большой мощности, пригодна для основной части стайерских дистанций. Энергообеспечение смешанное и реализуется за счет аэробных и анаэробных процессов при длительности бега 20-30 минут.

*Четвертая зона* - умеренной мощности, включает все суперстайерские дистанции. Время бега составляет несколько часов, а энергообеспечение зависит от анаэробных процессов.

Проведя доскональный анализ, В.Д. Сонькин и О.В. Тиунова существенно дополнили вышеуказанную концепцию и на основании большого статистического материала сделали собственные выводы по различным

возрастным группам, а также и по лучшим мировым достижениям. Оказалось, что увеличение мировых достижений у мужчин в зонах большой и умеренной мощности более выражено, чем в зонах максимальной и субмаксимальной мощности. Средняя скорость, с которой преодолевается каждая дистанция на 4% в спринте и на 24% на стайерских дистанциях выше, чем это было 50 лет назад. Отмечено также, что различия в выносливости мужчин и женщин тем сильнее, чем ниже мощность нагрузки (скорость бега).

Следует заметить, что 60 лет назад практически не применялись современные стимуляторы работоспособности, а в последние 10-15 лет они использовались очень широко. Мы не думаем, что разница в достижениях спортсменов зависит только от фармакологических воздействий. Важным фактором следует признать и совершенствование методики педагогической подготовки. Эти предпосылки необходимы для обсуждения специфики действия различных лекарственных веществ в зависимости от мощности работы, ее длительности и энергообеспечения. Отметим, что вопросам «фармакологической подготовки» во всех цивилизованных странах уделяется значительное внимание при медико-биологическом обеспечении ж только спортсменов, но и других лиц, нуждающихся в этом...

Повышенная работоспособность подразумевает выполнение определенных задач в более короткий интервал времени, проявление больших силовых качеств, психической устойчивости, координации движений и других свойств. Сниженная работоспособность бывает следствием усталости после выполненной интенсивной работы или имеющей место патологии и характеризуется большим временем ее выполнения, уменьшением силы, психической устойчивости и нарушением координации движений.

Естественно, что при поражениях головного мозга, мозжечка, спинного мозга и периферической нервной системы наступают тяжелейшие патологические состояния, порой несовместимые с жизнью, как это часто бывает в неврологической практике и, иногда, у спортсменов.

Восстановление работоспособности есть следствие выведения ее на исходный уровень. В отличие от восстановления, суперкомпенсация представляет собой повышение работоспособности на более высокий, чем исходный, уровень, в результате педагогических и фармакологических воздействий после выполненной работы.

Адаптация к физической нагрузке подразумевает учет скорости восстановления и повышения физической работоспособности при увеличении объема и интенсивности нагрузок в результате тренировочного процесса. Фармакологические препараты, ускоряющие адаптацию к физической нагрузке и другим экстремальным факторам, обозначаются как адаптогены. В настоящее время их насчитывается несколько десятков, и они с успехом применяются в классической и спортивной медицине. Целесообразно называть те группы лекарственных средств, которые понижают физическую работоспособность. Так, к ним относятся антибиотики, антибластомные средства, иммуносупрессоры, а также передозировки анаболических стероидов, психостимуляторов и многих других лекарств.

### **...7. Процедура допингового контроля и возможные подтасовки биопроб**

Допинговый контроль осуществляется во всех видах спорта. В обязательном порядке проверяются первые четыре участника из финальной классификации, а другие - по жребию. После соревнования спортсмену вручается уведомление о допинг-контроле службой эскорта допинг-контроля, которая с этого момента держит его в поле зрения и сопровождает его/ее не позже чем через час после соревнования в комнату ожидания, где производится идентификация личности. Вещи спортсмена также могут быть досмотрены, если есть подозрение, что возможна манипуляция с биопробой.

Спортсмен должен выбрать емкость 75 мл для взятия проб и помочиться на 2/3 в бутылку А и на 1/3 в бутылку В. После этого емкости запечатываются, а оставшаяся моча уничтожается. Представитель допинг-контроля немедленно измеряет рН (он должен быть не менее 5 и не более 7) и удельный вес мочи (1,010 и выше). Если эти данные не удовлетворяют требованиям, то может последовать предложение сдать еще одну пробу. Спортсмен должен сообщить представителю допинг-контроля, какие лекарства применялись в последние три дня.

Пробы А и В помещаются в контейнер для перевозки в лабораторию. Все нарушения, замеченные представителем или спортсменом, фиксируются в протоколе. Чтобы не применялись санкции к спортсмену, он не

имеет права отказываться от дачи биопроб на анализ. Далее следует транспортировка. Если в пробе А обнаруживается допинг, то проводят анализ пробы В. Если в пробе В также обнаруживается допинг, то председатель МК МОК собирает совещание комиссии, куда приглашается спортсмен-нарушитель и его представители, а затем результаты анализов направляются президенту МОК, который собирает исполком МОК для обсуждения санкций. Если в пробе В не обнаруживается допинг, то результаты контроля считаются отрицательными. Об этом сообщается представителям НОК.

Вот такая процедура, без лишних деталей, происходит от момента взятия пробы до заключения МК МОК. Естественно, что предпринимались меры для того, чтобы ввести службу допинг-контроля в заблуждение. На всех этапах передачи проб существует реальная возможность их подмены на другие, не содержащие допингов. Спортсмены умудряются ввести себе (с помощью врачей) в мочевой пузырь катетер с емкостью, которая вмещает необходимое количество мочи для анализа. В момент мочеиспускания вынимается пробочка из катетера, и вытекает не собственная моча, а та, в которой не обнаруживается допинг. Возможности для манипуляций существуют и в допинговой лаборатории, когда используют грязные пипетки, посуду и т.д. Были случаи, когда спортсмена кормили пищей, в которой содержались допинги. Мы провели эксперимент: курам вводили анаболические стероиды. Затем куриное мясо употреблялось в пищу сотрудником отдела. В его моче были обнаружены анаболические стероиды. Или, в пробы воды, представленной в лабораторию, добавлялся фурациллин и обнаруживались стероиды...

### **...8. Острые отравления допингами**

Употребление допингов может привести к появлению побочных эффектов, так как это довольно токсичные фармакологические вещества. Острые отравления допингами могут быть при однократном приеме повышенных доз и требуют немедленного проведения экстренных мер до прибытия «Скорой помощи». От этого зависит жизнь пациента. В таблице 3 приведена основная симптоматика и необходимые лечебные мероприятия при острых отравлениях допингами.



Таблица 3

**Основные клинические симптомы и необходимые мероприятия при отравлениях допингами**

Допинги	Клиническая картина	Лечебные мероприятия
Наркотические анальгетики: морфин, героин, кодеин, опий, промедол	Угнетение сознания, нарушение дыхания, точечные зрачки, гипотермия, гипотония, слабость мышц конечностей, судороги, отек легких	Поддержание дыхания, вплоть до искусственной вентиляции легких О (ИВЛ), внутривенно струйно налоксон, 2 мл 10% кофеина, 2 мл кордиамина, в/в 1-2 мл 0,1% атропина
Барбитураты: фенобарбитал, барбамил, барбитал, амобарбитал, секбутабарбитал и др.	Предотвращение гипоксии и шока, различная степень угнетения сознания до полного отсутствия, отсутствие рефлексов, цианоз.	Детоксикационные мероприятия, направленные на ускорение выведения барбитуратов, выведение из комы, поддержка функции дыхания и сердечно-сосудистой системы
Алкоголь полностью всасывается в кровь за 2 часа и более, если был прием пищи	За 1 час метаболизируется 30 г 90% спирта или 300 г пива. Основная опасность - угнетение дыхания. Смертельная доза - 500 г 90% спирта. Благоприятный прогноз, если удастся преодолеть резкую гипоксию. Различная степень угнетения ЦНС.	Аналептики: кофеин, амфетамин, теofilлин и др. не способствуют протрезвлению и способности вести машину, необходимо промывание желудка, при необходимости - ИВЛ и др. мероприятия
Амфетамины	Психоз, гипертермия, гипертония, расширение зрачков, рвота, понос, аритмия, эпилептические припадки, кома, остановка дыхания	Вызвать рвоту, промыть желудок. Внутрь или в/м по 50 мг хлорпромазина, антиаритмические средства, фентоломин и др. препараты
Стрихнин, секуренин	Затрудненность дыхания, ригидность и подергивание мышц, приступы тонических судорог, смерть в результате асфиксии	Промывание желудка, активированный уголь, солевые слабительные, 10-20 мл диазепама, эфирно-кислородный наркоз, ИВЛ, сердечно-сосудистые средства
Эфедрин	Тошнота, рвота, тахикардия, гипертония, мидриаз, мерцание желудочков, коллапс, потеря сознания, смерть	Промывание желудка, активированный уголь, форсированный диурез, при судорогах - 2,5% раствор аминазина

Следует отметить, что возможны также отравления и кодеином, диуретиками, бета-блокаторами, трициклическими антидепрессантами и другими препаратами, однако они встречаются нечасто. Описаны случаи выхода на огневой рубеж спортсменов-стрелков в невменяемом состоянии после приема алкоголя.

Успех терапевтических мероприятий спортивного врача, в основном, зависит от правильной диагностики и доклинического лечения. Соккрытие приема допингов недопустимо, так как может быть причиной смерти спортсмена.

*Сейфулла Р.Д.* Спортивная фармакология: справочник. - М.: ИПК Московская правда, 1999. - 117 с.

## ПОБОЧНЫЕ ЭФФЕКТЫ, СВЯЗАННЫЕ С ПРИМЕНЕНИЕМ ВЕЩЕСТВ, ОТНЕСЕННЫХ К ДОПИНГУ

*Описание побочных эффектов, связанных с применением веществ, отнесенных к допингу, представлено в Руководстве по предотвращению употребления допинга. Этот документ был подготовлен техническим отделом Международной федерации волейбола (FIVB) с той целью, чтобы ознакомить тренеров по волейболу и пляжному волейболу с новейшей информацией по предотвращению употребления допинга. Руководство содержит описание важных процедур кодекса WADA, запрещенный список, применение при терапевтическом использовании, процесс допинг-контроля, управление результатами, санкции и апелляции, последствия приема лекарств и добавок игроками на FIVB соревнованиях.*

*Описание возможных изменений в состоянии здоровья спортсменов в результате применения различных видов допинга дано в таблице.*

Таблица

### Побочные эффекты, связанные с применением веществ, отнесенных к допингу

<b>Средства с антиэстрогенным воздействием</b>	
Побочные эффекты, связанные с применением веществ с антиэстрогенным воздействием включают в себя:	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• лихорадку;</li> <li>• прибавление в весе;</li> <li>• застой жидкости в организме;</li> <li>• нарушения сердечнососудистой системы, такие как тромбоз (кровяной сгусток), гиперлипидемия (избыток жировой клетчатки в крови);</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• остеопороз;</li> <li>• нарушение зрения;</li> <li>• интоксикация печени.</li> </ul>
<b>Алкоголь</b>	
Алкоголь может повысить самоуверенность, которая для других людей может оказаться невыносимой. Это может подвергнуть риску как спортсмена, так и других людей вокруг него. Более того, постоянное употребление алкоголя может привести к:	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• рвоте;</li> <li>• несвязной речи;</li> <li>• «двоению» в глазах;</li> <li>• потере концентрации и памяти;</li> <li>• разрушению печени;</li> <li>• неполноценному восприятию окружающей обстановки;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• отсутствию самоконтроля;</li> <li>• сонливости;</li> <li>• поверхностному дыханию;</li> <li>• сексуальным расстройствам;</li> <li>• привыканию.</li> </ul>

Продолжение табл.

<b>Анаболические андрогенные стероиды</b>		
<p>Употребление анаболических андрогенных стероидов может серьезно влиять на здоровье человека. Список побочных эффектов длинный и разнообразный. Многие вышеупомянутые побочные эффекты обратимы, если человек прекращает употреблять анаболические стероиды, но те, которые помечены звездочкой (*) в таблице внизу, могут быть постоянными в зависимости от длительности применения и доз.</p> <p>Анаболические стероиды подражают гормонам, вырабатываемыми естественным путем; они, тем не менее препятствуют нормальной работе гормонов и могут привести к вредоносным последствиям, таким как:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• повышенный риск болезни печени;</li> <li>• повышенный риск заболеваний сердечнососудистой системы;</li> <li>• повышенный риск заражения гепатитом и ВИЧ/СПИД;</li> <li>• повышенное кровяное давление;</li> <li>• психологическая зависимость;</li> </ul>		
<b>у мужчин</b>	<b>у женщин</b>	<b>у подростков</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• угревая сыпь;</li> <li>• сжатие яичек*;</li> <li>• уменьшение выработки спермы*;</li> <li>• импотенция*;</li> <li>• бесплодие;</li> <li>• увеличение простаты;</li> <li>• увеличение грудной клетки;</li> <li>• раннее облысение;</li> <li>• потенциальное нарушение работы печени и почек*;</li> <li>• повышенная агрессивность и смена настроения;</li> <li>• снижение полового влечения.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• угревая сыпь;</li> <li>• развитие мужских черт;</li> <li>• снижение тембра голоса*;</li> <li>• ускоренный рост волос на лице и теле*;</li> <li>• нарушение менструального цикла;</li> <li>• увеличение клитора*;</li> <li>• повышенная агрессивность и смена настроения;</li> <li>• эмбриональный ущерб</li> <li>снижение полового влечения.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• сильная угревая сыпь на лице и теле;</li> <li>• преждевременная половая зрелость;</li> <li>• остановка в росте из-за преждевременного завершения роста дисков в позвоночнике и костях.</li> </ul>
<b>Искусственный носитель кислорода</b>		
<p>Вредное воздействие побочных эффектов, причиняемых носителями кислорода, может быть чрезвычайно опасным, особенно если трудно определить дозирование этих химикатов.</p> <p>Побочные эффекты фтороуглеродов включают:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• кратковременную лихорадку;</li> <li>• уменьшение количества тромбоцитов;</li> <li>• заражение крови (если вещества с примесью);</li> <li>• раздражительность;</li> <li>• диарея;</li> <li>• приступ;</li> <li>• эмболизм (закупорка кровяных сосудов).</li> </ul>		

Продолжение табл.

<p>Возможные побочные эффекты от гемоглобина включают:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• высокое кровяное давление;</li> <li>• почечная недостаточность;</li> <li>• сужение кровеносных сосудов;</li> <li>• переизбыток железа.</li> </ul>	
<p><b>Бета-блокеры</b></p> <p>Побочные эффекты использования бета-блокеров включают:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пониженное кровяное давление и замедленное сердцебиение;</li> <li>• спазм дыхательных путей;</li> <li>• нарушение сна;</li> <li>• сердечная недостаточность;</li> <li>• сексуальная дисфункция;</li> <li>• депрессия;</li> <li>• чувство усталости и пониженная активность;</li> <li>• сужение кровеносных сосудов в руках и ногах.</li> </ul>	
<p><b>Бета 2 Агонисты</b></p> <p>Возможные побочные эффекты использования включают:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• сердцебиение;</li> <li>• потливость;</li> <li>• головные боли;</li> <li>• судорога мышц;</li> <li>• тошнота;</li> <li>• неуравновешенное психическое состояние.</li> </ul>	
<p><b>Допинг крови</b></p> <p>Ведет к опасным рискам для здоровья, включая:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• желтуху;</li> <li>• метаболический шок;</li> <li>• чрезмерное кровообращение;</li> <li>• аллергические реакции (начиная с сыпи или температуры до почечной недостаточности) при использовании неправильно подобранного типа крови.</li> <li>• увеличивает риск контактных инфекций, таких как гепатит и СПИД;</li> <li>• кровяное отравление;</li> <li>• кровяные сгустки, сердечный приступ или сердечная недостаточность</li> </ul>	
<p><b>Каннабиноиды</b></p> <p>Результаты использования могут включать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• состояние похожее на отравление;</li> <li>• потеря восприятия времени и пространства;</li> <li>• сонливость и галлюцинации;</li> <li>• ослабление иммунной системы;</li> <li>• пониженная бдительность, баланс и координация;</li> <li>• респираторные болезни, такие как рак горла и легких, хронический бронхит;</li> <li>• пониженная способность выполнять сложные задания;</li> <li>• психологическая зависимость.</li> <li>• потеря концентрации внимания;</li> <li>• повреждение памяти и способностей к обучению;</li> <li>• увеличенный кровяной пульс;</li> <li>• повышенный аппетит;</li> <li>• нестабильность настроения – быстрые перемены от эйфории до депрессии;</li> </ul> <p>Длительное употребление марихуаны может закончиться:</p>	

Продолжение табл.

<b>Кортикостероиды</b>	
Кратковременный эффект использования включает	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• раздражение желудка;</li> <li>• язва желудка;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• раздраженность;</li> <li>• инфекции;</li> </ul>
Другие побочные эффекты включают:	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• смягчение соединительной ткани;</li> <li>• высокий уровень сахара в крови;</li> <li>• пониженный иммунитет к инфекциям;</li> <li>• ослабление нарушенных тканей в мышцах, костях, сухожилиях и связках;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• инфекции;</li> <li>• остеопороз;</li> <li>• катаракта;</li> <li>• задержка воды.</li> </ul>
<b>Диуретики</b>	
Некоторые из побочных явлений от использования включают:	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• обморочное состояние или даже потеря сознания;</li> <li>• обезвоживание;</li> <li>• мышечные судороги;</li> <li>• падение кровяного давления;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• потеря координации и баланса;</li> <li>• смятение, умственные изменения или изменчивость настроения;</li> <li>• сердечные проблемы.</li> </ul>
<b>Эритропоэтин</b>	
Существует некоторый серьезный риск для здоровья:	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• густая кровь;</li> <li>• повышенный риск кровяных сгустков, сердечного удара;</li> <li>• повышенный риск инфекционных болезней, таких как гепатит или СПИД;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• риск развития автоматической иммунной реакции, т.к. антитела препарата определенно могут уничтожить эритропоэтин, который естественно вырабатывается организмом.</li> </ul>
<b>Допинг генетический</b>	
Так как большинство технологий в данной сфере находятся на стадии эксперимента, длительные изменения генетического материала еще неизвестны, хотя уже было зарегистрировано немало смертей во время эксперимента. Некоторые потенциальные стороны генетического допинга:	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• развитие рака;</li> <li>• аллергия;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• метаболическая дисфункция.</li> </ul>

Продолжение табл.

<b>Глюкокортикостероиды</b>	
<p>Когда они попадают в кровяной поток, появляются многочисленные побочные эффекты, включая разные системы организма. Возможные побочные эффекты больших доз включают:</p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• задержка жидкости;</li> <li>• повышенная восприимчивость к инфекциям;</li> <li>• остеопороз (ненормальное повреждение костной ткани, что приводит к ломкости и пористости костей);</li> <li>• ослабление поврежденных тканей в мышцах, костях, сухожилиях и связках;</li> <li>• дисбаланс нервной системы, конвульсии и мышечные судороги;</li> <li>• замедление или прекращение роста у молодых спортсменов;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• потеря мышечной массы;</li> <li>• изжога, отрыжка, гастрит, язва;</li> <li>• смягчение соединительной ткани (сухожилий и связок);</li> <li>• изменения стенок кровеносных сосудов, которые могут привести к формированию кровяных сгустков;</li> <li>• психиатрические нарушения, такие как перемены настроения или бессонница.</li> </ul>
<b>Гонадотропин</b>	
<p>Гонадотропин стимулирует выработку тестостерона, побочные эффекты могут быть похожие на побочные явления, появляющиеся при использовании анаболических стероидов. Другие побочные эффекты употребления включают:</p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• боль в костях и суставах;</li> <li>• приступы лихорадки;</li> <li>• понижение либидо;</li> <li>• импотенция;</li> <li>• аллергические реакции и сыпь;</li> <li>• тошнота;</li> <li>• головные боли;</li> <li>• раздражение;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• проблемы пищеварения;</li> <li>• нерегулярное сердцебиение;</li> <li>• одышка;</li> <li>• потеря аппетита;</li> <li>• депрессия;</li> <li>• усталость;</li> <li>• быстрое увеличение роста человека.</li> </ul>
<b>Гормоны роста и употребление инсулина</b>	
<p>Существуют опасные побочные эффекты, связанные с употреблением этих препаратов:</p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• дрожь, потливость, беспокойство;</li> <li>• ухудшение сердечнососудистых заболеваний;</li> <li>• быстрое развитие опухолей;</li> <li>• ненормальное увеличение сердца;</li> <li>• акселерация остеоартрита (хроническое разрушение хрящевой ткани в суставах);</li> <li>• чрезмерный рост внутренних органов, костей, ушей, утолщение кожи, изменение черт лица, утолщение и увеличение пальцев на руках и ногах;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• боль в мышцах, суставах и костях;</li> <li>• чрезмерное напряжение;</li> <li>• диабет у людей предрасположенных к болезни;</li> <li>• гигантизм у молодых людей (чрезмерный рост скелета).</li> </ul>

Продолжение табл.

<b>Инсулин</b>	
Побочные эффекты употребление инсулина не для лечебных целей очень серьезные и включают низкий уровень сахара в крови, что в свою очередь может привести к:	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• лихорадке;</li> <li>• рвоте;</li> <li>• слабости;</li> <li>• одышке;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• сонливости;</li> <li>• болезни поджелудочной железы;</li> <li>• коме;</li> <li>• нарушению работы мозга, смерти.</li> </ul>
<b>Наркотики</b>	
Использование наркотиков для уменьшения боли может быть опасным, так как вещество просто скрывает боль. С обманчивым чувством безопасности, вызванным наркотиками, пользователь может игнорировать потенциально серьезные повреждения, и продолжать вести активный образ жизни, рискуя вызвать дальнейшие осложнения или постоянные проблемы. Кроме этого, наркотики имеют и другие побочные явления:	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• замедленное дыхание;</li> <li>• замедленный сердечный ритм;</li> <li>• сонливость;</li> <li>• потеря баланса, координации и концентрации;</li> <li>• подавление респираторных систем и смерть;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• эйфория;</li> <li>• тошнота и рвота;</li> <li>• запоры;</li> <li>• физическая и психологическая зависимость.</li> </ul>
<b>Стимуляторы</b>	
Использование стимуляторов могут вызвать как серьезные сердечнососудистые и психологические проблемы, так и другие:	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• перегрев организма;</li> <li>• сухость во рту;</li> <li>• усиленное и нерегулярное сердцебиение;</li> <li>• повышенное кровяное давление;</li> <li>• обезвоживание;</li> <li>• повышенный риск удара, аритмии и сердечного приступа;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• расстройство зрения;</li> <li>• проблемы с координацией и балансировкой;</li> <li>• взволнованность и агрессия;</li> <li>• бессонница;</li> <li>• потеря веса;</li> <li>• дрожь (непроизвольное содрогание организма).</li> </ul>
Стимуляторы также могут привести к зависимости.	

Руководство по предотвращению употребления допинга // Международная федерация волейбола, 2008. – Режим доступа: [uvf.org.ua/document/doping.doc](http://uvf.org.ua/document/doping.doc) (дата обращения: 07.11.2009).



**Д. Лобков**

## **ДОПИНГ: КАК С ОСЕНИ БУДУТ НАКАЗЫВАТЬ СПОРТСМЕНОВ?**

*Сегодня активно обсуждается вопрос о правовой ответственности за применение допинга. В связи с обсуждаемыми мерами разгорается дискуссия, в которой мнения спортсменов разделились. В публикации Д. Лобкова представлены высказывания по этому поводу известных спортсменов.*

Активно введение новых санкций поддерживает **Светлана Журова**, конькобежка, вице-спикер Госдумы: «Закон о допинге не просто нужен, он необходим, иначе я не стала бы столь активно заниматься работой над ним. В проекте закона предлагается ввести в отечественное правовое поле понятие «допинг», а также отнести к противозаконным действиям распространение, обладание и назначение спортсмену «запрещенных субстанций». В документе прописано, что противоправным действием является также отказ и непредставление проб для антидопинговой комиссии. Проект предлагает закрепить правовой статус национальной антидопинговой ассоциации и ввести норму об обязательном участии в ее органах представителей государства и основных спортивных организаций России.

Но самое главное - *мы предлагаем ввести ответственность за использование запрещенных препаратов не только для спортсменов, но и для тренеров, и для врачей, способствующих нарушению антидопингового законодательства. Я никогда не поверю, что тренер и врач не знают о запрещенных манипуляциях, которые проводит спортсмен. И в случае, если это будет доказано, они должны понести административное наказание».*

Однако большинство спортсменов убеждено, что проблема использования допинга очень неоднозначна и введение новых законов ее не решит, а только осложнит жизнь спортсменов.

**Николай Круглов** (биатлон): «Я не считаю, что нужно придумывать закон, расписывающий, что такое допинг, почему одни препараты можно принимать, а другие нет. Мне кажется, законодатели должны все же заниматься чем-то другим. Существуют антидопинговые центры, специальные лаборатории - это их дело. Спортивные комитеты могут и должны проверять спортсменов перед соревнованиями, но никак не политики. А то давайте еще введем спецподразделение милиции, которое будет отслеживать спортсменов и потом арестовывать их и сажать в тюрьму...

Мне вообще нравится идея, проскочившая из уст какого-то чиновника от спорта, который предложил приравнять снятие с соревнований по подозрению в употреблении допинга с мошенничеством и судить спортсменов как преступников. *Идея хорошая и действенна, но только не в нашей стране. У нас все превратится во взяточничество, поборы, возможность «убрать» неудобных людей с дистанции и манипуляцию результатов.* Так что, на мой взгляд, России в области допингов лучше оставить все как есть и ничего не предпринимать».

**Мария Киселева** (синхронное плавание): «В моей жизни допинговый скандал случился на Олимпиаде в Сиднее. В крови был обнаружен запрещенный препарат, оказавшийся в составе таблеток для похудения. Кто ж знал, как говорится, кто ж знал... Это грозило дисквалификацией на 3 месяца и непопаданием на Олимпиаду, но меня спасло смягчающее обстоятельство: врач вписал в допинг-лист злосчастный препарат, то есть официально заявил, что я его принимаю.

Естественно, я не знала, что составляющие пищевой добавки как раз в тот год - впервые - окажутся запрещенными, и я до сих пор ощущаю, что по отношению ко мне была допущена какая-то несправедливость.

Беда всех спортсменов, на мой взгляд, в плохой информированности. Невозможно всех, кто имеет отношение к спорту, поставить в известность о новых списках запрещенных препаратов, которые обновляются чуть ли не ежедневно... И если список корректируется, на мой взгляд, надо лояльнее относиться к тем, кто «погорел» на новых, только появившихся в нем пунктах. А еще я убеждена, что ни в коем случае не нужно в Кодекс об административных правонарушениях вносить наказания для спортсменов - *поверьте, человек, который живет спортом и которого вдруг отстраняют от тренировок или игр и так уже наказан - хуже некуда...»*

**Светлана Хоркина** (спортивная гимнастика): «Вспомните пекинскую Олимпиаду. Много говорили, что китайские спортсмены использовали допинг, потому и добились таких невиданных результатов. Брали пробы — ничего не показали. Каков вывод? Прогресс, технологии. Наука не стоит на месте, она вместе со спортом идет, работает на спорт, оттого такой результат. Я убеждена, что допинг в спорте был во все времена и будет всегда, и мастерство химиков и ученых - изобрести такой препарат, который не обнаружит ни одна проба. Во многих странах над этим вопросам бьются лучшие умы, работают ведущие институты. Но, что показательно, те допинговые скандалы, которые появляются и становятся достоянием общественности - они, как правило, яйца выеденного не стоят. В крови спортсменов ищут следы таблеток от головной боли или обезболивающих... И находят. А настоящий допинг определить невозможно... Так что все это, на мой взгляд, *ненужный театр, спектакль*. Но в нем приходится участвовать, пока ты в большом спорте».

**Ольга Пылева** (биатлон): «О том, что препарат фенотропил включен в черный список Всемирным антидопинговым агентством меня и моего доктора поставили в известность только накануне соревнований. Ранее я всегда его применяла - по рекомендации доктора. И то, что с ним нельзя больше иметь дел, стало не только неожиданностью, но и шоком - и для меня, и для других спортсменов. Я всегда была честна в борьбе и эта нелепость, из-за которой меня дисквалифицировали и лишили медалей после Олимпийских игр-2006, увы, никого не заставила задуматься о том, что на самом деле творится в мире спорта...»

Мне бы очень хотелось, чтобы закон о допинге как-то помог спортсменам, но, увы, предчувствия у меня такие, что *он лишь усугубит ситуацию и сделает так, что человек, раз попавшийся на какой-нибудь подобной нелепости, уже никогда не сможет вернуться в большой спорт*.

А фенотропил, к слову, обнаруженный в моей пробе - известный всем спортсменам препарат, его выписывают при травмах и я его использовала для лечения травмы лодыжки».

**Ирина Роднина** (фигурное катание): «Допинговый контроль был на все крупных соревнованиях всегда — и в мое время тоже. Разговоры были, осуждения в спортивной прессе были, наказания были. Но скандалами это не считалось. За нарушения всегда наказывали, но ни о какой уголовной ответственности, о гигантских штрафах из кармана спортсменов речи и

быть не могло. Поэтому мне весьма сомнительной кажется инициатива наших законотворцев. *Ведь стоит ввести в КОАП соответствующие статьи и создать прецедент, осудив одного спортсмена, как тут же найдутся те, кто этим воспользуется.* Зачем работать над собой, проводить время на изнурительных тренировках, если можно просто подкупить повара, который в ресторане, где обедает твой конкурент-спортсмен, просто подсыплет ему в суп какой-нибудь запрещенный порошок. И то, что ты не верблюд, не докажет потом ни один даже самый опытный адвокат».

**Иоланда Чен** (легкая атлетика): «Я против нового закона, я вообще считаю, что проверку на допинги надо отменить. Объясню. *Все спортсмены - люди живые, они пьют лекарства и, по сути, все, кого ни возьми, употребляют допинг.* То, на чем ловят бесконечное количество российских спортсменов, будь то биатлонисты, легкоатлеты, штангисты и так далее, допингом как таковым не является. Меня, наверное, поймут люди с медицинским образованием. Медицинских препаратов великое множество и никто не знает, какие из них допинговая комиссия будет считать запрещенными на следующий год. Например, в допинг попадает фурацимид. Это мочегонный препарат. Ну какой это допинг? Вот у Алины Кабаевой в свое время были с ним проблемы. Но какое это имеет отношение вообще к допингу, к спорту? Чуть какая-то! И в большинстве случаев именно так. Препараты объявляют запрещенными люди, не имеющие медицинского образования. Они не понимают, что это такое. Им кажется, что это какие-то суперпрепараты, которые что-то там наращивают. Это категорически не так. Я это утверждаю стопроцентно. Поэтому, наверное, без допинга нельзя обойтись, потому что все люди просто пользуются лекарствами, но почему-то в спорте эти лекарства считаются допингом, а в нормальной жизни нет...».

*Лобков Д. Допинг: как с осени будут наказывать спортсменов? // Право.ру: 20.07.2009. – Режим доступа: <http://www.pravo.ru/review/view/13691/> (дата обращения: 07.11.2009).*

**В.В. Балахничев, С.Н. Португалов**

**НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ  
К СОЗДАНИЮ НАЦИОНАЛЬНОЙ КОНЦЕПЦИИ  
АНТИДОПИНГОВОГО КОНТРОЛЯ В РОССИИ**

*Статья сотрудников Всероссийского научно-исследовательского института физической культуры и спорта: доктора педагогических наук В.В. Балахничева и кандидата медицинских наук С.Н. Португалова была опубликована в журнале «Теория и практика физической культуры» в 2003 году. Авторы представили свое мнение по проблеме создания Концепции антидопингового контроля в спорте.*

***Глобализация антидопингового контроля в спорте***

По существу, новейшая история антидопингового контроля в спорте началась в 1988 г., сразу же после шумных допинговых скандалов на Олимпийских играх в Сеуле (дисквалификация Бена Джонсона, снятие болгарской команды по тяжелой атлетике и др.). Тогдашний вице-президент МОК и одновременно председатель Медицинской комиссии МОК принц Александр де Мерод объявил о создании рабочей группы постоянно действующей Всемирной антидопинговой конференции, основными задачами которой были разработка и принятие Антидопинговой олимпийской хартии как концептуального документа, закладывающего единые основы допинг-контроля спортсменов, участвующих в соревнованиях по олимпийским видам спорта на национальном и международном уровнях.

В 1993 г. на пленарном заседании 3-й Всемирной антидопинговой конференции такой документ был принят и одобрен всеми НОКами (в том числе и ОКР). Среди основных положений этого документа содержались такие:

- определение понятия "допинг в спорте" и перечень допингов;
- унификация регламента тестирования спортсменов на допинг;

- регламент международной аккредитации лабораторий антидопингового контроля (АДК);
- унификация системы санкций в отношении нарушителей Хартии;
- модель построения национальной антидопинговой программы.

В последующие годы под эгидой Медицинской комиссии МОК были предприняты значительные усилия по практической реализации и внедрению основных положений Хартии различными международными и национальными государственными (органами государственного управления спортом) и общественными (федерациями по видам спорта) организациями в сфере спорта и физической культуры. В ряде стран (Франция, Италия, Канада и некоторые другие) были приняты соответствующие законодательные акты, направленные на борьбу с допингом, а также разработаны национальные антидопинговые программы (Норвегия, Финляндия, Китай и др.).

Однако в силу ряда объективных и субъективных причин принятие Антидопинговой олимпийской хартии не решило основной задачи, поставленной в этом документе, а именно глобализации и унификации всей системы антидопингового контроля в спорте на всех уровнях.

Следующим этапом в процессе глобализации и унификации антидопингового контроля в спорте стало принятие европейским сообществом "Конвенции Европейского Союза по предотвращению применения допинга в спорте" (1995). В течение нескольких лет к Конвенции присоединились все государства ЕС, а также ряд стран, не входивших на тот момент в эту организацию (в том числе и Россия). Для координации практических шагов по внедрению и реализации положений данного документа на национальном уровне в различных странах при Совете министров ЕС в Страсбурге была создана Группа мониторинга по выполнению Конвенции. Однако ряд причин не позволяют рассматривать этот этап как основу для единых и совместных действий всех государств в области ограничения и предотвращения распространения допингов в спорте. Во-первых, это региональный (континентальный) уровень распространения Конвенции, а во-вторых, разделение государств, принявших документ как основу своей государственной антидопинговой политики, по отношению к членству в ЕС. Кроме того, весьма сложной задачей оказалась унификация национальных законодательных актов государства ми-членами ЕС и странами, не входящими в это международное объединение.

Учитывая трудности и препятствия, с которыми сталкивалось мировое антидопинговое движение (а, следовательно, и недостаточную эффективность самого АДК на международном и национальных уровнях), в 1999 г. в Лозанне МОК организовал и провел Всемирную антидопинговую конференцию. Основным результатом этого форума стало создание Всемирного антидопингового агентства (World Antidoping Agency - WADA) как независимого органа, призванного своей деятельностью обеспечить глобализацию и унификацию АДК в спорте на всех уровнях.

В настоящее время создан Всемирный антидопинговый кодекс, единый для всех субъектов спортивного движения, который после обсуждения и внесения соответствующих поправок в три последовательные версии данного документа в феврале 2003 г. в Копенгагене он был утвержден полномочными представителями подавляющей части государств (в том числе и Российской Федерации). Согласно обнародованной программе мероприятий по практической реализации положений Кодекса он вступит в действие в полном объеме к 2006 г.

### ***Состояние АДК в сфере спорта и физической культуры в России Предпосылки создания концепции АДК***

В целом уровень развития антидопингового контроля в России на сегодняшний день следует признать далеким от стандартов, установленных Всемирным антидопинговым кодексом и уже достигнутых в ряде стран, наиболее передовых в отношении АДК в спорте. Ниже представлены основные критерии оценки современного уровня АДК в России в соответствии с последней версией Всемирного антидопингового кодекса.

1. Наличие законодательных актов, регламентирующих организацию, проведение и развитие всего комплекса мероприятий, направленных на ограничение и предотвращение использования запрещенных в спорте допинговых средств и методов.

В государственном Законе РФ "О спорте" содержится статья, определяющая в общем плане недопустимость использования допинга в спорте любым участником спортивного движения. Однако до настоящего времени какого-либо законодательного развития в правовом плане эта статья не получила. Таким образом, создание и функционирование системы АДК в

Российской Федерации законодательно не регламентировано. Соответственно не создан полномочный государственный орган управления в области АДК в спорте. Созданная в 2002 г. межведомственная антидопинговая комиссия с участием представителей Госкомспорта России, Минздрава РФ и ОКР не выполнила своих функций и оказалась нежизнеспособной. В настоящее время не вызывает сомнений, что таким органом, эффективно функционирующим в области управления всеми аспектами антидопингового процесса в стране, может быть только государственная структура. Последнее, естественно, не исключает возможности создания в данной сфере любых общественных организаций (по линии ОКР, национальных федераций по видам спорта и др.), участвующих в общем процессе.

2. Разработка единой концепции АДК и соответствующей программы практической реализации такой концепции на национальном уровне в ближайшем будущем и на долгосрочный период.

В настоящее время в стране отсутствуют национальная концепция и соответствующая программа развития АДК в спорте. Ранее предпринятые попытки создания такой концепции (1993-1995, 2001-2002 гг.) результата не дали. Тем не менее, предпосылки этого в России есть.

Передовые исследования ведущих отечественных ученых по разработке различных концептуальных положений в области спорта и физической культуры, проведенные в середине 80-х гг. прошлого столетия, показали высокую эффективность программно-целевого подхода к планированию системы спортивной подготовки (Б.Н. Шустин, 1995). Подобные программы весьма широко используются в самых различных отраслях знаний и сферах общественной жизни. Имеются все основания предполагать, что использование программно-целевого подхода к созданию единой концепции АДК позволит интегрированно представить цели, сроки, ресурсы, функции руководства, управления и исполнения в достижении конечной цели, в данном случае - создание эффективной системы АДК в России.

3. Создание действующей системы АДК, обеспечивающей эффективное ограничение и предотвращение применения допингов в области спорта и физической культуры. Необходимые составляющие элементы такой системы:

- организация и проведение регулярного и периодического тестирования на допинг различных категорий спортсменов с ис-



пользованием в первую очередь метода внесоревновательного тестирования без предварительного уведомления;

- унифицированный регламент проведения тестирования спортсменов на допинг;
- лаборатория антидопингового контроля (или в более широкой трактовке - возможность проведения анализов на наличие допинга в организме спортсменов);
- комплекс информационно-образовательных мероприятий в области АДК;
- научные исследования в области АДК;
- участие в международном антидопинговом движении и сотрудничестве в данной области на различных уровнях.

В системе Госкомспорта России разработаны и утверждены подведомственные акты в форме соответствующих приказов, определяющие и регламентирующие порядок проведения процедуры тестирования спортсменов на допинг. Актуальная задача - полная унификация существующего регламента в соответствии с требованиями Всемирного антидопингового кодекса.

Госкомспорт России, как государственный орган управления в сфере физической культуры и спорта, располагает лабораторией АДК - единственной структурой в СНГ такого рода, которая выполняет анализы на допинг и имеет международную аккредитацию по линии МОК. Проведенное в 2003 г. масштабное переоснащение данной лаборатории на уровне современных требований, предъявляемых МОК, позволяет считать, что в этом отношении Россия располагает почти всем необходимым для создания и эффективного функционирования национальной системы АДК. Для создания эффективной национальной системы АДК на основе этой лаборатории требуется скорейшее решение ряда частных задач:

- доукомплектования лаборатории оборудованием для проведения анализов на эритропоэтин и его аналоги;
- подготовки кадров необходимого профессионального уровня;
- проведения научных исследований для поддержания качества анализов, необходимого для сохранения международной аккредитации.

В области информационно-образовательных антидопинговых программ в настоящее время в России проводятся лишь отдельные мероприя-

тия, в основном связанные со спортом высших достижений. Необходимо создать единую программу информации и образования в области антидопинга, предназначенную не только для спортсменов высокой квалификации, но и для массового физкультурного движения.

Аналогичное заключение можно сделать и в отношении научных исследований в области антидопинга. Достаточно отметить, что за последние 15 лет в России выполнена лишь одна (!) диссертационная работа по данной проблеме.

Представители России участвовали во всех крупных международных антидопинговых форумах за последние 15 лет. Наша страна в лице ОКР присоединилась к Антидопинговой олимпийской хартии (1993) и Конвенции ЕС (1998). Вместе с тем до последнего времени представители России отсутствовали во всех (!) антидопинговых организациях различного уровня, что не позволяло проводить активную политику в данной сфере.

В 2003 г. председатель Госкомспорта России приглашен к участию в руководящих органах WADA. Актуальной задачей является по возможности более широкое представительство российских государственных органов управления спортом, а также соответствующих общественных организаций в международных антидопинговых организациях.

Госкомспорт СССР и Национальный Олимпийский комитет США являлись пионерами в области двусторонних антидопинговых соглашений (1989-1991 гг.). В настоящее время WADA призывает к всемерному развитию таких билатеральных договоров, которые могут существенно способствовать взаимному развитию АДК в странах - участницах соглашений (взаимное внесоревновательное тестирование спортсменов, обмен лучшими образцами информационно-образовательных и научных программ и т.п.). При этом подобные соглашения могут быть заключены на различных уровнях: межгосударственном, в рамках деятельности национальных олимпийских комитетов, национальных федераций по видам спорта и т.д.).

Суммируя вышеизложенное, можно заключить, что, несмотря на недостаточный уровень развития АДК в России, имеются объективные предпосылки разработки и принятия государственной концепции антидопингового контроля в спорте и создания на ее основе эффективной системы АДК. Поэтому для практической реализации указанной концепции необходима разработка обоих документов в пакете - основных положений концепции АДК в спорте и государственной антидопинговой программы, пре-

дусматривающей план мероприятий по формированию национальной системы АДК. В свете изложенного, вопросы координации, проведение научных исследований, и информационно-образовательных мероприятий Госкомспорт России поручил ВНИИФК. Решение указанных задач позволит усовершенствовать всю инфраструктуру антидопингового контроля в стране в соответствии с современными международными стандартами.

### ***Программно-целевой подход к созданию Концепции антидопингового контроля в спорте***

Как отмечалось выше, использование программно-целевого подхода позволяет интегрированно представить цели, задачи, сроки, ресурсы, функции руководства, управления и исполнения. Подобные программы весьма широко используются в самых различных отраслях знаний и сферах общественной жизни, в том числе и в области теории и практики физической культуры и спорта. В настоящей работе с помощью данного подхода сформулированы общие положения и структура единой концепции обеспечения антидопингового контроля на национальном уровне (Концепция АДК).

Определение концепции обеспечения АДК на национальном уровне. Концепция АДК - это система принципов и взглядов, положенных в основу разработки и реализации мер, направленных на предупреждение распространения и в конечном итоге искоренение запрещенных допинговых средств и методов во всех сферах спорта и физической культуры в данной стране.

*Цели и задачи.* Конечной (долгосрочной) целью Концепции АДК является создание всех условий для недопущения применения запрещенных средств в сфере спорта и физической культуры на национальном уровне.

Промежуточная (средне- и краткосрочная) цель Концепции АДК - разработка и реализация мер, направленных на предупреждение и предотвращение применения запрещенных средств и методов в российском спорте и физической культуре.

*Основные направления реализации единой национальной Концепции АДК.* Данная концепция оформляется в виде национальной программы АДК в Российской Федерации, утверждаемой государственным органом

управления сферой спорта и физической культуры в стране (Государственным Комитетом России по физической культуре и спорту). Для реализации принятой концепции и выполнения положений национальной программы АДК создается национальная система АДК в сфере спорта и физической культуры в стране.

*Современные тенденции развития АДК.* Необходимо отметить, что на современном этапе развития международного антидопингового движения Российская Федерация включена в этот процесс прежде всего на межгосударственном уровне. Поэтому разработка и принятие Концепции, ее оформление в виде Национальной программы АДК в спорте и создание национальной системы АДК для последовательного достижения целей и задач является безусловным приоритетом государственных органов управления спортом и физической культурой, и в первую очередь - Государственного комитета России по физической культуре и спорту.

После принятия Копенгагенской Декларации (февраль 2003 г.) настоящий этап общего международного процесса развития АДК в спорте может быть определен как завершающий подготовительный к вступлению в силу и практической реализации Всемирного антидопингового кодекса. Данный документ, подписанный председателем Госкомспорта России как представителем национальных государственных органов управления спортом и физической культурой, устанавливает сроки введения новой глобальной системы АДК, а именно 2006 г. В частности, для России (как и для многих других стран) этот период времени должен стать определяющим в решении первоочередных задач в связи с принятием Всемирного Кодекса WADA. Речь идет о решении таких вопросов, как создание и принятие национальной Концепции АДК, разработка национальной антидопинговой программы, формирование национальной системы антидопингового контроля в спорте, внесение необходимых изменений в государственное законодательство, в соответствующие законодательные акты и положения (в частности, в Закон РФ "О спорте").

*Взаимодействие с другими органами власти и общественными организациями.* Приоритет государственного органа управления спортом во все не означает, что принятие единой Концепции АДК на национальном уровне исключает широкое участие в данном процессе различных субъектов, участвующих в спортивном и физкультурном движении. Как государственные органы управления спортом, так и общественные спортивные и

физкультурные организации могут и должны принимать участие в практической реализации обеспечения АДК в форме выполнения разделов Национальной антидопинговой программы. Естественно, что в зависимости от задач и властных прерогатив конкретной организации из сферы спорта и физической культуры могут быть разработаны различные уровни такой программы, если рассматривать ее как единую национальную антидопинговую программу.

Учитывая вышеизложенное, можно утверждать, что общим основанием для выполнения национальной антидопинговой программы как инструмента реализации Концепции АДК, безусловно, является наличие в стране инфраструктуры, связанной с развитием и управлением физической культурой и спортом, участие страны в международном спортивном и международном антидопинговом движении.

*Система контроля за реализацией Концепции.* Эффективная реализация положений Концепции АДК и национальной антидопинговой программы и адекватное функционирование всей инфраструктуры системы АДК требуют создания при государственном органе управления сферой физической культуры и спорта (Госкомспорте России) соответствующей структуры с рядом основных оперативно-исполнительских функций:

- утверждение и контроль исполнения календарных планов выполнения всех разделов национальной антидопинговой программы (программы внесоревновательного и соревновательного тестирования спортсменов; научно-информационные и научные проекты, международное сотрудничество и т.п.);
- разработка предложений по финансированию основных направлений реализации национальной антидопинговой программы;
- рассмотрение всех случаев положительных тестов на допинг в российском спорте и принятие решений в отношении наложения соответствующих санкций;
- оперативный контроль руководства Госкомспорта России за текущим состоянием АДК в спорте.

Таким образом, структура единой национальной Концепции АДК в спорте представляется следующей:

1. Исходное состояние и перспективы развития АДК в спорте:
  - а) современные тенденции развития общего процесса АДК в спорте;

б) характеристика текущего этапа процесса АДК в спорте на международном уровне и в Российской Федерации.

2. Цели и задачи АДК в сфере спорта и физической культуры в России.

3. Основные направления реализации концепции АДК:

а) национальная антидопинговая программа;

б) национальная система АДК;

в) взаимодействие Госкомспорта России с государственными и общественными организациями в области АДК в спорте и физической культуре.

4. Международная спортивная политика России.

5. Система контроля за реализацией Концепции.

Всемирный антидопинговый кодекс как документ, унифицирующий деятельность различных государств и международных спортивных организаций в области АДК в спорте, определяет шесть ключевых компонентов, составляющих базовые элементы для создания эффективной национальной антидопинговой программы в странах, признавших данный документ. В перечень этих ключевых элементов включены следующие:

- разработка и принятие национальной Концепции АДК в стране;
- создание действующей национальной системы тестирования спортсменов на допинг;
- обеспечение условий для проведения в стране необходимых научных исследований в области АДК в спорте;
- создание и реализация информационных и образовательных антидопинговых программ в стране;
- проведение мероприятий по ограничению доступности запрещенных допинговых средств;
- участие и сотрудничество государственных и общественных спортивных организаций во всех направлениях АДК в спорте на международном уровне.

### ***Основные направления реализации национальной антидопинговой программы (на примере вида спорта)***

Даже в пределах одной страны уровень АДК и соответствующей деятельности варьируется в зависимости от уровня развития конкретной спортивной организации (например, федерации по виду спорта).

Эффективная реализация национальной антидопинговой программы возможна только при участии полномочных государственных органов в создании, координации и финансировании национальной системы АДК. Однако это положение не исключает создания соответствующих концепций АДК как различных уровней в общей национальной антидопинговой инфраструктуре, в частности на примере отдельной федерации по виду спорта.

Данный раздел настоящего документа состоит в адаптации принципов и положений единой концепции антидопингового контроля к развитию конкретного вида спорта в данной стране (на примере легкой атлетики).

Ниже перечислены основные организационные направления реализации эффективной антидопинговой программы на национальном уровне.

1. Создание и принятие национальной антидопинговой программы, соответствующей уровню развития и возможностям конкретной национальной организации из сферы спорта и физической культуры (национальной федерации по виду спорта, входящей в соответствующее международное объединение, например Всероссийской федерации легкой атлетики как члена IAAF).

2. Создание компетентного органа, которому даны полномочия в координации и практической реализации перечисленных выше разделов государственной национальной антидопинговой программы (медицинская или специализированная антидопинговая комиссия Федерации). Учитывая массовость и медалеемкость легкой атлетики как вида спорта, а также высокий риск использования легкоатлетами допингов, в случае ВФЛА целесообразно создание специализированной антидопинговой комиссии как рабочего органа Федерации.

3. Определение приоритетных для данного вида спорта (организации) направлений антидопингового контроля.

4. Использование практики двустороннего и многостороннего сотрудничества в приоритетных сферах антидопингового контроля с дру-

гими компетентными организациями на национальном и международном уровнях.

5. Разработка и реализация собственных образовательных антидопинговых программ на региональных уровнях в пределах компетенции данной национальной организации.

6. Унификация и стандартизация средств и методов антидопингового контроля, используемых в данном виде спорта в соответствии с международными нормативами.

7. Проведение адекватной экспертизы разработанной национальной антидопинговой программы с привлечением как компетентных экспертов из соответствующих международных организаций (например, IAAF в случае легкой атлетики), так и полномочного государственного органа (например, Антидопинговой комиссии Госкомспорта России).

*Балахничев В.В., Португалов С.Н.* Научно-методические подходы к созданию национальной концепции антидопингового контроля в России // Теория и практика физической культуры. – 2003. - № 10. – С. 12-16.



**В. Леднев**

## **ПРОБЛЕМА ПРИМЕНЕНИЯ ДОПИНГА В СПОРТЕ**

*Кафедра спортивного менеджмента и Центр спортивного менеджмента Московской финансово-промышленной академии (МФПА) по заказу Всероссийской федерации легкой атлетики (ВФЛА) в октябре 2008 года - январе 2009 года под руководством первого проректора МФПА, доктора экономических наук, профессора Владимира Леднева провели специальное исследование на актуальную, дискуссионную и противоречивую тему - «Проблема применения допинга в спорте».*

Анкетирование проводилось в трех формах: очно, по телефону, по электронной почте. Всего были опрошены более 1 тыс. человек из 24 городов России. Несколько анкет по электронной почте было получено из Украины, Белоруссии и Казахстана.

Возрастные группы респондентов:

- до 18 лет – 0,7 %,
- 18-25 лет – 61,7 %,
- 26-40 лет – 14,2 %,
- 41-60 лет – 15,9 %,
- свыше 60 лет – 7,5 %.

Примечательно, что респонденты в возрасте 18-40 лет составили более 75 процентов опрошенных. А это, как правило, наиболее активная, информированная и независимая часть аудитории.

Анализ сфер профессиональной деятельности респондентов показывает, что наибольшую часть аудитории составили следующие представители:

- спорта и оздоровительной сферы;
- образования;
- бизнеса и финансов;
- культуры и социальной сферы;

- государственной службы;
- медицины.

Это подчеркивает достаточно высокий образовательный, профессиональный и культурный уровень состава респондентов. Такая выборка по количеству, географическому охвату, а также возрасту и сферам деятельности респондентов является объективной и репрезентативной.

В итоге подробного анализа анкет можно обобщить следующие результаты.

1. Около 99 процентов респондентов ответили, что они знают, что такое допинг в спорте. Хотя, наверное, более точно определить ответы респондентов так: «знают или просто слышали». Но, в любом случае, это очень высокий процент, который говорит о том, что сегодня в России проблема допинга (с точки зрения информации об этом) обсуждается на национальном уровне и косвенно практически все активное население страны невольно участвует в этой дискуссии. Значит, мнение респондентов по проблеме допинга необходимо учитывать, т.к. они находятся «в теме».

2. На вопрос по поводу отношения респондентов к тому, что некоторые спортсмены используют допинг для достижения высоких спортивных результатов, были получены следующие ответы:

- 65,1 % осуждают допинг потому, что это серьезное нарушение правил честной спортивной борьбы;
- 32,6 % относятся нейтрально, т.к. немало спортсменов сегодня принимают допинг и для некоторых видов спорта это стало практически обычным явлением;
- 2,3 % поддерживают, т.к. понимают, что это положительно влияет на высокий уровень спортивных результатов, звездную карьеру и хорошие заработки в спорте.

Стоит отметить, что примерно треть респондентов относится к проблеме допинга нейтрально, и это, возможно, является главной проблемой в современном спорте. Бороться эффективно с главной болезнью профессионального спорта можно только тогда, когда для этого мобилизованы все возможности не только спорта, медицины, но и всего общества.

3. Третий вопрос: «Кто виноват в использовании допинга?»

Данный вопрос оказался самым противоречивым и неоднозначным, тем более, что респонденты могли выбирать одновременно несколько ва-

риантов ответа (поэтому общая сумма намного превосходит 100 процентов). Вот полученные ответы:

- 55,8 % - спортсмены,
- 44,1 % - тренеры,
- 39,5 % - медицинский персонал,
- 30,2 % - менеджеры спортсменов.

Как видно из результатов анкетирования однозначного ответа на вопрос «Кто виноват?» не существует. Более половины респондентов (55,8 %) считают виновными самих спортсменов, что, наверное, не подвергается особому сомнению. Конечно, спортсмен, как правило, не может вообще не знать о применении допинга, как бы сильно он не доверял тем, с кем он непосредственно работает (тренеры, медики и менеджеры). Хотя, видимо бывают случаи, когда спортсмену дают запрещенные препараты против его воли. Поэтому спортсмен либо однозначно виновен, либо должен убедительно доказать, что запрещенные препараты давали ему втайне от него самого. Ответы типа «не знаю, откуда он (допинг) взялся» или «этого не может быть» для оправдания спортсмена приниматься не могут.

Обратим внимание на участие и вину других членов «команды спортсмена» - тренеров (около 44 %), медиков (почти 40 %) и менеджеров (30 %). Эти данные подводят к мысли, что однозначного виновника в случае применения допинга, как правило, нет. Виновата система, в которой есть место и тренерам, и медикам, и менеджерам.

Почему? Все они зависимы от результатов спортсменов с точки зрения признания и оценки результатов их работы, в т.ч. и материального вознаграждения. И, к сожалению, это объяснимо. Удивляет другое. А где здесь роль спортивных организаций территорий Российской Федерации, спортивных школ, руководства сборных команд, центров спортивной подготовки, клубов и, наконец, спортивного руководства федераций и спортивных чиновников вообще, которые напрямую отвечают за развитие своих видов спорта и за общее регулирование индустрии спорта в стране. Значит, они о применении допинга либо не знают, либо не борются с этим злом, либо косвенно в этом участвуют. Но главную причину частых допинговых скандалов можно и нужно искать в спортивных организациях и коллективах, где работают тренеры и тренируются спортсмены, анализируя то влияние и воздействие, которые они оказывают (или не оказывают) на развитие своего вида спорта. Кстати, в некоторых ответах респондентов

среди виновников назывались «вышестоящее руководство и государственные структуры».

4. Четвертый вопрос: «Можно ли сегодня полностью победить в борьбе с допингом в спорте?»

Полученные ответы показывают довольно безрадостную картину:

- 4,7 % считают, что можно,
- 28,0 % скорее да, чем нет,
- 66,3 % скорее нет, чем да,
- 1,0 % считают, что нельзя.

Таким образом, большая часть общества (67,3 %) пока считает, что допинг побеждает в спорте. А однозначных оптимистов всего менее 5 %. О чем это говорит?

*Во-первых*, что главные действующие лица российского спорта (государственные органы и федерации) пока по-настоящему не эффективно и бессистемно борются с допингом.

Главное не просто констатировать факт и порой бороться с симптомами болезни. Очень важно искоренять сами причины допинговой болезни, уже в стадии «заражения и в инкубационный период» причем это необходимо делать оперативно, жестко, а иногда и жестоко по отношению к истинным виновникам.

Необходимо привить в обществе мораль неприятия допинга в спорте и внести соответствующие поправки в российское законодательство, делающие наказание за злоупотребление допингом суровым и неотвратимым для всех участников и злоумышленников этого спортивного преступления.

*Во-вторых*, в условиях чрезмерной коммерциализации спорта, очень велик соблазн спортсменов использовать запрещенные препараты для достижения высоких спортивных и, следовательно, хороших финансовых результатов. В этом случае нужна системная воспитательная работа, работа по разъяснению вреда допинга для здоровья спортсменов и неотвратимости сурового наказания в случае уличения спортсменов в применении допинга.

*В-третьих*, очень важно в условиях постоянного и нарастающего применения спортсменами восстанавливающих препаратов провести четкую и понятную границу между восстановителями и запрещенными препаратами. Если одновременно развивать все три вышеперечисленных на-

правления, шансы победить в борьбе с допингом, безусловно, существенно возрастут.

Таковы итоги проведенного исследования и сделанные специалистами выводы, которые с одной стороны опираются на объективные данные анкетирования респондентов, а с другой могут иметь и относительно субъективный характер.

*Леднев В.* Проблема применения допинга в спорте: отчет // Весь спорт: агентство спортивной информации, 2009. – Режим доступа: <http://www.allsportinfo.ru> (дата обращения: 26.06.2010).

**Е. Дзичковский**

**ДОПИНГ:  
ЧАСТО ЗАДАВАЕМЫЕ ВОПРОСЫ**

*Штатный обозреватель газеты «Спорт-экспресс» Евгений Дзичковский рассуждает о причинах, по которым российские спортсмены применяют допинг. Автор обращает внимание на то, что помимо вопроса больших денег, непродуманной системе оплаты, тренерского карьеризма и особенностях организации отечественного спорта, из-за которых спортсмен чувствует себя социально не защищенным, существуют еще политические и технологические аспекты борьбы с допингом.*

*Его материал оформлен в популярном нынче Интернет-стиле *Frequently asked questions (FAQ)* – «Часто задаваемые вопросы».*

В последние два года российский спорт получил несколько весьма чувствительных ударов по репутации. Из-за проблем с допингом заработали дисквалификации сразу семь легкоатлетов, пять мастеров спортивной ходьбы, представители российской сборной по академической гребле, лыжники и ряд представителей других видов спорта. Прямо сейчас разворачиваются сразу несколько допинговых триллеров с участием наших атлетов. Что бы ни говорили сторонники взвешенного подхода, это много. И это неприятно.

***Существует ли международное антироссийское  
антидопинговое лобби?***

Не существует. Зато есть так называемое целевое тестирование, когда антидопинговые службы проверяют не всех подряд, а тех, кого надо проверять. Адресные меры всегда более эффективны, мотивы же могут быть самыми разными: проблемный вид спорта, любая подозрительная информация, медицинское предположение, банальный «стук». По ряду

признаков выявляется, на кого и на что поставить капкан. Посыл такой: надо бы проверить. И проверяют.

Если в какой-то стране учащаются случаи применения допинга, сокрытия положительных проб, изъятия у допинг-офицеров анализов на тамбоне (в России подобные меры мотивируются борьбой за биобезопасность) – WADA и международные федерации вправе насторожиться. И запустить программы дополнительного внешнего контроля. Международное сообщество, по сути, помогает обеспечить такой стране нормальный антидопинговый контроль. Конечно, до этой обидной ситуации дело лучше не доводить.

### ***Является ли Россия в настоящее время объектом применения специальных программ?***

В отдельных видах спорта к России особое внимание, от этого никуда не деться, сами напросились. В биатлоне, легкой атлетике, гребле – в первую очередь. Здесь нас проверяют чуть больше, чем остальных. Правда, ненамного. Так, в прошлом году целевое тестирование россиян в легкой атлетике составило около 180 проб, американцев – примерно 140, китайцев - 130. Цифры вполне сопоставимы, несмотря на громкие случаи с нашей легкоатлетической женской семеркой, пятью ходоками и так далее.

Россию не считают империей допингового зла. При этом важно все-таки не испытывать бесконечно чужое терпение. Нарушения в одних и тех же видах спорта, неспособность навести порядок вредят взаимопониманию. Мы начинаем казаться в своем допинговом постоянстве либо недалекими, либо наглыми людьми.

### ***Может ли WADA стать инструментом политического давления на Россию?***

Исключено. Интересы входящих в WADA организаций и отдельных чиновников слишком разрозненны, чтобы организованно мстить кому-то и уж тем более выполнять чей-то заказ. Норвежцы, американцы, англичане, шведы и так далее в принципе не способны договориться и во всех видах

спорта выступить единым строем против России. Если только мы сами их на это не спровоцируем.

***Как часто по сравнению с зарубежными спортсменами  
россиян ловят на допинге?***

В процентном соотношении – не чаще, чем в большинстве других крупных спортивных держав. Однако мнение о нас несколько хуже, чем о других. Это связано с нашим собственным отношением к данной проблеме. Любой опрос покажет, что в России виноватых спортсменов считают героями, противостоящими натиску чиновников, тренеров, медиков и прочих темных сил.

Дабы изменить ситуацию, WADA и РУСАДА занимаются специальными образовательными программами, с помощью которых у населения должна вырабатываться zero tolerance - нулевая терпимость к допингу. Следует вести работу с самими спортсменами, до сведения которых необходимо доводить простую мысль: если они попадутся, им никто руки не подаст, потому что допинг – это обман, жульничество и преступление. Нужная ориентировка общественного мнения в борьбе с допингом очень важна. В России ее пока нет: пресса вместо трезвой оценки ситуации искусственно раздувает скандалы, в обществе укоренилось сочувствие к проштрафившимся кумирам, дисквалификация считается вселенской несправедливостью.

***Кто вправе проверять  
российских спортсменов на допинг?***

Свои и чужие – РУСАДА и международные федерации. Делает это и WADA, но крайне редко. За пробами из-за границы приезжают специально подготовленные люди – допинг-офицеры, которые могут возникнуть в самых неожиданных местах. Несколько стран – например, Франция – запретили свободное хождение по своей территории зарубежных допинг-эмиссаров. Взамен французы предложили услуги около 600 своих собственных штатных и добровольных сборщиков допинговых проб. Им пошли на-



встречу, поскольку в стране действуют многолетние и эффективные анти-допинговые программы.

В России забором проб занимаются 20 – 25 человек. Все они – наши соотечественники.

### ***Какой процент проб в среднем оказывается положительным?***

Французы ловят на допинге 4-5 процентов протестированных, россияне, американцы и китайцы – примерно по полтора процента.

Высокий процент положительных проб свидетельствует о более качественном контроле или о большей задопингованности национального спорта?

Если взять 100 проб в секции бального танца и в соседнем подвале, где тренируются бодибилдеры, результаты окажутся, мягко говоря, несопадающими. Иными словами, все зависит от принципов контроля, которыми руководствуются национальные допинг-службы. Французы, скажем, предпочитают контролировать проблемные территории: велоспорт, бодибилдинг и т.п. Другие страны концентрируются на проверках выезжающих за границу команд - так они понимают заботу о национальном престиже. Третьи пытаются охватить и то, и другое. В итоге статистика результатов мало о чем говорит. «Ловцы» в разных странах работают не лучше и не хуже – они работают по-разному.

### ***Какие «мощности» для борьбы с допингом существуют в России?***

У нас есть чем ловить – в Москве действует передовая лаборатория. В ней работают около 40 хорошо подготовленных квалифицированных сотрудников. Оборудование лаборатории способно определить в пробах 10-миллиардные доли миллиграмма – это очень высокий показатель. В ее арсенале есть приборы стоимостью около миллиона долларов. Лаборатория делает спектрометрические, биохимические, изотопные исследования и

другие виды современных антидопинговых анализов. В числе прочего у нас легко определяют пресловутый эритропоэтин.

Руководит московской лабораторией Григорий Родченков, пользующийся большим уважением в мировом антидопинговом сообществе. Его учреждение принимает допинг-пробы и отдает результаты анализов – ничем другим оно не занимается и не имеет права заниматься. Лаборатория работает не с фамилиями, а только с кодами, которые расшифровываются в РУСАДА, международных федерациях или WADA.

### ***Как РУСАДА решает, кого контролировать?***

Национальное агентство ведает забором проб, составляет графики контроля, руководствуясь при этом самыми разными соображениями. Например, РУСАДА вправе счесть, что в каком-то виде спорта существуют особые проблемы. Или что первый состав какой-нибудь сборной проверяется регулярно, а вот резервисты выпали из поля зрения. Или обратит внимание на подопечных какого-то одного тренера.

Казалось бы, при такой системе РУСАДА может умышленно обеспечить головную боль любому виду спорта. Однако это не так. В борьбе с допингом существует система сдержек и противовесов – хотя бы потому, что специальное подразделение, отвечающее за допинг-контроль, существует и в недрах министерства спорта. Какой-либо неоправданный перегиб тут же вызовет ответную реакцию, вплоть до громкого скандала. Это модель своеобразной демократии, при которой план действий рождается на стыке интересов независимых друг от друга структур. Отношения между ними иногда натянутые, что также является свидетельством и следствием их независимости. Вместо круговой поруки – сотрудничество, иногда не беспроблемное.

Любопытно, что РУСАДА по роду своей основной деятельности не подчиняется никому, хотя финансируется министерством спорта. Процедура зависимости, конечно, существует, однако это не выливается в прямые указания. В свою очередь, всемирное агентство тоже не может диктовать, кого и как надо проверять в России.

### ***Что представляет собой WADA в структурном смысле?***

Это не тайная масонская ложа, а довольно прозрачная организация с небольшим количеством сотрудников и скромным бюджетом. Полномочия WADA не потрясают воображение: никакого права вмешиваться в деятельность антидопинговых служб отдельных государств оно не имеет. Фактически Всемирное антидопинговое агентство – это группа технических экспертов, которая определяет общие правила игры – и только.

В каждой стране существует своя антидопинговая служба, которая по форме может значительно отличаться от подобных зарубежных организаций. В то же время имеется некий набор принципов, которому необходимо соответствовать всем участникам процесса. Он называется Кодекс WADA. Сами принципы могут быть жесткими и не очень. Скажем, список запрещенных средств и сроки дисквалификации едины для всех. Многое другое может творчески различаться.

WADA было основано в 1999 году. В 2007 году агентство возглавил австралийский юрист Джон Фейхи. До этого организацией правил ее основатель, харизматичный канадец Дик Паунд. Именно Паунд настоял на том, чтобы штаб-квартира WADA расположилась в Монреале. Вопрос переноса ее в Европу поднимается в настоящее время довольно часто, поскольку большинство стран, вносящих ежегодно в бюджет WADA максимальный взнос – 500 тысяч евро (в том числе и Россия), находится в Старом Свете.

Бюджет WADA не превышает нескольких десятков миллионов долларов. Он складывается из вышеупомянутых взносов и денег МОК. На эти средства WADA умудряется не только вести контроль, но и финансировать научные исследования. Например, по разработке методов обнаружения гормона роста, который является для спорта настоящей головной болью. Ведутся также работы по предупреждению производителей допинга, как это было в случае с препаратом CERA, выпущенным швейцарской фармакологической фирмой. Когда он вышел на рынок, у WADA уже был метод его идентификации, что стало неприятной неожиданностью для итальянца Риккардо Рикко и группы других гонщиков, пойманных на «Тур де Франс». Еще до выпуска лекарства было очевидно, что CERA пойдет в спорт, и WADA успело подготовиться.

Во многих случаях разработка препаратов, теоретически способных стать допингом, и методов их обнаружения идет параллельными курсами. Фармакологи разрабатывают лекарственные средства, а WADA, зная, что это потенциальный допинг, предпринимает превентивные меры.

Аппарат WADA насчитывает не более 40 человек. Сборщики допинг-проб в это число не входят. В мире есть две независимые фирмы, чьи люди профессионально занимаются сбором проб в планетарном масштабе, – IDTM и ADC. Обе сертифицированы, именно им делают заказы международные федерации и WADA. Агенты собирают пробы на местах и развозят их по тем лабораториям, которые укажут заказчики.

Очень большую часть деятельности WADA составляют образовательные программы. Там считают: ловить спортсменов – мало, важнее их убеждать и просвещать.

### ***Как устроена мировая сеть антидопинговых лабораторий?***

Всего аккредитованных WADA лабораторий 34. Аккредитацию получить непросто, для этого нужно несколько лет доказывать WADA свою состоятельность. Список не фиксирован, несколько лабораторий все время стоят на листе ожидания. Они готовы занять места тех, кто вылетает из «высшей лиги», как это происходит сейчас, например, с турецкой и малайзийской лабораториями. По условиям договора, лаборатория должна заниматься борьбой с допингом только в интересах национальных агентств или международных федераций. Она не имеет права контролировать спортсменов, клубы или лиги по их просьбе.

Периодически WADA проверяет лаборатории, присылая им сложные зашифрованные пробы. Если анализ неверный, следует предупреждение. За второй прокол наступает лишение аккредитации. Задача WADA – поддерживать уровень, к которому сами лаборатории стремятся годами.

В одних странах это коммерческие учреждения, в других государственные, в третьих – научные. В Лозанне, например, антидопинговая лаборатория – часть большой судебно-медицинской организации, то есть, по сути, относится к швейцарскому МВД. В России это государственная структура. В Англии лаборатория является частью большого учебного за-

ведения. Главное условие WADA – правительственные гарантии на оплату как минимум полутора тысяч проб в год, остальное на усмотрение учредителей.

Любая уважающая себя страна хочет иметь современную аккредитованную антидопинговую лабораторию. В Германии и Испании их две. И в Англии было две, пока одна не увлеклась частными заказами от футбольных клубов, вследствие чего потеряла аккредитацию. Непрофильная деятельность категорически запрещена, лаборатория должна принимать заказы только от WADA, международных федераций и национального антидопингового агентства.

### ***Существуют ли отличия в специализации лабораторий?***

Небольшие. Скажем, когда речь идет об ЭПО, в первую очередь вспоминают о французской лаборатории Шатене-Малабри и о Лозанне. Это законодатели мод, их мнение очень авторитетно. Но это не значит, что ЭПО не будет пойман в любой другой аккредитованной лаборатории. Обязательно будет, причем со столь же высокой вероятностью.

### ***Может ли руководство национального спорта самостоятельно проверить спортсменов и не выносить сор из избы?***

Такое уже было пару десятков лет назад. В США частные проверки обернулись скрыванием фактов положительных проб перед выездом спортсменов за рубеж. В конце концов член американского НОК по имени Уэйн Экзум, обидевшись на что-то или на кого-то, рассказал правду в печати. Разразился жуткий скандал, дело дошло до сенатских слушаний, а сам процесс в силу известной аналогии назвали «экзумацией».

Было и у нас нечто похожее. Спортсменов контролировали просто для того, чтобы быть в курсе и, если понадобится, не допустить огласки. В отличие от американцев, до скандала дело у нас не дошло.

Сегодня подобное практически невозможно. РУСАДА зашифровывает пробы и отправляет их в лабораторию, а та, прежде чем отправить ре-

зультат обратно, информирует о нем WADA, абсолютно не зная, кому эта проба принадлежит. В случае положительного анализа информация неминуемо окажется в центральной базе данных в Монреале. Возможность для подлога, взятки или телефонного права практически отсутствует. Кроме того, в цепочке слишком мало промежуточных звеньев, и в случае малейшей нестыковки подозрение падет на того, кто действительно виноват.

Мошенничество крайне затруднено даже в таких закрытых странах, как Китай, поскольку выстроенная WADA система проста и прозрачна. Кстати, известны случаи, когда китайцы ссаживали по 40 – 50 «грязных» спортсменов чуть ли не с самолета, перед самой отправкой на соревнования, хотя при их политической системе интерес в сокрытии громких скандалов должен быть, по логике вещей, весьма велик. В Китае уже понимают: престиж страны обеспечивается не тем, с какой тщательностью прячутся положительные пробы, а тем, с какой тщательностью эти случаи расследуются.

### ***Часто ли происходят попытки обмануть антидопинговые службы?***

В борьбе с допингом случаются всякие фокусы. Венгерские метатели на Играх в Афинах пять лет назад разработали невероятное устройство. В прямую кишку вставлялся контейнер с мочой, от него выводилась замаскированная трубка с кнопкой. В нужный момент человек имитировал сдачу пробы, нажимал кнопку, и в пробирку текла «чистая», заранее подготовленная моча. Вся эта жуть, однако, вскрылась: с адской конструкцией застукали дискобола Роберта Фазекаша. Молотобоец Адриан Аннуш стремительно покинул большой спорт и отказался от всех проверок, хотя были очень веские основания и его обвинить в подобном трюке. Естественно, все это стоило венграм отобранных со страшным позором золотых олимпийских медалей.

В некоторых случаях, утверждают знатоки, у тренеров и врачей имеются холодильники с «чистой» законсервированной мочой действующих спортсменов на случай ДНК-анализов. Все это заготовлено для подмены. Люди не хотят, чтобы их застукали на несовпадении молекулярного кода. В таком жульничестве, как ни странно, есть свои плюсы: если нару-

шители думают над тем, как бы не попасться, рано или поздно они придут к тому, что лучше вообще не нарушать.

Именно так пришло к этому большинство спортивных чиновников. Мало кто из них во всем мире, включая Россию, сделает сейчас выбор в пользу «химического» золота по сравнению с «чистым» четвертым или пятым местом. Потому что потом все это может быть больно, стыдно и небезопасно для карьеры.

### ***А что в такой ситуации выберут спортсмены?***

Несколько лет назад американцы опросили более пятисот профессиональных атлетов. Им предложили ответить на вопрос: если вам дадут лекарство, которое поможет выиграть Олимпийские игры, но через пять лет вы умрете, примете его?

Больше половины респондентов заявили, что готовы принять такой препарат. И это лишний раз доказывает: спорт – стихия отчаянных и иногда иррациональных людей, которым обязательно нужны контроль со стороны антидопинговых служб и плотная образовательная работа.

### ***Кто платит за допинг-пробы и сколько они стоят?***

Стандартный набор анализов, не включающий определение эритропоэтина, стоит от 150 до 200 евро. Сюда не входят также расходы на забор и транспортировку, речь идет только о самом лабораторном анализе. В России все пробы оплачивает государство, а в случае внешнего контроля это делают международные федерации или WADA.

В 2008 году в России было сделано 13 700 проб. В мире мы по этому показателю примерно шестые-седьмые. Американцы берут около 50 тысяч проб в год.

***У Ирины Коржаненко, попавшейся на допинге в Афинах, не отбирают медаль потому, что боятся ее разоблачений?***

Медаль Коржаненко давно превратилась в обычный кусок металла. Настоящее «золото» находится у кубинки Кумба, показавшей в древней Олимпии второй результат. Мировое спортивное сообщество предпочло в данном случае не скандалить, а просто наплевать и забыть.

***Почему в ноябре наши биатлонисты, проверенные московской лабораторией, оказались «чистыми», а в декабре их пробы, взятые в шведском Остерсунде, были объявлены «грязными»?***

Часто бывает так, что спортсмены просто не ожидают внесоревновательного контроля. Проверились внутри страны, выехали, расслабились. И получили сюрприз. Но есть и еще одно важное обстоятельство.

Во многих видах спорта существует так называемый гематологический паспорт спортсмена. Несколько раз в году у атлета берется кровь и анализируется на специальном аппарате, который рисует индивидуальный график. Он не указывает на допинг, но позволяет определить, делалось ли с кровью вообще что-нибудь в данный период. На графике вылезают «хвосты» и нехарактерные изменения. Если они есть, возникают подозрения. Контроль усиливается.

Из организма ЭПО уходит через двое суток, но его влияние на кровь остается заметным неделями, что неминуемо рождает вопросы. Иногда до такой степени конкретные, что становится почти ясно, что с человеком было и где его удобнее поймать.

В любом случае надо ждать официального решения Союза биатлонистов России. До его принятия спортсмены будут считаться не виновными, а временно отстраненными. Это абсолютно нормальная практика, потому что история знала немало случаев, когда по результатам тщательных расследований всплывали самые неожиданные подробности, в том числе и связанные с лабораторными результатами.



***Если спортсмены действительно не принимали ничего умышленно, неужели они должны сомневаться в своих врачах?***

Спортсмен уровня национальной сборной всегда обязан помнить о риске оказаться «грязным». Профессионал? Тогда побеспокойся – за тобой целая страна. Лозунг «я во всем верю своему врачу» устарел – не верь. В конце концов, всегда есть возможность перестраховаться, попросить разъяснения или пожаловаться.

***Можно ли полностью скрыть применение допинга?***

Теоретически – да. Существуют препараты, позволяющие замаскировать следы того же ЭПО. Вот только сами они тоже оставляют следы, которые теперь считаются допингом. Такие средства не помогают выигрывать, но относятся к маскирующим незаконную фармакологию и потому также строго запрещены.

***Существует ли подпольная допинг-индустрия?***

Дело обстоит настолько серьезно, что борьбой с допинговой индустрией – производством и транспортировкой черной фармакологии – занялся Интерпол, заключивший соглашение с WADA.

Несколько лет назад Госнаркоконтроль обнаружил и разгромил под Москвой незаконное производство допинга. В конце прошлого года на Урале были заведены уголовные дела в отношении нескольких распространителей анаболиков. Таможенники постоянно отслеживают пути поставки допинга из Китая.

В США Федеральное бюро расследований накрыло в прошлом году 65 подпольных лабораторий по производству запрещенных субстанций. И там уверены, что это только верхушка айсберга.

***Отличается ли китайский ЭПО  
от европейского или американского?***

Только ценой. Риск попасться на том и другом одинаковый, как и «эффективность». Вообще китайский ЭПО становится проблемой для Европы. В Португалии есть фирма, наводнившая Старый Свет китайским контрабандным дешевым эритропоезином. Естественно, на него большой спрос, а локализовать канал поставки пока не удастся.

***Можно ли сказать, что современный высокотехнологичный допинг  
перестал быть вредным для здоровья?***

Ни в коем случае – за все приходится платить. Тем более за искусственное завышение порога человеческих возможностей. Спорт – это постоянный режим на грани самоистязания, концентрация и высочайшая отдача. Если же человек тренируется вполсилы и добивается результатов с помощью допинга, он обманывает не столько судей или зрителей, сколько собственный организм, не готовый к таким подвигам. Попутно верой в укол и таблетку вытесняются азарт и кураж, что автоматически снижает ответственность, отучает терпеть.

Помимо этого химизированный спорт разрушает селекцию. Наверх начинают пробиваться не лучшие, а сильнее уколотые. Одновременно деградируют тренерские кадры, которым проще фармакологически взрастить таланты, чем найти их и воспитать.

***Почему наши спортивные чиновники не уходят в отставку  
после допинговых скандалов в их видах спорта?***

Если человек не чувствует вины, а его вновь избирают, зачем ему уходить, терять хлеб с маслом?

Прямой зависимости между допинговыми скандалами и служебным положением глав федераций, являющихся общественными организациями, в России нет. Связано это в первую очередь с особенностями финанси-

вания российского спорта. Если федерацию спонсирует государство, то даже в случае скандала оно никуда не денется, а продолжит давать деньги.

А вот частные спонсоры от такой федерации неминуемо отвернутся, как шарахнулись они врассыпную от финнов-лыжников в 2001-м или от «Тур де Франс» в прошлом году. И вот тогда чиновник непременно ощутит на себе недовольство коллег и подчиненных. А пока материальной зависимости от чистоты его вида спорта у главы федерации по большому счету нет, кровно в борьбе с допингом чиновник не заинтересован.

***Почему Ольге Пылевой не сообщили перед Турин-2006 о ее положительной пробе на карфедон, не являющийся допингом во внесоревновательный период, а дождавшись начала олимпийского турнира, еще раз обнаружили тот же препарат и дисквалифицировали?***

Официальная версия президента IBU Андреса Бессеберга – были потеряны документы с расшифрованными кодами, подтверждающие, что карфедон обнаружен именно у Пылевой. Случай не считался допинговым, поэтому к пробе якобы отнеслись недостаточно ответственно. Конечно, чисто по-человечески кто-то из IBU мог найти спортсменку перед Играми и известить ее о возможных проблемах с карфедоном, но формально никто не обязан был этого делать. А вот когда анализ дал тот же результат после начала соревнований, Пылева испила горькую чашу до дна.

***Почему был замят вопрос о роли допинг-офицеров в скандале с семью российскими легкоатлетками, обвиненными в несовпадении ДНК своих проб?***

Из-за поверхностно проведенного расследования. Роль допинг-офицеров, без участия или халатности которых не могла состояться подмена проб, была опущена. Сознательно или нет – сейчас утверждать невозможно. Но на предстоящем суде от этого вопроса не уйти.

***В чем отличие нового Кодекса WADA,  
вступившего в силу 1 января 2009 года, от предыдущего?***

Принципиальных отличий нет. Глубже проработаны детали, видоизменены некоторые формулировки, документ лучше адаптирован к современным условиям. Он стал более гибким по части наказания виновных. В чем-то жестче, чем раньше, но одновременно с большими возможностями для спортсменов добиться смягчения санкций.

***Что важнее в борьбе с допингом – построение «ловушек»  
или профилактика?***

Слово «ловушка» перегружено отрицательной энергетикой. Допинг-контроль – достаточно спокойная, прагматичная и технологичная вещь. Эмоций и экспромтов в ней значительно меньше, чем принято считать.

В России существует закон, по которому распространители или производители допинга могут получить несколько лет тюрьмы. Но этого недостаточно. Нужна глубокая работа с обществом: если не оборвать в мозгах химическую традицию, никакие капканы и сети не помогут.

Очень важно понимать и то, что допинг и спорт влияют на имидж государства как ничто другое. Англичане не любят Аргентину за Фолклендскую войну меньше, чем за гол Марадоны, забитый в их ворота рукой 23 года назад. Репутация страны жуликов приобретается легко, а отмывается долго. И вовсе не факт, к примеру, что сегодня, после биатлонно-легкоатлетических «залетов», нам вновь дали бы право на Олимпиаду, как это было летом 2007-го.

Поэтому само общество должно сказать своим спортсменам: «Хватит! Не применяйте допинг, пожалуйста!»

*Дзичковский Е. Допинг: часто задаваемые вопросы // Спорт-экспресс: газета от 7 апреля 2009 года.*

**А.М. Якимов, А.С. Ревзон**

## **АНТИДОПИНГОВЫЕ ТЕЗИСЫ**

*Авторы статьи - Анатолий Михайлович Якимов и Август Самсонович Ревзон - кандидаты педагогических наук, доценты кафедры легкой атлетики Московской государственной академии физической культуры.*

Как известно, советские спортсмены начали использовать допинг в тренировочном процессе в начале 50-х годов прошлого столетия. Во многом это обуславливалось политическими причинами. Вследствие противостояния двух систем – социалистической и капиталистической – демонстрация преимуществ того или иного строя требовала веских доказательств. Для достижения цели был выбран самый быстрый и эффективный способ – допинг.

### **Допинг – «палочка-выручалочка»**

В 1972 году появляется документ под грифом «для служебного пользования», озаглавленный «Анаболические стероиды и спортивная работоспособность». В нем приводятся точные описания дозировок анаболических препаратов неробола и ретаболила, которые в сочетании с точно вычисленными сроками воздействия приводят к увеличению мышечной массы, улучшению восстановительных процессов и повышению выносливости организма спортсмена.

Наивно думать, что к допингу не прибегали спортсмены из других стран, Но именно допинговый курс стал во многом определять политику в отечественном спорте.

В то время как на Западе строились современные спортивные центры, делался упор на развитие новых технологий, совершенствование спортивного инвентаря и тренировочного процесса, политика нашей страны была ориентирована на иное. В 1959 году выходит первое постанов-

ление ЦК КПСС и Совмина СССР об ограничении (точнее о запрещении) строительства административных и спортивных сооружений. В 1981 году следует второй документ ЦК КПСС и Совмина СССР: «О дальнейшем ограничении строительства административных и спортивных сооружений». В 1980 году в Москве прошла Олимпиада. Это глобальное событие в большей степени имело политическую подоплеку. А вот многие мировые рекорды на ней были установлены атлетами за счет использования допинга. Кстати, служба допинг-контроля, которая работала на Олимпиаде не выявила ни одного случая употребления спортсменами запрещенных стимуляторов.

Расцвет использования допинга в спорте высших достижений в СССР пришелся на конец 80-х годов прошлого века. Об этом, в частности, рассказала трехкратная олимпийская чемпионка по лыжным гонкам и биатлону Анфиса Резцова в интервью «Московскому Комсомольцу» перед Олимпиадой в Турине: «Начиная с 1988 года нам всем стали делать кровяной допинг. То есть сначала забирали кровь, а потом уже непосредственно перед важным стартом вводили ее обратно. Я лично от всего этого никакой прибавки энергии не чувствовала, хотя говорят, что кому-то кровяной допинг помог добиться результата. С другой стороны, известный наш биатлонист Сережа Тарасов от такой вот процедуры в свое время во Франции чуть не умер. Впрочем, и это все цветочки по сравнению с тем, что творится в современном спорте. Он-то как раз без допинга никуда. И на завтрак, и на обед, и на ужин. Меня искренне удивляет, когда кто-то начинает бить себя в грудь: дескать, я чистый! Зачем врать-то? Все пользуются! Только кто-то в большей степени, а кто-то в меньшей. Таков уж современный спорт». Кстати, через два десятка лет А. Резцова призналась, что она использовала допинг в тренировочном процессе. Однако этот мужественный поступок выдающейся спортсменки ни на йоту не сдвинул отношение отечественных спортивных чиновников, руководителей федераций к проблеме допинга в нашей стране.

Иными словами, ставка на допинг, делаемая многими отечественными чиновниками, тренерами, врачами, спортсменами, тянется еще с советских времен. Ведь победы в спорте, которые атлеты одерживали на мировых аренах, преподносились руководством страны как преимущество социалистической системы над капиталистической.

### **«Вселенский заговор»**

Нельзя сказать, что спортивные чиновники, политики, общественность страны не ведут борьбу с допингом. Но, похоже, она ведется неэффективно. Конечно, можно приобрести дорогостоящую антидопинговую лабораторию, что и сделало наше спортивное ведомство перед Олимпиадой в Турине, заверив тем самым болельщиков, любителей спорта, что теперь-то все наши олимпийцы будут чистыми. На самом деле вопрос оказался не столь простым. Главными действующими лицами громких скандалов в 2006 году стали олимпийские чемпионы Афин Наталья Садова (легкая атлетика) и Дмитрий Берестов (тяжелая атлетика), перспективный 17-летний штангист Евгений Писарев и чемпионка мира 2006 года по академической гребле Ольга Самуленкова.

В 2007 году за употребление запрещенных препаратов были дисквалифицированы лыжник Сергей Ширяев, бронзовый призер чемпионата мира 2001 года в метании молота Илья Коновалов, неоднократный призер чемпионатов Европы и мира в плавании Анатолий Поляков и его коллега по команде чемпионка и рекордсменка России Анастасия Иваненко.

Во время чемпионата мира по академической гребле в Мюнхене были дисквалифицированы шесть российских спортсменов (Денис Моисеев, Владимир Варфоломеев, Светлана Федорова, Александр Литвиничев, Евгений Лузянин и Иван Подшивалов). Напомни, что международная федерация гребного спорта за нарушения кодекса ВАДА фактически отправила в отставку отечественную федерацию по этому виду спорта перед Олимпиадой в Пекине.

Рекордным годом по дисквалификации ведущих отечественных легкоатлетов стал год 2008. Их оказалось около двух десятков. Наиболее скандальным стало дело о семи дисквалифицированных легкоатлетках – Елене Соболевой (800 и 1500м), Светланы Черкасовой (800м), Юлии Фоменко (1500м), Дарье Пищальниковой (диск), Ольге Егоровой (5000м), Гульнаре Ханафеевой (молот) и Татьяне Томашовой (1500м), которые обвинялись в подмене допинг-проб. Кроме того, антидопинговая комиссия и бюро Всероссийской федерации легкой атлетики дисквалифицировали на два года пятерых ходоков – Владимира Канайкина, Алексея Воеводина, Виктора Бураева, Игоря Ерохина и Сергея Морозова, уличенных в применении эритропоэтина.

2009 год также не обошелся без грандиозных допинговых скандалов. За использование допинга в тренировочном процессе были дисквалифицированы несколько ведущих «стреляющих лыжников» - Екатерина Юрьева, Альбина Ахатова и Дмитрий Ярошенко. На ЭПО попались и еще два российских биатлониста: Вероника Тимофеева и Андрей Прокунин, которые были дисквалифицированы СБР (Союз биатлонистов России). В лыжах были пойманы на допинге олимпийские чемпионы Юлия Чепалова и Евгений Дементьев, а также члены сборной команды Наталья Матвеева и Нина Рысина.

В самом факте дисквалификации такого большого количества известных российских спортсменов нет ничего необычного. Спортсмены не роботы, а живые люди. И если они «удачно» раньше использовали в тренировочном процессе допинг, то отказаться от него некоторым из них было не просто. Видимо, разъяснительные беседы, которыми занимался антидопинговый центр страны, приносили мало пользы. А вот свое главное назначение – внутренний контроль за спортсменами во время тренировочного процесса – эта структура, как видно, исполняла неудовлетворительно.

У нас неплохо отработана методика «защиты». Когда спортсмен или спортсменка попадают на допинге, в ход идут самые разные оправдания. Вплоть до таких: мол, виноват супруг или невеста, которые из-за ревности подсыпали в пищу запрещенные препараты. Или это бабушка по незнанию дала внучке таблетку фуросемида (мочегонного средства), который спортсмены используют для вывода из организма запрещенных препаратов. Могут обвинить даже целый коллектив витаминного завода. Было, было и такое, когда на зимней Олимпиаде в Турине на допинге попала биатлонистка Ольга Пылева. Но самое расхожее оправдание чиновников, тренеров, медиков — это якобы существующий вселенский заговор против России. Такая практика тянется еще со времен СССР.

### **Честь по-фински**

Так могут ли спортсмены и спортсменки, дисквалифицированные Международным олимпийским комитетом иметь общественную поддержку? Казалось бы, однозначно нет! Но у нас, как и во многом, все несколько по-иному. Вот пример. Перед Олимпиадой в Турине федеральный



телеканал пригласил в студию дисквалифицированную МОКом чемпионку Афин Ирину Коржаненко, сопроводив ее выход на сцену фразой: «Золотую медаль так и не отдала». Телезрителям однозначно дали понять, что спортсменка продолжает считать себя невиновной. Собственно, это косвенно подтвердила и сама Коржаненко, заявив в ходе передачи: «Если бы довелось пройти путь заново, все сделала бы так же». Подавляющее большинство из нас так до сих пор и не узнало, виновата ли в содеянном она сама, или ее подставила несовершенная на тот период отечественная допинг-лаборатория.

Или другой случай. Неподдельное удивление у многих любителей футбола, тренеров и специалистов вызвало приглашение на центральное телевидение для комментирования матчей чемпионата Европы дисквалифицированного футболиста Егора Титова. При этом в воздухе повис вопрос: кто же виноват в том, что Титов попался? Сам он в интервью, данном газете «Советский спорт», сказал: «Мой «убийца» - доктор Щукин». Однако обвиняемый им врач через несколько дней в той же газете заявил: «Правду о деле Титова мы вряд ли когда-нибудь узнаем».

И совсем уникальная история произошла с использованием допинга в тренировочном процессе в легкой атлетике. Разбор дела метательниц молота Татьяны Лысенко и Екатерины Хороших завершился тем, что антидопинговая комиссия Международной ассоциации легкоатлетических федераций рекомендовала Всероссийской федерации легкой атлетики отстранить спортсменок от официальных стартов на два года, а не на один, о чем ходатайствовала российская сторона. В ходе расследования выяснилось, что запрещенные таблетки подопечным под видом витаминов «продавал» теперь уже бывший главный тренер сборной Валерий Куличенко.

Все эти факты неумолимо свидетельствуют о том, что у нас в стране существуют свои неписанные законы и правила по применению допинга в тренировочном процессе. И какие-то влиятельные силы не дают возможности разобраться в этом важном вопросе. Словом, закрытость перед обществом еще та.

Диаметрально противоположно ведут себя чиновники в реально демократических странах. Наглядный пример — Финляндия. Когда ее лыжники в 2001 году попались на допинге, меры в стране были приняты адекватные. Вначале вся нация публично покаялась перед мировой спортивной общественностью. Затем отправили в отставку все руководство националь-

ного лыжного союза вместе с тренерами и врачами. Далее, не став рассуждать о вселенском заговоре против Суоми, провели открытое государственное расследование случившегося.

Многие спортивные деятели в нашей стране тогда не без удовлетворения поставили крест на Финляндии как лыжной державе, будучи уверены в том, что теперь ее лыжники еще на протяжении нескольких десятилетий не смогут дотянуться до медалей на чемпионатах мира и Олимпийских играх. Мол, сами себе на шее веревку затянули. Но прошло всего шесть лет, и финские лыжники снова стали подниматься на пьедесталы почета на крупнейших соревнованиях. Это наглядно подтвердили и недавние чемпионаты мира по лыжному спорту в японском Саппоро, чешском Либереце и Олимпийские игры в Ванкувере. Комментарии, как говорится, излишни. Мы же в ситуации, когда все шито белыми нитками, по-прежнему пытаемся, во что бы то ни стало, держать марку. Смешно и грустно. А главное - наносим тем самым своему же спорту непоправимый вред.

*Якимов А.М., Ревзон А.С. Анти-допинговые тезисы от А. Якимова и А. Ревзона // Официальный сайт Журнала Лыжный спорт. – Режим доступа: <http://skisport.ru/doc/read.php?id=264> (дата обращения: 12.07.2010).*

**ДОКУМЕНТЫ,  
РЕГЛАМЕНТИРУЮЩИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНУЮ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ПРИМЕНЕНИЯ  
ДОПИНГА В СПОРТЕ**

*Антидопинговая политика различных международных организаций сегодня направлена, в первую очередь, не на меры наказания за применение спортсменами допинга, а на проведение мероприятий этического и информационного характера.*

*В этой связи в крупнейших документах, связанных с борьбой с допингом в спорте есть разделы, посвященные образовательной деятельности. Далее приводятся выдержки из этих документов.*

**ВСЕМИРНЫЙ АНТИДОПИНГОВЫЙ КОДЕКС  
(выдержки)**

Всемирный антидопинговый кодекс был впервые принят в 2003 году и начал действовать в 2004 году. Измененный Всемирный антидопинговый кодекс был утвержден Советом учредителей Всемирного антидопингового агентства 17 ноября 2007 года. Пересмотренный Всемирный антидопинговый кодекс вступил в силу с 1 января 2009 года.

*Задачи* Всемирной антидопинговой программы и Кодекса состоят в следующем:

- защищать фундаментальное право *спортсменов* участвовать в соревнованиях, свободных от допинга, и с этой целью пропагандировать; здоровье, справедливость и равенство для всех *спортсменов*, а также
- создавать согласованные, скоординированные и эффективные антидопинговые программы, как на международном, так и на национальных уровнях, чтобы раскрывать, сдерживать и предотвращать случаи применения допинга.

## ЧАСТЬ ВТОРАЯ.

### ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ И ИССЛЕДОВАНИЯ

#### **Статья 18. Образовательные программы**

##### 18.1 Основной принцип и главная цель

Основным принципом информационных и образовательных программ должно стать сохранение духа спорта, как это описано во введении в *Кодекс*, свободного от допинга. Главная цель таких программ – убедить спортсменов отказаться от применения запрещенных субстанций и методов.

##### 18.2 Реализация программ

Каждая антидопинговая организация должна планировать, осуществлять и контролировать проведение информационных и антидопинговых программ. Программы призваны своевременно и четко информировать участников как минимум по следующим пунктам:

- субстанции и методы, включенные в *Запрещенный список*
- влияние применения допинга на здоровье
- процедуры допинг-контроля
- права и обязанности спортсменов

Программы призваны пропагандировать дух спорта и создавать антидопинговую атмосферу для участников программ.

*Персонал спортсменов* должен информировать спортсменов о таких программах и консультировать их по поводу текущих правил принятых в *Кодексе*.

#### **Статья 19. Исследования**

##### 19.1 Цель антидопинговых исследований

Антидопинговые исследования призваны разрабатывать и осуществлять эффективные программы борьбы с допингом, а также информационные и образовательные программы.

##### 19.2 Типы исследований

Помимо медицинских, аналитических и психологических исследований, могут проводиться антидопинговые социологические, юридические и другие исследования.

## **МЕЖДУНАРОДНАЯ КОНВЕНЦИЯ О БОРЬБЕ С ДОПИНГОМ В СПОРТЕ**

(Париж, 19 октября 2005 года)

*(выдержки)*

**Генеральная конференция Организации Объединенных Наций по вопросам образования, науки и культуры**, далее именуемой "**ЮНЕСКО**", на своей 33-й сессии, состоявшейся 3 - 21 октября 2005 года в Париже, учитывая, что цель ЮНЕСКО заключается в содействии укреплению мира и безопасности путем расширения сотрудничества народов в области образования, науки и культуры, ссылаясь на существующие международные документы, касающиеся прав человека, учитывая Резолюцию 58/5, принятую Генеральной Ассамблеей Организации Объединенных Наций 3 ноября 2003 г. и касающуюся спорта как средства содействия воспитанию, здоровью, развитию и миру, в частности ее пункт 7, сознавая, что спорт должен играть важную роль в охране здоровья, в нравственном, культурном и физическом воспитании, а также в содействии укреплению международного взаимопонимания и мира, отмечая необходимость поощрения и координации международного сотрудничества, направленного на искоренение допинга в спорте, выражая обеспокоенность в связи с использованием спортсменами допинга в спорте и последствиями этого для их здоровья, принципа справедливой игры, искоренения мошенничества и будущего спорта, сознавая, что допинг ставит под угрозу этические принципы и воспитательные ценности, закрепленные в Международной хартии физического воспитания и спорта ЮНЕСКО ( 1000\_350 ) и Олимпийской хартии, напоминая о том, что Конвенция против применения допинга ( 994\_228 ) и Дополнительный протокол к ней ( 994\_519 ), принятые в рамках Совета Европы, представляют собой инструменты публичного международного права, на которых основываются политика стран и межправительственное сотрудничество в области борьбы с допингом, ссылаясь на рекомендации по вопросу о допинге, принятые на второй, третьей и четвертой международных конференциях министров и руководящих работников, ответственных за физическое воспитание и спорт, которые были организованы ЮНЕСКО в Москве (1988 г.), Пунтадель-Эсте (1999 г.) и Афинах (2004 г.), а также на Резолюцию 32 С/9, принятую Генеральной конференцией ЮНЕСКО на ее 32-й сессии (2003 г.), принимая во внимание Все-

мирный антидопинговый кодекс, принятый Всемирным антидопинговым агентством 5 марта 2003 г. в Копенгагене на Всемирной конференции по допингу в спорте, а также Копенгагенскую декларацию о борьбе с допингом в спорте, принимая также во внимание влияние, которое ведущие спортсмены оказывают на молодежь, учитывая необходимость проведения и расширения на постоянной основе исследований для совершенствования методов обнаружения допинга и более глубокого изучения факторов, влияющих на его использование, в целях обеспечения максимальной эффективности стратегий предотвращения применения допинга, учитывая также важность просвещения на постоянной основе спортсменов, вспомогательного персонала спортсменов и общества в целом по вопросам предотвращения применения допинга, принимая во внимание необходимость наращивания потенциала государств-участников для осуществления программ борьбы с допингом, учитывая, что государственные органы и организации, ответственные за спорт, выполняют взаимодополняющие функции по предотвращению применения допинга в спорте и борьбе с ним, в частности для обеспечения надлежащего проведения спортивных мероприятий на основе принципа справедливой игры и охраны здоровья их участников, признавая, что эти органы и организации должны сотрудничать в достижении этих целей, добиваясь максимальной независимости и прозрачности на всех соответствующих уровнях, будучи преисполнены решимости предпринимать дальнейшие и более активные совместные действия по искоренению допинга в спорте, признавая, что искоренение допинга в спорте отчасти зависит от последовательного согласования антидопинговых стандартов и практики в спорте и от сотрудничества на национальном и мировом уровнях, принимает настоящую Конвенцию **19 октября 2005 года**.

**В разделе IV. ОБРАЗОВАНИЕ И ПОДГОТОВКА** отмечается следующее:

***Статья 19 Общие принципы образования и подготовки***

1. Государства-участники обязуются в рамках своих средств поддерживать, разрабатывать или осуществлять **программы образования** и подготовки по вопросам борьбы с допингом. Для спортивного сообщества

в целом эти программы должны быть направлены на предоставление обновленной и точной информации по следующим вопросам:

- a) ущерб, наносимый допингом этическим ценностям спорта;
- b) последствия применения допинга для здоровья.

2. Для спортсменов и вспомогательного персонала спортсменов, особенно на начальном этапе их подготовки, эти программы должны быть направлены на предоставление обновленной и точной информации по следующим вопросам:

- a) процедуры допинг-контроля;
- b) права и обязанности спортсменов в связи с борьбой с допингом, включая информацию о Кодексе и антидопинговой политике соответствующих спортивных организаций и антидопинговых организаций, в том числе о последствиях нарушения антидопинговых правил;
- c) список запрещенных субстанций и методов, а также разрешений на терапевтическое использование запрещенных субстанций;
- d) пищевые добавки.

### ***Статья 20. Профессиональные кодексы поведения***

Государства-участники поощряют разработку и осуществление соответствующими компетентными профессиональными ассоциациями и учреждениями надлежащих кодексов поведения, добросовестной практики и этики, касающихся борьбы с допингом в спорте, которые соответствуют Кодексу.

### ***Статья 21. Привлечение спортсменов и вспомогательного персонала спортсменов***

Государства-участники способствуют и в рамках своих средств содействуют активному участию спортсменов и вспомогательного персонала спортсменов во всех аспектах антидопинговой деятельности спортивных и других соответствующих организаций и побуждают к этому спортивные организации, находящиеся под их юрисдикцией.

### ***Статья 22. Спортивные организации и образование и подготовка на постоянной основе по вопросам борьбы с допингом***

Государства-участники содействуют осуществлению на постоянной основе спортивными организациями и антидопинговыми организациями

программ образования и подготовки для всех спортсменов и вспомогательного персонала спортсменов по вопросам, указанным в статье 19.

***Статья 23. Сотрудничество в области образования и подготовки***

Государства-участники сотрудничают друг с другом и с соответствующими организациями в целях, когда это необходимо, обмена информацией, специалистами и опытом по вопросам осуществления эффективных антидопинговых программ.

**ПОСТАНОВЛЕНИЕ ОТ 11 ЯНВАРЯ 2006 Г. №7  
О ФЕДЕРАЛЬНОЙ ЦЕЛЕВОЙ ПРОГРАММЕ  
«РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА  
В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ НА 2006 - 2015 ГОДЫ»**

*(выдержки)*

Ожидаемые конечные результаты реализации Программы - в результате реализации Программы к 2015 году предполагается:

- увеличить долю граждан Российской Федерации, систематически занимающихся физической культурой и спортом, до 30 процентов от общего числа граждан Российской Федерации;
- обеспечить 100-процентный охват российских спортсменов антидопинговым контролем;
- снизить количество российских спортсменов, дисквалифицированных на международных соревнованиях в связи с выявлением употребления допинговых препаратов, до нуля...



## **ВОСТОЧНОЕВРОПЕЙСКАЯ РЕГИОНАЛЬНАЯ АНТИДОПИНГОВАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ**

### **СТРАТЕГИЧЕСКИЙ ПЛАН НА 2008-2012 ГГ.**

*(выдержки)*

#### **ИСТОРИЯ ВОПРОСА**

Восточноевропейская Региональная антидопинговая организация была создана Национальными олимпийскими комитетами и представителями правительств Азербайджана, Албании, Армении, Беларуси, Боснии & Герцоговины, Грузии, Македонии, Молдовы, Черногории, Сербии, России и Украины при поддержке Всемирного антидопингового агентства 15-16 марта 2007 года в г. Минске, Беларусь. Результатом встречи явилось создание Региональной антидопинговой организации с офисами, открытыми в г. Минске, Беларусь. В обязанности Восточноевропейской Региональной антидопинговой организации будет входить оказание содействия и координация борьбы, направленной против использования допинга в спорте в странах-участницах Восточноевропейской Региональной антидопинговой организации.

Прилагаемый Стратегический план является рабочим документом на ранней стадии разработки, который рассчитан на 4-х летний период и представляет основные цели РАДО, главные стратегии, программы и показатели выполнения. Он указывает направления развития и необходимые средства для составления оценок эффективности работы организации.

План предусматривает комплексный подход в решении вопросов, связанных с применением допинга в спорте в странах-участницах Восточноевропейской РАДО и является результатом консультаций с членами Совета РАДО.

#### **КОНЦЕПЦИЯ, МИССИЯ, ОСНОВНЫЕ ЦЕННОСТИ И СТРАТЕГИЧЕСКИЕ ЦЕЛИ**

**Концепция:** Способствовать и популяризировать спорт без допинга в странах-участницах Восточноевропейской РАДО.

**Миссия:** Активизировать и координировать борьбу против любых видов допинга в спорте в странах-участницах Восточноевропейской РАДО.

### **Цель 1: ОБРАЗОВАНИЕ/ПРОПАГАНДА**

Проведение информационных и образовательных программ об опасности и последствиях использования допинга для национальных олимпийских комитетов, правительств, спортивных организаций, спортсменов и вспомогательного персонала спортсменов в странах-участницах Восточноевропейской РАДО.

### **Ожидаемый результат:**

Действенная и эффективная образовательная антидопинговая программа, при которой страны-участницы Восточноевропейской РАДО и спортивные организации полностью соблюдают требования Всемирного Антидопингового Кодекса и у спортсменов создается уверенность в том, что они соревнуются в обстановке, свободной от допинга.

### **Стратегия:**

1. В странах-участницах Восточноевропейской РАДО разработать информационные и образовательные программы для правительств, национальных олимпийских комитетов, спортивных организаций, спортсменов и вспомогательного персонала спортсменов о Всемирном Антидопинговом Кодексе и его требованиях.

2. Разработать образовательные программы для спортсменов и вспомогательного персонала спортсменов с целью информирования о риске, связанном с использованием допинга, посредством распространения материалов, разработки и проведения соответствующих курсов.

3. Разработать образовательные программы для молодежи в целом о риске использования допинга и последствиях его употребления.

4. Развивать эффективные партнерские отношения с соответствующими органами здравоохранения в целях пропаганды спорта без допинга в странах-участницах Восточноевропейской РАДО.

5. Разработать программы оказания помощи странам и спортивным организациям для проведения образовательной работы среди спортсменов и вспомогательного персонала спортсменов в отношении опасности и последствий злоупотребления допингом.

## **О РЕАЛИЗАЦИИ КОМПЛЕКСА МЕР ПО АНТИДОПИНГОВОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

приказ Министерства спорта, туризма и молодежной политики

№ 544 от 23.07.2009.

*(выдержки)*

В целях реализации Стратегии развития физической культуры и спорта на период до 2020 года, в соответствии с частью 10 статьи 6 и статьи 26 Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, № 50, ст. 6242; 2008, № 30, ст. 3616, № 52, ст. 6236; 2009, № 19, ст. 2272):

1. Утвердить прилагаемый комплекс мер по антидопинговому обеспечению в Российской Федерации.

2. Департаменту науки, инновационной политики и образования ежегодно представлять к опубликованию в Сборник официальных документов и материалов Минспорттуризма России доклад о реализации комплекса мер по антидопинговому обеспечению в Российской Федерации.

### **Комплекс мер по антидопинговому обеспечению в Российской Федерации**

... п. 8. Разработка программы подготовки кадров для антидопингового обеспечения (антидопинговой лаборатории, допингового контроля,

образовательных программ), в том числе в период проведения XXII Олимпийских зимних и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года в г. Сочи («шапероны», ИДК, волонтеры).

п. 14. Разработка и предоставление в Правительство Российской Федерации программы по борьбе с применением допинга в России с целью изменения общественного мнения в спортивных кругах (тренеры, официальные лица и т.д.) и во избежание имиджевого риска для России.

п. 15. Разработка и реализация просветительских программ для целевых аудиторий, направленных на борьбу с допингом в спорте: молодежь, родители, взрослые спортсмены, организаторы, тренеры, медицинский персонал и СМИ.

п. 16. Создание специального Интернет-портала, периодического издания.

п. 17. Подготовка и проведение телепередач под лозунгом «Спорт, свободный от допинга».

### ***Образовательные программы***

п. 21. Разработка организационных форм и методов проведения образовательных мероприятий по антидопинговому обеспечению.

п. 22. Введение в перечень профилей по направлению адаптивная физическая культура: профиля «Физическая культура и спорт в профилактике негативных социальных явлений (наркомании, допинг, алкоголизм и другие)».

п. 23. Разработка и внедрение специального курса по антидопинговому обеспечению в вариативную часть основных образовательных программ бакалавров и магистров в области физической культуры образовательных учреждений, подведомственных Минспорттуризму России.

п. 24. Разработка и внедрение вариативных образовательных антидопинговых программ для: спортсменов, тренеров, врачей, обслуживающего персонала, родственников спортсмена.

п. 25. Подготовка учебно-методических материалов и учебных пособий по вариативным образовательным антидопинговым программам для различных категорий пользователей.

А.Е. Митин, С.О. Филиппова

## ПЕРСПЕКТИВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С РАЗЛИЧНЫМИ ГРУППАМИ НАСЕЛЕНИЯ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ПРИМЕНЕНИЯ ДОПИНГА В СПОРТЕ

*В своей статье сотрудники Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена: кандидат педагогических наук Анатолий Евгеньевич Митин и доктор педагогических наук Светлана Октавьевна Филиппова рассматривают перспективные направления образовательной работы по профилактике применения допинга в спорте.*

На сегодняшний день применение допинга стало одной из самых актуальных проблем в мировом спортивном движении. Допинговые скандалы происходят на глазах у миллиардов зрителей и наносят невосполнимый ущерб репутации государства и всему спорту.

По информации Всемирного антидопингового агентства и Интерпола, нелегальный оборот главного допинга - анаболических стероидов - уже превышает оборот криминального сбыта наркотиков. В. Фетисов акцентирует внимание на том, что «потребителями допингов становятся миллионы людей, причем не только и не столько в спорте. Индустрия пищевых добавок для похудения, всевозможных «волшебных» снадобий для омоложения и восстановления сил, бодибилдинг, фитнес, экстремальные виды спорта, которые так популярны в молодежной среде, - вот далеко не полный перечень огромного рынка для разнообразного допинга. Миллионы потребителей, вдохновленных идеей скорого преобразования, рискуют своим здоровьем.

Кроме того, по мнению социальных психологов, модель «допингового поведения», когда человек решает свои спортивные проблемы с помощью шприцев и таблеток, - это прямая дорога к наркотической модели поведения. Недаром особую тревогу в развитых странах вызывает проник-

новение в молодежный спорт специального вида допинга - легких наркотиков: амфетаминов, марихуаны, галлюциногенов»<sup>1</sup>.

Документы, направленные на борьбу с допингом, ратифицированные большинством стран, в том числе и Россией, предусматривают целый ряд обязательных мер: организацию антидопинговых служб, изменение законодательства, борьба с допинг-трафиком.

Одной из важнейших задач в антидопинговой деятельности является разработка и внедрение информационно-образовательных программы, которые нацелены не только на спортсменов, тренеров или врачей, но и на население вообще. То, что на Западе называется программой zero tolerance - нулевой терпимости. Это комплекс специальных программ, которые должны формировать у человека устойчиво-нетерпимое отношение к допингу.

Как отмечает Н. Дурманов<sup>2</sup>, с каждым днем антидопинговая пропаганда набирает силу. Однако ей противостоит индустрия, в которой вращаются миллиарды долларов: индустрия боди-имиджа. Она призывает: принимай допинг, чтобы нарастить мышцы, принимай допинг, чтобы похудеть, быть быстрее, сильнее, активнее. Это же касается и большого спорта.

Целью исследования был анализ современного состояния образовательной работы по профилактике применения допинга в спорте, изучение опыта просветительской деятельности в этой области различных учреждений и выявление перспективных направлений дальнейших исследований. В качестве методов исследования использовался анализ литературы, нормативных и программных материалов, теоретическое моделирование.

Проведенный анализ показал, что сегодня в разных регионах принимаются усилия по организации образовательной деятельности, направленной на профилактику применения допинга. В соответствии с положениями Международной конвенции ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте, Всемирного антидопингового Кодекса, международными стандартами организации антидопинговой деятельности разработана Московская комплексная антидопинговая программа «Честный спорт». Целевой аудиторией Программы являются учащиеся образовательных учреждений спортивной направленности, подведомственных Департаменту физической

---

<sup>1</sup> Зарудный П. Допинг-протест Фетисова // Российская газета от 14 сентября 2005 г.

<sup>2</sup> Вингурт В. Допинг – это преднаркотик: интервью с Н. Дурмановым // Газета от 21 февраля 2007 г.

культуры и спорта города Москвы, а также спортивные врачи и тренеры системы Москомспорта<sup>1</sup>. Активную просветительскую деятельность среди спортсменов, тренеров и спортивных врачей ведет Национальная антидопинговая организация РУСАДА.

В то же время, для повышения эффективности проводимой работы очень важна переориентация общественного мнения. По мнению Е. Дзичковского<sup>2</sup>, ее в России пока нет: пресса вместо трезвой оценки ситуации искусственно раздувает скандалы, в обществе укоренилось сочувствие к проштрафившимся кумирам, дисквалификация считается огромной несправедливостью. В этой связи, по нашему мнению, необходима разработка и внедрение образовательных программ, нацеленных на различные слои населения, в первую очередь, школьников и студенческую молодежь. Именно они в ближайшем будущем будут определять менталитет России.

Огромную роль в предупреждении применения допинга юными спортсменами должна принадлежать родителям. Таким образом, одним из перспективных направлений деятельности можно считать разработку образовательных программ для родителей юных спортсменов. В связи с трудностями по организации предоставления родителям информации, должна быть определена система мероприятий по реализации разработанных образовательных программ.

Для того, чтобы разработанные образовательные программы были реализованы, необходима подготовка педагогов, способных квалифицированно выполнять эту работу.

Пути решения данной проблемы отражены в приказе Министерства спорта, туризма и молодежной политики № 544 от 23 июля 2009 года «О реализации комплекса мер по антидопинговому обеспечению в Российской Федерации». В частности:

п. 22. Введение в перечень профилей по направлению адаптивная физическая культура: профиля «Физическая культура и спорт в профилактике негативных социальных явлений (наркомании, допинг, алкоголизм и другие)».

---

<sup>1</sup> Московская комплексная анти-допинговая программа «Честный спорт» // Центр инновационных спортивных технологий Москомспорта. – Режим доступа: <http://www.anti-doping.ru/publications/moskovskaa-kompleksnaa-anti-do/> (дата обращения: 07.11.2009).

<sup>2</sup> Дзичковский Е. Допинг: часто задаваемые вопросы // Спорт-экспресс: газета от 7 апреля 2009 года.

п. 23. Разработка и внедрение специального курса по антидопинговому обеспечению в вариативную часть основных образовательных программ бакалавров и магистров в области физической культуры.

п. 25. Подготовка учебно-методических материалов и учебных пособий по вариативным образовательным антидопинговым программам для различных категорий пользователей.

В заключение следует отметить, что само по себе наличие программных и методических материалов не позволит полностью решить проблему формирования zero tolerance - нулевой терпимости к допингу. Как показали последние исследования, проблемы такого плана наиболее эффективно могут быть решены при помощи применения гуманитарных технологий, в первую очередь, рефлексивного вида. Таким образом, в круг исследовательских задач целесообразно включить разработку современного научно-методического обеспечения реализации образовательных программ, основанного на гуманитарных технологиях.

*Митин А.Е., Филиппова С.О.*  
Перспективные направления образовательной деятельности с различными группами населения по профилактике применения допинга в спорте // Физическая культура и спорт на современном этапе: проблемы, поиски, решения: матер. науч.-практ. конф. – Томск, 2009. – С. 271-275.



## МОСКОВСКАЯ КОМПЛЕКСНАЯ АНТИ-ДОПИНГОВАЯ ПРОГРАММА «ЧЕСТНЫЙ СПОРТ»

*В Москве реализуется комплексная антидопинговая программа «Честный спорт», разработанная в соответствии со стандартами и требованиями Всемирного антидопингового агентства и ЮНЕСКО.*

*Эта программа предусматривает реализацию информационно-образовательного проекта профилактики использования допинга спортсменами, тестирование учащихся образовательных учреждений на предмет наличия в организме запрещенных веществ, издание информационно-справочных материалов, организацию телефонной справочной службы «Внимание, допинг!», создание специализированного интернет-сайта, проведение разных исследований.*

*Разработчик Программы: Государственное учреждение города Москвы «Центр инновационных спортивных технологий» Департамента физической культуры и спорта города Москвы (ГУ «ЦСТ Москомспорта»).*

*Программа «Честный спорт» может являться основой для разработки других программ (как комплексных, так и парциальных), направленных на организацию профилактики применения допинга в спорте.*

*Ниже представлены выдержки из программы «Честный спорт».*

**Цель Программы** – создание единой городской системы противодействия распространению допинга среди московских спортсменов всех возрастных категорий.

### **Задачи Программы:**

- проведение социологических исследований для мониторинга положения с допингом в спорте;
- разработка и реализация информационно-образовательных проектов;
- организация и проведение антидопингового контроля на всех уровнях подготовки спортсменов;
- разработка системы эффективного применения продуктов функционального спортивного питания, недопинговых средств восстановления и повышения работоспособности спортсменов;

- аттестация спортивных врачей системы Москомспорта на знание антидопинговых правил и процедур

*Сроки реализации Программы:* 2008 – 2009 годы.

*Перечень основных мероприятий:*

- 1) разработка и реализация информационно-образовательной программы профилактики использования допинга среди спортсменов города Москвы;
- 2) издание информационно-образовательных и справочных материалов;
- 3) создание и запуск справочной службы по антидопингу «Внимание, допинг!»;
- 4) проведение социологических исследований московских спортсменов;
- 5) разработка системы эффективного применения продуктов функционального спортивного питания и недопинговых средств восстановления и повышения работоспособности спортсменов;
- 6) организация и проведение допинг-контроля спортсменов г. Москвы при методическом руководстве ФГУП «Антидопинговый центр»;
- 7) подготовка инспекторов допинг-контроля;
- 8) организация и проведение семинаров для спортивных врачей, тренеров и массажистов спортивных учреждений, подведомственных Москомспорту;
- 9) проведение аттестации спортивных врачей системы Москомспорта на знание антидопинговых правил и процедур;
- 10) участие в национальных и международных конференциях по борьбе с допингом в спорте;
- 11) установление и развитие сотрудничества с региональными антидопинговыми организациями зарубежных стран.

## ***1. Обоснование***

На сегодняшний день применение допинга стало одной из самых актуальных проблем в мировом спортивном движении. Допинговые скандалы происходят на глазах у миллиардов зрителей и наносят невосполни-

мый ущерб репутации государства и всему спорту. По данным Интерпола мировой оборот допинговых средств превышает оборот наркотиков. В Российской Федерации наблюдается тенденция к развитию аналогичной ситуации. К сожалению, в глазах мировой общественности существует стереотип, что Россия – это мировой лидер в производстве и применении допинга. Такие подозрения не являются беспочвенными. Ситуация с антидопинговой деятельностью в нашей стране внушает тревогу: нет формализованной национальной антидопинговой организации, нет законодательства на тему борьбы с допингом, отсутствует систематическая информационно-образовательная работа в спортивной и молодежной среде. Вместе с постоянными допинговыми скандалами с участием российских спортсменов все вышесказанное приводит к тому, что существующая ситуация является крайне неблагоприятной, наносит ущерб национальному имиджу, и делает наш спорт практически беззащитным перед давлением со стороны международных антидопинговых организаций.

В московском спорте проблема допинга является одной из самых актуальных. За последнее время доля молодежи, занимающейся физической культурой и спортом, значительно увеличилась, одновременно участились случаи применения допинговых средств в детском и молодежном спорте.

Выборочный антидопинговый контроль, проведенный в некоторых клубных командах города Москвы, показал, что большое количество спортсменов, в том числе молодых, регулярно применяют допинговые вещества. Проблема использования запрещенных веществ особенно остра среди категорий спортсменов, в отношении которых не проводится допинг-контроль.

Примерно третью часть от общего числа допинговых средств составляют наркотические и психотропные вещества, что напрямую связано с проблемой наркомании.

Назрела необходимость в срочных мерах по противодействию распространения допинга в спорте, особенно в детском и молодежном. В первую очередь необходимо разработать и внедрить антидопинговые информационно-образовательные программы. Важно также организовать проведение антидопингового контроля на всех этапах подготовки московских спортсменов.

По существующей практике, сегодня в России антидопинговый контроль проводится исключительно в спорте высших достижений. Процесс

подготовки спортсменов в образовательных учреждениях, подведомственных Департаменту физической культуры и спорта города Москвы и Департаменту образования города Москвы, находится вне зоны антидопингового контроля.

Целевой аудиторией Программы являются учащиеся образовательных учреждений спортивной направленности, подведомственных Департаменту физической культуры и спорта города Москвы, а также спортивные врачи и тренеры системы Москомспорта.

## ***2. Направления Программы***

2.1 Информационно-образовательный проект профилактики использования допинга среди спортсменов города Москвы

### ***Общие положения***

Информационно-образовательный проект профилактики использования допинга планируется реализовать в отношении учащихся государственных образовательных учреждений дополнительного образования спортивной направленности города Москвы (ГОУ ДОСН системы Москомспорта), а также всех остальных спортсменов города, принимающих участие в официальных соревнованиях.

Основной целью проекта является повышение уровня осведомленности спортсменов в вопросах борьбы с допингом и предотвращение использования допинга в молодежной среде. Для реализации поставленной цели необходимо выполнить следующие задачи:

- 1) выявить реальный уровень осведомленности спортсменов в вопросах допинга на базе специально разработанной программы мониторинга;
- 2) выявить уровень грамотности тренеров и спортивных врачей по проблеме допинга.

### ***Мероприятия Программы***

Для эффективной реализации Программы профилактики необходимо: проведение информационно-просветительских и методических се-

минаров со спортсменами и разъяснительной работы по проблеме допинга с родителями молодых спортсменов; распространение обучающих комплектов; создание фильмов, передач, видеосюжетов и др. на тему антидопинга; разработка и реализация образовательного проекта «Мультитест»; проведение массовых спортивных мероприятий с использованием антидопинговой пропаганды; организация передвижных выставок, пропагандирующих спорт без допинга.

### ***Методические семинары для спортсменов***

Основная цель проведения методических семинаров для спортсменов состоит в повышении уровня осведомленности московских спортсменов в вопросах антидопинга. Семинары планируется проводить по следующим основным темам: последствия применения допинга для здоровья; последствия применения допинга для (спортивной) карьеры; антидопинговые правила; принципы честной игры.

При работе с молодежью необходимо применять доступную для их понимания форму подачи материала с активным использованием фактов, цифр, жизненных примеров из разных видов спорта. Использование плакатов, фильмов, презентаций, наглядных пособий, в том числе медицинских макетов, демонстрирующих последствия применения допинга для здоровья, позволит более эффективно донести до молодежи материал. Важно делать акцент на этические принципы, повышение значимости честного спорта, уважение соперника; отойти от принципа «победа любой ценой».

### ***Обучающие комплекты***

Необходимым условием эффективной реализации Программы профилактики является разработка и выпуск обучающих комплектов, в которые войдут печатные материалы (брошюры, открытки, плакаты, календари, стикеры и др.) и компакт-диск.

Дополнительно в рамках проведения спортивных мероприятий и фестивалей в московском регионе необходимо распространять брошюры, значки, ручки, футболки, кепки, и т.д.

### ***Проект «Мультитест»***

Суть проекта «Мультитест» состоит в размещении информационных терминалов в спортивных школах и общеобразовательных учреждениях города Москвы. Благодаря проекту «Мультитест» любой желающий может проверить свой уровень знаний в каком-либо тематическом блоке.

Тематические блоки («Что вы знаете о...?»): допинг-антидопинг (процедуры допинг-контроля, нарушения антидопинговых правил, последствия применения допинга для здоровья); вред курения и алкоголя; СПИД/ВИЧ; история спорта (олимпийские игры, известные спортсмены, интересные спортивные факты) и др.

### ***СМИ***

Для эффективной реализации программы профилактики необходимо:

- подготовить теле- и радиопередачи на тему антидопинга с участием известных спортсменов, тренеров, детей, молодежи;
- создать Интернет сайт «[stop-doping.ru](http://stop-doping.ru)»;
- запустить информационную справочную службу «Внимание, допинг!»;
- выпустить молодежную версию журнала «Допинг-Антидопинг».

### ***Спортивные мероприятия***

Во время проведения спортивных мероприятий (соревнований, турниров, фестивалей) необходимо:

1) проведение активной антидопинговой пропаганды (например, «молодежь против допинга!») и пропаганды принципов честной игры с использованием плакатов, лозунгов, растяжек и др.;

2) распространение брошюр, открыток, стикеров, значков, ручек, футболок, кепок, браслетов и др. на тему антидопинга.

В целях повышения эффективности профилактической работы по линии борьбы с допингом среди молодежи города Москвы в дальнейшем планируется провести ряд дополнительных мероприятий:

1) разработать и реализовать проект повышения уровня осведомленности в вопросах допинга спортивных врачей и тренеров системы Москомспорта;

2) разработать и внедрить программу «Антидопинговый час» в общеобразовательных школах;

3) развивать сотрудничество с другими регионами России и со странами СНГ для обмена опытом в вопросах профилактики использования допинга.

...2.2. Организация деятельности Московской лаборатории по обнаружению запрещенных веществ в организме спортсменов...

...2.3 Подготовка кадров и аттестация спортивных врачей на знание антидопинговых правил и процедур...

#### ***...4. Оценка эффективности реализации Программы***

Главной особенностью Программы является комплексный подход к решению проблемы допинга в спорте, охватывающий все уровни подготовки спортсменов. Помимо непосредственно допинг-контроля, спецификой Программы является акцент на проведение профилактической работы, а именно: реализацию информационно-образовательных проектов на всех уровнях московского спорта и реализацию проекта по разработке системы эффективного применения продуктов функционального спортивного питания и недопинговых средств восстановления и повышения работоспособности спортсменов, проведение на регулярной основе аттестации спортивных врачей города Москвы на знание антидопинговых правил и процедур.

Честный спорт: Московская комплексная анти-допинговая программа // Центр инновационных спортивных технологий Москомспорта. – Режим доступа: <http://www.anti-doping.ru/publications/moskovskaa-kompleksnaa-anti-do/> (дата обращения: 07.11.2009).

**П.И. Шашурин**

## **НЕЙРОЛИНГВИСТИЧЕСКОЕ ПРОГРАММИРОВАНИЕ КАК ИНСТРУМЕНТ ЗАМЕЩЕНИЯ ДОПИНГОВ**

*В своей статье, опубликованной в «Московском психологическом журнале» в 2004 году, автор, сотрудник лаборатории психологии Всероссийского научно-исследовательского института физической культуры, рассматривает возможности использования нейролингвистического программирования в спортивной деятельности.*

*В статье обсуждается идея о том, что НЛП является великолепным инструментом избавления от старых, жестких схем мышления, ограничивающих поведение человека, обедняющих эмоциональные переживания и затрудняющих усвоение информации.*

Проблема использования допинга в спортивной деятельности спортсмена волнует многих: врачей, тренеров, психологов, спортсменов, и др. С одной стороны, на одной чаше весов стоит желание спортсмена быть первым, показывать результаты, улучшать свои способности, а с другой стороны - страх, за то, что могут снять с соревнований, что участник может повести себя неадекватно, что это ему повредит в дальнейшей спортивной карьере. И всегда стоит вопрос: «использовать или не использовать» и если не использовать, то как сделать так, чтобы спортсмен был на пике своих возможностей именно в нужный момент соревнований и сделал бы все, что от него зависит? В настоящей статье, речь пойдет не об этике или фармакологии, а о *замещении* воздействия допинга на психическое состояние спортсмена, воздействием психологическим. С недавнего времени в России обратили внимание на нейролингвистическое программирование (НЛП) которое с успехом используется в таких странах как США, Австралия, Германия для решения проблем спортсмена, для улучшения его результативности именно методами данного направления психологии. Используют ли заграничные психологи НЛП для замещения допинга - не из-



вестно, но то, что применяемые в нем методы, которые могут это сделать есть - это точно.

Слово «замещение» в тексте подчеркнуто намеренно. В чем же суть замещения? В арсенале НЛП существуют гипнотические техники, позволяющие ориентировать спортсмена на отказ от приема допинга. Они несколько отличаются от аутогенных тренировок или классического гипноза. Эффект от таких техник будет, во-первых, временным, а, во вторых, - неизвестно, какие последствия для психики спортсмена вызовет данное психологическое вмешательство. Также стоит отметить и такую особенность, подмеченную Р. Бендлером и Д. Гриндером<sup>1</sup>: подсознание (бессознательное) «не терпит пустоты». Например, спортсмен, принимающий какой-либо препарат, вдруг, по каким-то причинам, сознательно отказывается от него, тем самым, создавая «пустоту» в бессознательной сфере и запуская этим процесс неосознанного поиска замены препарата на что-либо другое, дающее подобный психофизиологический эффект.

Существует также и другая, очень важная при рассмотрении данной проблемы психологическая особенность, перед описанием которой стоит сказать несколько слов о Модели логических уровней.

Данная модель может быть вкратце представлена следующим образом (ниже «логические уровни» показаны в иерархическом порядке, начиная с самого высшего):

- «Сверхцель»/предназначение/смысл жизни;
- Личностное своеобразие/ жизненная роль, самоидентификация;
- Ценности/ убеждения;
- Способности/стратегии;
- Поведение/действия/состояния/навыки;
- Социальное окружение (имеется в виду отражение окружения в сознании личности).

В соответствии с данной моделью Р. Дилтса<sup>2</sup>, «чем ниже логический уровень психологического воздействия, тем меньше они оказывают влияние на более высокие уровни личности. И наоборот - чем выше логический

---

<sup>1</sup> Бендлер Р., Гриндер Д. Нейролингвистическое программирование и структура гипноза. – Сыктывкар: Флинта, 1994.

<sup>2</sup> Дилтс Р. Фокусы языка: Изменение убеждений с помощью НЛП. - СПб.: Питер, 1999.

уровень происходящих изменений, тем более сильные и комплексные изменения происходят на нижних этажах данной модели».

К примеру, спортсмен, принимающий допинг перед выступлением преследует цель «показать высокий результат, быть первым, победить». Если спросить спортсмена, чем важны для него эти цели и что они ему дают, то в полученном ответе прозвучат ценности актуальные для данного спортсмена, такие как «уважение, известность, слава». В том случае, если у спортсмена существует убеждение, что «рекордсменом можно стать, употребляя допинги», содержащее в себе элемент самоидентификации (рекордсмен, призер, чемпион и т.д.), то проблема употребления допинга у данного спортсмена тесно связана с уровнем личностного своеобразия.

Прием допинга спортсменом (например легкоатлетом) являясь поведенческим актом оказывает влияние на его психофизиологическое состояние и способности (он быстрее бежит, стартует лучше и его сильные соперники не вызывают состояния «мандража», мешающего выступать эффективно, как это бывало раньше), а так же изменяет некоторые убеждения (если я принял допинг, то я могу выиграть, у меня все получится). При этом, внутреннее «разрешение» на прием допинга обусловлено реализацией целей (если я выиграю эти соревнования, то я поеду на олимпийские игры) и ценностей спортсмена (мне важно уважение моего тренера и я хочу самореализоваться в спорте), а иногда (особенно в спорте высших достижений) существует связь с уровнем личностного своеобразия (я - чемпион) и даже сверхцели (чтобы Россия процветала).

Специалистами группы «НЛП в спорте» при лаборатории психологии ВНИИФК была разработана схема системного подхода к решению проблемы использования допингов спортсменами с помощью методов НЛП, учитывающая вышеуказанные психологические особенности. Основная идея или концепция замещения допингов психологическим воздействием НЛП, заключается в особенностях воздействия техник НЛП на бессознательную сферу человека.

Весь опыт человека (в том числе и все пережитые им психические состояния) психофизиологически закодированы в его нервной системе в виде комбинации образов, звуков и ощущений. Нейролингвистическое программирование располагает психологическими инструментами и приемами, способными воздействовать на субъективный опыт человека (вызывать и «перепроживать» заново психические состояния, имеющиеся в

субъективном опыте человека). При этом стоит отметить, что интенсивность вновь вызываемых психических состояний будет ниже, чем в «оригинале» (особенно, если обычно для вызова данного состояния использовались химические препараты).

Данное обстоятельство влияет на эффективность замещения крайне мало, так как НЛП - психолога интересует не само состояние, а психический «спусковой крючок», запускающий это состояние (комбинация образов, звуков и ощущений). В процессе применения техники НЛП, психолог «привязывает» выявленный «триггер» (спусковой крючок) вызова данного состояния к какому-либо нейтральному раздражителю (образу, звуку или ощущению) и с помощью программирования закрепляет связку «раздражитель – «триггер» - состояние». Так, например, выстрел стартового пистолета бессознательно будет у спортсмена вызывать психофизиологическое состояние, которое раньше вызывалось только после приема допинга. Системный подход реализуется в ходе трех этапов: подготовительного, этапа непосредственного психологического воздействия, этапа закрепления и проверки (коррекции) эффектов. Этапы, в свою очередь, делятся на части.

*А) Подготовительный этап:*

- психологическое и психофизиологическое тестирование;
- выявление ценностей и убеждений, построение ценностного графа;
- выявление "логических уровней" заявленной задачи у спортсмена;
- подробнейшее описание субъективных переживаний психического состояния спортсмена во время приема допинга, а также психологических раздражителей (триггеров), запускающих данное состояние
- выявление эффектов и положительного в принятии допинга, выявление того, как допинг помогает спортсмену.

*Б) Этап непосредственного использования техник и приемов НЛП:*

- техники изменения убеждений;
- замещение выявленных позитивных способностей допинга на способности самого спортсмена с помощью техник и приемов НЛП;
- работа с бессознательной сферой спортсмена;
- формирование и программирование требуемых психических состояний;

- подстройка к будущему (программирование будущего поведения и состояний).

В) *Этап закрепления и коррекции полученных изменений:*

- использование трансовых технологий и аутогенной тренировки;
- использование трансовых методик для закрепления состояния;
- проверка эффективности воздействий в тренировочном и спортивном режимах;
- передача тренеру или спортсмену технологий по управлению состоянием;
- коррекция.

В заключении стоит отметить, что использование НЛП - подходов в замещении допингов может оказаться очень перспективным методом, т.к. психологические инструменты нейролингвистического программирования способны активировать глубинные психофизиологические ресурсы бессознательной сферы.

*Шашурин П.И.* Нейролингвистическое программирование как инструмент замещения допингов // Московский психологический журнал. – 2004. - № 3. – Режим доступа: <http://magazine.mospsy.ru/nomer3/sash1.shtml> (дата обращения: 07.07.2010).

**Н. Дурманов**

**ЧУМА XXI ВЕКА:  
РАЗГОВОР НАЧИСТОТУ**

*На вопросы корреспондента журнала «Деловой вторник» Владимира Козина отвечает член многих антидопинговых комиссий и комитетов, профессор Николай Дурманов.*

Как показали последние проверки, обнаруженные Всемирным антидопинговым агентством, у 5 тысяч спортсменов оказались положительные результаты - в полтора раза больше, чем годом ранее! Уровень заболеваемости спортсменов, количество увечий и даже смертей в спорте (в основном, в результате применения допингов) стремительно нарастает. Несмотря на все запрещения и жестокие санкции, допинговый спрут начинает пожирать большой спорт. На него работают не только крупнейшие научно-исследовательские институты, но и подпольные лаборатории.

*Владимир Козин.* Николай Дмитриевич, мы что, действительно стоим перед угрозой чумы XXI века?

*Николай Дурманов.* Многие считают, что допинг - искусственный способ снять стресс - начался с того момента, когда нас стало слишком много на одну квадратную милю. Действительно: если много головастиков посадить в один аквариум, они плохо растут, болеют и рано умирают. Так и человек - как биологическое существо он не приспособлен к тем условиям, в которых большинство людей сейчас обретается. Отсюда - необходимость изобретать химические костыли.

*Владимир Козин.* Для атлетов, нагрузки которых за последние 25 лет выросла в три-четыре раза, такие костыли, видимо, особенно необходимы? Но ведь обходились же без них раньше!

*Николай Дурманов.* Не скажите... На Олимпийских играх в Древней Греции допинг уже применялся. Существовали специальные травяные на-

стойки и много чего еще - семена кунжута, некоторые виды психотропных грибов. Римляне очень любили подпаивать, подкармливать гладиаторов для того, чтобы шоу в их исполнении было еще более захватывающим, драматичным. Спорт же XX века и вовсе окутан сплошным допинговым туманом.

*Владимир Козин.* Выходит, ваша лаборатория, лаборатории других стран, Олимпийский комитет работают ради того, чтобы лишь чуть-чуть сдержать этот процесс?

*Николай Дурманов.* Когда мы говорим, что некоторые негативные явления являются стихийными, это вовсе не означает, что с ними не надо бороться. Так и с допингом. Но тут следует четко понимать, что спорт сегодня (особенно элитный) - это шоу-бизнес, и принимать данное обстоятельство как исторический факт. С другой стороны, если мы станем постоянно утверждать, что спорт и допинг неразделимы, мы просто-напросто создадим убежище для маргиналов, для тех, кому все равно, чем занимаются их дети, долго они проживут или нет. Перед нами выплывут гладиаторы, люди, обреченные рано или поздно на смерть...

*Владимир Козин.* Знаю, что многим спортсменам все эти разговоры о вреде допинга чаще всего «до лампочки». Ведь спорт - это деньги, слава, благополучие...

*Николай Дурманов.* Нет, большой спорт - риск для здоровья. А спорт с применением допинга - риск вдвойне. Тем не менее, многие продолжают это делать, ибо верят, что рак легкого или цирроз печени получит кто угодно, только не они.

*Владимир Козин.* Но, согласитесь, антидопинговая пропаганда тоже набирает силу...

*Николай Дурманов.* А вы посмотрите, кто играет против знатоков? Против них играет индустрия, в которой крутятся миллиарды долларов. Мы говорим, что допинг - плохо, а огромная индустрия боди-имиджа кричит: нет, надо быть мускулистее, стройнее, принимай допинг, чтобы нарастить мышцы, принимай допинг, чтобы похудеть, быть быстрее, сильнее, активнее. Это же касается и большого спорта.

*Владимир Козин.* Николай Дмитриевич, много разговоров в последнее время идет о геномном допинге. Что это такое? Что за препараты, как вводят, куда? Простая пилюля, инъекция?

*Николай Дурманов.* Все очень просто. Чтобы человек дольше бегал, нужно, чтобы в его организме было больше кислорода. Чтобы у него было больше кислорода, необходимо, чтобы красных кровяных клеток было больше. Есть определенный препарат, врач делает укол, клетки растут, кислорода больше, человек дольше бегаёт. Что такое генная терапия? Врач заставляет организм производить кислород. В организм человека внедряется специальный искусственный вирус, который и принесет нужный ген внутрь человека. Ген заработает, и человек будет производить свой собственный эритропоэтин в больших количествах, и у него будет много кислорода.

*Владимир Козин.* И много ли таких способов «посадить человека на ген»?

*Николай Дурманов.* Сотни, если не тысячи. Укол, таблетка, ингаляция. Можно у человека взять клетки крови, заразить их вирусом и ввести обратно. Более того, это не обязательно вирус. Можно ген ввести с помощью других технологий. Например, есть технология, получившая название «золотая». Маленькие частички золота нагружаются нужным геном, идет выстрел через кожу. И вот ген внутри организма человека. Хуже того, генный допинг можно применять так, что человек даже не поймет, что он был обработан. Здесь мы выходим за пределы спорта. Как вам нравится такой сюжет, о котором все больше и больше говорят? Можно придумать такую генную комбинацию, что она будет заставлять человека с повышенным настроением, с повышенной самоотдачей интенсивно трудиться. Это абсолютная реальность. Такие технологии уже есть. Теперь представьте. Работодатель будет очень заинтересован через системы вентиляции, через кондиционер распространять этот вирус с тем, чтобы выжать из своих подчиненных как можно больше высокого креатива. И это абсолютная реальность сегодняшнего дня. Хотя среди ученых считается хорошим тоном постоянно говорить «но». Мол, не торопитесь хоронить спорт в связи с нашествием новых видов генного допинга - они, дескать, еще на стадии испытаний...

*Владимир Козин.* Но ведь «в открытую» создавать сильные генные допинговые препараты опасно...

*Николай Дурманов.* Знаю совершенно точно, что существуют специальные допинговые лаборатории. Ампула - подпольная, нелегальная работа со спортсменами. Вот, например, в США лидер одной из самых из-

вестных лабораторий Виктор Конте получил тюремный срок. Оказалось, что его лаборатория работала с несколькими сотнями ведущих спортсменов США. Среди них были олимпийские чемпионы, рекордсмены мира. Существовала даже специальная такса. Здесь создавали специальный допинг, специальные технологии, сами же их тестировали, чтобы не попасться.

*Владимир Козин.* Они их тестировали на людях?

*Николай Дурманов.* Да. Выдумывали специальные дизайнерские допинги. Дизайнерские допинги это обычные допинги, но сделанные таким образом, что их трудно поймать. Обычный стероид, но чуть-чуть измененный, чтобы анализ его не поймал. Сейчас вскрываются чудовищные подробности работы целых лабораторий на Западе. Выясняется, что велогонка «Тур де Франс» целиком была под контролем допинговых нелегальных сетей. Могу только одно сказать: если это есть у них, почему бы этому не быть у нас?

*Владимир Козин.* Я понимаю, что тема больная, тяжелая и небезопасная. Значит, и у нас, в России, существует порядка 10-20 синдикатов, которые этим тоже занимаются?

*Николай Дурманов.* Насчет количества не знаю. В какой степени они занимаются научной работой, тоже не в курсе. Но совершенно точно знаю, что система допинг-трафика в нашей стране приобрела такие масштабы, что этим очень плотно занялась служба госнаркоконтроля. Потому что, по данным Интерпола и ВАДа (Всемирного антидопингового агентства), оборот анаболических стероидов в денежном выражении уже превышает оборот наркотиков. Это громадный бизнес. В том, что на нашей территории действует целая индустрия подпольного производства и распространения допинга, нет никакого сомнения. Все очень просто. Зайдите в Яндекс, назовите слово «допинг» и щелкните табличку «найти». Вы увидите работающие сайты по рекламе допингов, ориентированные на всех.

*Владимир Козин.* Вот теперь определимся: все или не все спортсмены принимают стероиды?

*Николай Дурманов.* Не все. Категорически не все. Есть огромное количество атлетов, которые никогда не принимали допинг. Более того, среди тех, кто принимает, есть очень много людей, которые с удовольствием с «иглы слезут». Но они находятся в плену определенных стереотипов. Не будешь принимать - не сможешь побеждать. Это чаще всего ошибка.



Практика моих собственных расследований говорит о том, что иногда самые тяжелые допинги, самые опасные принимаются таким образом, что уж чего-чего, а роста результатов они не дадут никакого. Перед нами химический стереотип. Хотя, чего греха таить, есть допинги, которые сильнейшим образом влияют на спортивные результаты. Но и на здоровье тоже.

*Владимир Козин.* А генный допинг, который сейчас, судя по всему, будет выходить на первый план? Как его можно будет поймать?

*Николай Дурманов.* Есть идеи.

*Владимир Козин.* Говорят, что у нас сейчас самая лучшая лаборатория по этой проблеме?

*Николай Дурманов.* Одна из самых лучших. Если в общих чертах, то идея такая. Например, в человеке мощно заработал чужой ген, значит его собственные гены меняют свое поведение. По изменению поведения собственных генов и можно сделать выводы.

*Владимир Козин.* А как это определить?

*Николай Дурманов.* Есть специальная техника, которая позволяет сделать анализ. Она показывает, как работают нормальные человеческие гены. По работе этих генов можно предположить, а не сидит ли там казачок засланный. Это один вариант. Второй вариант - ген обязательно «приезжает» на каком-то носителе, с помощью какого-то вируса. Следы этого вируса мы видим, иммунная система его обязательно поймает. Есть и другие способы. Я могу сказать одно: генный допинг ловить трудно, но он будет ловиться. Еще 10 лет назад никто и не мечтал, что будем обнаруживать эритропоэтин, ведь это точная копия того препарата, который вырабатывается нашими почками. Теперь он в «сачке». Миллионы долларов тратятся на вооружение антидопинговых лабораторий. Миллионы долларов тратятся на создание новых методов контроля. Почти наверняка эта «гонка вооружений» будет продолжаться. Вопрос только один, каково будет время между внедрением допинга в спорт и появлением методов его надежного контроля. Задача в том, чтобы сделать это время как можно более коротким.

*Владимир Козин.* Николай Дмитриевич, давайте не будем больше говорить о «радостях» большого спорта, связанных с применением допинга: почти каждую неделю мы слышим о новом процессе. А как у простых людей?

*Николай Дурманов.* Хочу подчеркнуть, что в России и особенно в Москве больше десятка допинговых препаратов приравнены к наркотическим средствам. Очень многие молодые люди, практически не имеющие отношения к спорту, пользуются специальными препаратами.

*Владимир Козин.* Но зачем?

*Николай Дурманов.* Например, чтобы улучшить фигуру. Чтобы выглядеть среди сверстников некими Шварценнегерами. Хотя, надо сказать, что юные спортсмены тоже входят в группу риска. Тренеру легче посадить молодого человека на «химию», чтобы был результат. Но этот результат - заслуга фармакологов.

*Владимир Козин.* Есть ли какая-то статистика по Москве? Сколько молодых ребят сидят на допинговой игле?

*Николай Дурманов.* Статистика есть. Но насколько она корректна? Вообще это проблема всех больших городов мира. Мы в свое время создали программу «Честный спорт». Проводится мониторинг. Этой проблемой занимаются и в Совете Европы. Насколько мне известно, и в Государственной думе уже озадачены и будут принимать несколько программ. Создана аналитическая группа. Наконец-то появилась очень хорошая образовательная программа. Нам удалось внушить чиновникам, что допинг - это социальный феномен. Бороться с которым надо всем миром.

*Владимир Козин.* Вероятно, уже есть и законы, которые трактуют распространение допинговых препаратов как уголовное преступление?

*Николай Дурманов.* В России есть подзаконные акты, преследующие участников допинг-трафика. Жесткие меры против этого всемирного заболевания принимаются в США, Австралии, Швеции, Италии.

*Владимир Козин.* Сейчас в Москве и других крупных городах работают несколько десятков фирм, которые торгуют некими якобы целебными добавками. Снадобья с Тибета. От всех болезней и безвредно...

*Николай Дурманов.* Рынок пищевых добавок стал неуправляемым. Это большая проблема. Огромный оборот. Что делать, к сожалению, это стало модным. Выжимка из коры какого-то дерева, например. Да, все это проходит сертификацию. Но подделок очень много.

*Владимир Козин.* Являются ли эти препараты допингсредствами?

*Николай Дурманов.* Думаю, что нет, просто часто вредными.

*Владимир Козин.* А может, именно за счет «выжимки из какого-то дерева» китайцы и выиграли Олимпиаду в Пекине?

*Николай Дурманов.* Не думаю, там все серьезнее.

*Владимир Козин.* Не генный ли допинг, о котором сегодня так много говорят?

*Николай Дурманов.* Скажу просто: не пойман - не вор.

*Владимир Козин.* Как-то грустно у нас все получается.

*Николай Дурманов.* Еще раз повторю, что с допингом надо бороться всем миром.

*Дурманов Н.* Чума XXI века: разговор начистоту: интервью / В. Козин // Деловой вторник, 2009. – Режим доступа: <http://www.dvtornik.ru/articles/2009/10/90/2440.html> (дата обращения: 26.06.2010).

*Митин Евгений Анатольевич  
Филиппова Светлана Октавьевна  
Митин Анатолий Евгеньевич*

**ПРОФИЛАКТИКА ПРИМЕНЕНИЯ  
ДОПИНГОВ В СПОРТЕ**

Учебно-методическое пособие

*Компьютерная верстка*