

DOPING I

Op de laatst gehouden voorjaarsvergadering van de K.N.K.B. stond het dopingbeleid als punt op de agenda vermeld. Iedere sportbond moet een dopingbeleid ontwikkelen, anders krijgt de betreffende bond 5% subsidievermindering.

Gelukkig hebben wij in de kaatssport geen problemen met dopinggebruik, hoor je de meeste mensen hardop denken. Nou, dan kon u zich nog wel eens vergissen, als de bond tenminste de strenge richtlijnen van het I.O.C. (International Olympisch Comité) zou volgen. Zelfs het drinken van een kop koffie op de wedstrijddag kan bij een dopingcontrole al tot positieve uitslagen leiden. Eigenlijk iedere ledenkaatser beschuldigt zich dus wel eens aan doping.

Onder doping wordt verstaan; het toedienen van die stoffen die behoren tot de groepen van farmacologische stoffen en het gebruik van die methoden die door de betreffende (inter)nationale sportbond of door het I.O.C. verboden zijn.

Uit de definitie blijkt dat naast het I.O.C. de sportbonden vaak een eigen dopingreglement hebben, welke vaak wel is afgeleid van het I.O.C.-reglement. Ook kan het zijn dat bijv. de K.N.V.B. een iets ander reglement heeft dan de Duitse Voetbal Bond. Voor een voetballer is het dus belangrijk om je op de hoogte te stellen van het reglement bij een transfer naar het buitenland.

Het doel van doping is om je sportprestatie te verhogen. Je kunt door het gebruik van doping bijv. je uithoudingsvermogen of je kracht vergroten, maar je kunt ook middelen gebruiken om rustiger te worden, waardoor je beter presteert.

In Nederland is er geen beleid vanuit de overheid in tegenstelling tot veel andere landen, waar wel een echte wetgeving is. In Nederland wordt het dopingreglement in goede banen geleid door het NeCeDO (= Nederlands Centrum voor Dopingvraagstukken).

In Nederland bestaat het dopingbeleid uit drie punten:

- A. Reglementering (heeft een sportbond dit niet dan volgt 5% subsidiekorting)
- B. Controles, zowel na de wedstrijd als ook buiten wedstrijdverband om
- C. Voorlichting door NeCeDo.

Het I.O.C. en alle sportbonden hebben een lijst van verboden groepen van stoffen en verboden methodes. Iedere sporter en iedere begeleider kunnen en moeten zich op de hoogte stellen van deze lijst als er controles zijn.

Iedere sporter is uiteindelijk zelf verantwoordelijk voor het naleven hiervan en kan zich nooit verschuilen achter onwetendheid of achter derden. Er zijn heel veel stoffen die in hele kleine concentraties zijn toegestaan. Neem bijv. cafeïne in de koffie; bij een controle na de wedstrijd mag er maximaal 12 microgram per milliliter urine worden aangetroffen. Als je koffie drinkt op de wedstrijddag is het persoonsafhankelijk en afhankelijk van de sterkte van de koffie of je boven deze 12 microgram komt. Om alle problemen te voorkomen kun je op de wedstrijddag dus het beste geen koffie drinken. Een heel ander probleem doet zich voor bij ziektes van de sporter. Wanneer je bij een lichte verkoudheid naar de drogist gaat voor een hoestdrankje, zitten hier vaak al pijnstillers in die op de verboden lijst staan. Moeilijker nog wordt het wanneer je echt ziek (bijv. griep) bent. Ga je naar je eigen huisarts dan zal hij je als 'patient' beschouwen en waarschijnlijk een gangbaar medicijn voorschrijven. De kans is dan heel groot dat dit medicijn op de lijst van verboden middelen staat. In de topsport worden de sporters meestal begeleid door sportartsen. Deze behoren te weten wat wel en niet verboden is. Meestal bestaat voor een gangbaar medicijn wel een alternatief wat toelaatbaar is. Deze alternatieven zijn weer op te vragen bij het Necedo. Wanneer er voor een medicijn geen alternatief is, betekent dit eigenlijk altijd dat de sporter zo ziek is dat hij niet kan sporten. Een ding is zeker; wanneer er twijfel is, kun je het beste niets gebruiken. Ook problematisch is het gebruik van voedingssupplementen en natuurgeneeskundige kruiden. Als niet precies bekend is wat erin zit kun je het beste er van af blijven.

De sporter en/of zijn begeleider moeten dus **zelf** constant controleren of geneesmiddelen, supplementen of andere preparaten die zij willen gebruiken geen verboden stoffen bevatten. Iedere sporter moet een legitimatiebewijs bij zich hebben om zich op ieder moment te kunnen legitimeren.

Wanneer er dopingcontroles zijn, mag je nooit weigeren om mee te werken. Doe je dit wel dan ben je altijd fout, en kunnen er strafmaatregelen volgen

Twee zaken zijn nu heel belangrijk. Ten eerste; willen wij in de toekomst onze kaatssport nog steeds op een serieus niveau beoefenen, dan **moet** de K.N.K.B. een dopingbeleid ontwikkelen. Zo niet dan wordt het kaatsen inderdaad een folkloristische bezigheid. Ten tweede moet de K.N.K.B. gaan bekijken welke stoffen op de I.O.C.-lijst werkelijk relevant zijn voor de kaatssport. M.a.w. van welke verboden stoffen zou een kaatser daadwerkelijk zijn prestatie kunnen verhogen. Daarom zullen we de volgende maand eens de I.O.C.-lijst langslopen en kijken wat voor het kaatsen werkelijk relevant is bij doping.