



**Тетрадь**

---

*спортсмен*

---

---

*вид спорта*

---

---

**Умей бороться честно!**

УДК 796/799

ББК 75.0

У 52

**У 52 Умей бороться честно!** М.: ТрансЛит, 2010, 36 с.

Авторы: Е. Иконникова, Е. Репкина

Художник–иллюстратор: А. Трапезникова

Компьютерная верстка: Н. Щитнев

Издание предназначено для начинающих спортсменов. В книге рассказывается о допинге и о последствиях его применения для здоровья и карьеры спортсмена. Также юные читатели найдут здесь много полезной информации, необходимой каждому спортсмену - процедура сдачи допинг-проб, предоставление информации о местонахождении, получение разрешения на использование препаратов и многое другое. В написании книги приняли участие известные российские спортсмены Дмитрий Ярошенко и Андрей Прокунин.

ISBN 978-5-94976-742-9

Подписано в печать 28.06.2010 г.  
Формат 70х90/16. Гарнитура «Birch».

Печать офсетная.

Усл. печ. л. 2.25. Тираж 1000.

Заказ №

Издательство «ТрансЛит»  
115432, Москва, 2-й Южнопортовый пр-д, д. 5, корп. 2  
Т/ф (495) 642-84-27  
[www.translitizdat.ru](http://www.translitizdat.ru)  
e-mail: [translitizdat@mail.ru](mailto:translitizdat@mail.ru)

© Издательство “ТрансЛит”, 2010

## Запрещенный список

Вещества	Запрещены в соревновательный период	Запрещены во внесоревновательный период	Запрещены в отдельных видах спорта
<b>S1</b> Анаболические агенты (вещества, предназначенные для лечения ряда тяжелых заболеваний)	X	X	
<b>S2</b> Гормоны и подобные субстанции (вещества, вырабатываемые человеческим организмом и регулирующие все жизненные процессы)	X	X	
<b>S3</b> Бета-2 агонисты (вещества для лечения астмы)	X	X	
<b>S4</b> Гормональные антагонисты и модуляторы (вещества, которые влияют на работу гормонов)	X	X	
<b>S5</b> Диуретики и другие маскирующие агенты (вещества, помогающие выводить из организма лишнюю жидкость)	X	X	
<b>S6</b> Стимуляторы (вещества, влияющие на психику)	X		
<b>S7</b> Наркотические анальгетики (вещества для снятия сильной боли)	X		
<b>S8</b> Каннабиноиды (гашиш, марихуана и подобные вещества)	X		
<b>S9</b> Глюкокортикостероиды (средства для лечения аллергии, кожных заболеваний и болезней суставов)	X		
<b>M1</b> Усиление переноса кислорода (использование настоящей или искусственной крови в лечебных целях)	X	X	
<b>M2</b> Химические и физические манипуляции (подмена проб мочи или крови; введение медицинских препаратов в кровь через вену в объеме более 50 мл)	X	X	
<b>M3</b> Генный допинг (изменение генетического материала человеческого тела)	X	X	
<b>P1</b> Алкоголь			X
<b>P2</b> Бета-блокаторы (вещества для лечения заболеваний сердца и сосудов)			X

Многие из этих веществ нужны больным людям. Принимать их здоровым спортсменам **ЗАПРЕЩЕНО** и **ОПАСНО!** Если ты заболел и тебе нужен препарат из запрещенного списка, то тебе необходимо оформить запрос на терапевтическое использование.



# РУСАДА

НАЦИОНАЛЬНАЯ АНТИДОПИНГОВАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ

[www.rusada.ru](http://www.rusada.ru)  
[rusada@rusada.ru](mailto:rusada@rusada.ru)