

ПРОБЛЕМЫ ДОПИНГ-КОНТРОЛЯ

БОРЬБА С ДОПИНГОМ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Т.М. АБСАЛЯМОВ, к.п.н., проф., Л.В. САВИН, ВНИИФК

Аннотация

В статье рассмотрены основные направления борьбы с допингом в спорте. Приводятся данные по развитию допинг-контроля как в России, так и в мире и основным проблемам, возникающим в этом направлении. Для тренеров и руководителей даны основные моменты, которые следует учитывать при планировании антидопинговой политики. Даны также рекомендации по использованию восстановительных средств и методов, могущих заменить незаконные методы повышения работоспособности.

Abstract

This paper concerns the main headlines in the fight against doping. The data about the development of doping control in Russia and world, along with difficulties existing, are given. For coaches and managers, the basic principles of antidoping politics are revealed. There are also recommendations for use of legal rehabilitation means and methods whose can replace the illegal ones.

В соответствии с международными стандартами (Всемирный антидопинговый кодекс, Антидопинговая конвенция Совета Европы и др.) страна, осуществляющая борьбу с применением в спорте запрещенных средств и методов (допингом), должна вести работу как минимум по трем направлениям:

1) проводить широкий и регулярный допинг-контроль среди лиц, занимающихся спортом как во время соревнований, так и вне их;

2) вести информационно-образовательную деятельность, распространяя знания о вреде использования допингов среди спортсменов, тренеров, врачей, организаторов спорта и других слоев населения;

3) осуществлять научно-исследовательские работы, направленные как на разработку новых методов допинг-контроля, так и изучения дополнительных (недопинговых) средств и методов поддержки организма спортсмена и его восстановления после тренировочных нагрузок.

Работа по первому разделу (допинг-контроль) ведется в нашей стране, особенно в последнее время, достаточно активно. В частности, в 2002 году Госкомспорту России удалось получить финансирование и обеспечить

поставку оборудования (последнего поколения) для проведения антидопингового контроля, произвести установку этого оборудования в здании ВНИИФК, а также решить вопросы проведения ремонта в арендуемых помещениях. Ремонтные работы были выполнены на площади 350,4 кв.м, общей сметной стоимостью 3,6 млн рублей.

Лаборатория во ВНИИФК прошла реаккредитацию международной комиссией (одна из 23-х в мире) и получила право проведения антидопингового контроля на международных соревнованиях любого уровня.

В настоящее время наметилась положительная динамика по количеству проводимых проб.

В 2001 году проведено 1253 пробы, в 2002 году – 2014 проб. В 2003 году запланировано проведение 3000 проб.

Россия является полноправным членом ВАДА, выплачены членские взносы за 2002 и 2003 годы. В.А. Фетисов избран в Совет учредителей ВАДА, обсуждены и одобрены кандидатуры российских представителей для включения в состав рабочих комиссий.

К сожалению, этого нельзя сказать о работе по второму и третьему разделам.

Начнем с информационно-образовательного раздела.

При изучении официального документа, который называется «Государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования по специальности 02.23.00 (Физическая культура и спорт)», утвержденный в 2000 году Минобразования России по согласованию с Госкомспортом России, обнаружим там четкий и подробный перечень знаний в области педагогики, биологии, медицины, социологии и других дисциплин.

Слова «допинг» в этом документе нет. Нам известно, что в ряде физкультурных вузов проводятся факультативные курсы, но вопрос о едином, утвержденном «антидопинговом образовании» специалистов остается открытым.

На наш взгляд, необходимо изучить вопрос о разработке обязательного курса «Допинг и меры противодействия его применению в спорте» и его включении в программы физкультурных вузов и средних специальных учебных заведений. Мы были бы благодарны специалистам Минздрава России, если такой же вопрос был бы рассмотрен и решен в отношении, например, обучения в клинической ординатуре по специальности «Спортивная медицина и лечебная физическая культура».

Информация об опасности допинга практически отсутствует в периодической печати и на телевидении. По пальцам можно пересчитать книги, брошюры, буклеты на эту тему.

В то же время во многих странах такая работа активно проводится. В качестве примера приводим выдержки из брошюры, изданной Норвежской конфедерацией спорта.

Допинг. Ответственность тренеров и руководителей. Норвежская конфедерация спорта

ВЫБОР, КОТОРЫЙ ВЫ ДОЛЖНЫ СДЕЛАТЬ

Как тренер или ведущий спортсмен Вы в тот или иной момент времени будете поставлены перед большой дилеммой: что выбирать – хорошие спортивные результаты или здоровье атлета.

Допинг – это один из тех методов достижения цели, по отношению к которому Вы как тренер или руководитель должны занять открытую и ясную позицию.

Вы оказываете большое влияние на своих атлетов. Посредством того, что Вы говорите и делаете, Вы можете либо сознательно предотвратить использование допинга, либо бессознательно породить опасную потребность в допинге и вызвать в связи с этим злоупотребление наркотиками.

Целью работы в отношении противостояния допингу должно быть наличие как можно большего числа тренеров и лидеров, активно и открыто противостоящих использованию допинга в своем окружении. Своим ак-

тивным и открытым осуждением допинга они ставят заслон распространению допинга в пределах своего спортивного окружения.

Очень большую группу тренеров и руководителей составляют уклончивые (пассивные) противники допинга. В принципе эти противники относятся отрицательно к допингу, но когда дело касается их вида спорта и их атлетов, они оправдывают допинг. Их двойная мораль приводит к тому, что они отрицают ответственность как за неупотребление, так и за употребление допинга в своем спортивном окружении.

Наибольшую и, может быть, наиболее опасную категорию составляют подсознательные подстрекатели к приему допинга. Опасность от этих «бессознательных подстрекателей», способствующих употреблению допинга своим поведением и действиями, очень велика. Практически они являются сторонниками того, что допинг должен остаться в арсенале тренера и руководителя.

Последнюю категорию составляют активные открытые сторонники допинга – «толкачи».

В настоящее время в спорте очень мало деятелей такого типа. Самим спортсменам стать активными сторонниками допинга легче.

СИМПТОМЫ ПРИЕМА ДОПИНГА

На что Вы, как тренер/руководитель должны обратить внимание, если Вы подозреваете, что спортсмен принимает или начал принимать допинг?

Очень важно, чтобы Вы поступали в этом деле очень осторожно. Помните, что единичный симптом не может зачастую рассматриваться изолированно, но должен рассматриваться в контексте поведения атлета, развития его во времени и с учетом всей сложившейся ситуации.

Вы должны быть вполне уверенными в своих подозрениях по поводу приема тем или иным спортсменом допинга. Множество из этих симптомов могут иметь естественные причины. Если Вы быстро переходите к выводам, вы можете нанести непоправимый ущерб как карьере спортсмена, так и себе самому.

БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ К СЛЕДУЮЩИМ СИМПТОМАМ

1. Физические симптомы.

Изменения во внешнем виде спортсмена, которые могут быть связаны с допингом:

- мужеподобие (женщины);
- увеличение веса и накопление жидкости в теле спортсмена;
- повышенный рост волос (женщины);
- более глубокий (низкий) голос (женщины);
- повышение жирности кожи, особенно на спине и на бедрах;
- одутловатость на щеках и подбородке, круглолицость;

- повышенная напряженность мышц тела;
- изменение половых органов;
- трудности в удерживании равновесия.

2. Психические симптомы.

Изменения в поведении спортсменов, которые могут быть следствием принятия допинга:

- депрессия;
- озабоченность;
- симптомы, напоминающие абстиненцию;
- бессонница.

Будьте также внимательны к признакам изменения личностных качеств. Если у атлета вдруг меняется поведение и темперамент, к примеру, если наблюдаются неожиданные вспышки гнева, то это может быть основанием для подозрения в приеме допинга.

3. Симптомы, связанные с тренировками, соревнованиями и результатами.

Следующие симптомы могут указывать на прием допинга:

– ненормально высокая интенсивность тренировок может быть следствием приема допинга, поскольку интенсивность тренировок обычно резко повышается в периоды приема большой дозы допинга и падает непосредственно перед соревнованием;

– нерегулярная тренировка в одиночестве в оздоровительных центрах и в непривычное время дня может говорить о том, что атлет стремится избежать контроля на допинг или стремится тренироваться в таких местах, где легче остаться незамеченным в приеме допинга;

– спортсмен пропускает коллективные тренировки или соревнования, в которых имеется большая вероятность допинг-контроля;

– атлет делает неожиданные и почти взрывоподобные успехи за ненормально короткий период времени; этот симптом не должен смешиваться с успехами, достигнутыми в результате длительных правильных тренировок; в период роста спортсмена неожиданно большие успехи могут быть следствием того, что в его организме происходит естественный рост выработки гормонов;

– резкие колебания спортивных результатов могут свидетельствовать о том, что спортсмен периодически принимает допинг;

– хорошая спортивная форма, несмотря на недисциплинированность спортсмена в обычной жизни, курение и прием алкоголя, а также на малый интерес к диете и на нерегулярные тренировки, может указывать на прием допинга; в таком случае спортсмен рассчитывает на достижение успеха независимо от вышеизложенного;

– повышенная травмируемость атлета в местах крепления мышц и сухожилий может быть знаком длительного приема атлетом допинга;

– атлет проявляет повышенный интерес к здоровой пище, таблеткам из натуральных продуктов, к вита-

минам и т.д. и хорошо осведомлен о влиянии различных медицинских препаратов и допингов.

4. Оправдания спортсменов.

Атлет приводит следующие оправдания, когда вопрос касается приема допинга:

– «Допинг – это не обман. Все принимают его».

– «Это вздор заявлять о том, что есть доказательства вредности допинга».

– «Это люди говорят о неэффективности допинга».

Так посмотрите на... и других».

– «Всегда имеются такие препараты, присутствие которых в организме современная аппаратура уловить не может».

– «Зарубежные атлеты всегда находят лазейку в правилах. Почему у нас такие строгие правила?»

ЧЕМ ВЫ РИСКУЕТЕ, СПОСОБСТВУЯ УПОТРЕБЛЕНИЮ ДОПИНГА?

Тренеры и руководители несут ответственность не только за свои собственные действия, но также и за своих спортсменов, и за свой вид спорта.

Тренеры и руководители, которые способствуют использованию допинга, рискуют больше атлетов, непосредственно его принимающих.

Они могут наказываться более строго, чем спортсмены. Халатность и небрежность – наказуемы. Пассивность и защитная позиция могут быть также наказаны.

«Способствование» определяется как сознательное или несознательное влияние тренера или руководителя, в результате которого спортсмен становится наркоманом.

СПОРТИВНЫЕ ЗАКОНЫ

За способствование в приеме атлетом допинга Вы рискуете быть исключенным из спорта на два года. Это означает:

– что Вы не можете занимать никаких должностей в спорте;

– что Вы не можете заниматься организацией тренировок;

– что Вы не имеете права принимать участие в соревнованиях в качестве руководителя/тренера или спортсмена.

Для большинства наказание за допинг – это то же самое, что запрет на профессию, поскольку таким людям запрещено работать по своей специальности как минимум два года.

Если Вы во второй раз уличены в том, что способствовали принятию допинга, Вам будет запрещено работать в спорте всю оставшуюся жизнь.

ГРАЖДАНСКИЕ ЗАКОНЫ

• Ввоз и продажа анаболических стероидов называется тюремным заключением.

• Ввоз амфетаминов и других наркотиков называется тюремным заключением.

Спортивная общественность сотрудничает также с таможенниками, полицией и с властями по медицинскому контролю, чтобы раскрыть нелегальный ввоз и продажу допинговых веществ и чтобы расширить пределы наказания.

ПРЕЗРЕНИЕ ОБЩЕСТВА – САМОЕ ТЯЖЕЛОЕ НАКАЗАНИЕ

Для большинства тех, кто осужден за преступления, связанные с допингом, презрение общества стало самым тяжело переносимым наказанием.

Не потому только, что Вы рискуете быть заклеенным в своем местном окружении, а потому, что люди, которых Вы знаете, не захотят знать с Вами.

И не потому только, что такое наказание длится дольше назначенного Вам по закону, а потому, что Ваши услуги никогда больше не потребуются.

И не потому только, что Вы выставляете весь свой спортивный клуб и все спортивное движение в целом в плохом свете, а в полном осуждении в средствах массовой информации и в сосредоточении внимания на Вас и на Вашей команде.

Вы, вероятно, возложите на себя наиболее тяжелое бремя из всех возможных. Опыт показывает, что осужденные за допинг заканчивают серьезными личностными проблемами. Многих из них ожидает распад семейных отношений.

Так стоит ли что-нибудь в мире спорта того, чтобы Вы принесли ему такую жертву?

ДЕСЯТЬ ЗАПОВЕДЕЙ ТРЕНЕРА И РУКОВОДИТЕЛЯ

Известно, что число жертв допинга увеличивается. Вы как тренер или руководитель можете остановить эту тенденцию, признавая свою ответственность за подопечных Вам спортсменов и исповедуя следующие 10 заповедей.

1. Занимать активную позицию против допинга. Недостаточно не поддерживать или не защищать допинг. Ваша обязанность как тренера активно информировать и предупреждать своих подопечных об опасности употребления допинга.

2. Рассчитывать на свои собственные возможности достижения спортивных вершин.

Тренеры могут достичь успехов, основываясь на климатических, финансовых и тренировочных условиях своей страны. Тот, кто настаивает на противоположном, может бессознательно поощрять использование допинга.

3. Дело требует времени. Необходимо подчеркивать важность регулярной, правильной, длительной тренировки.

Требования или надежды быстрого улучшения результатов и быстрого достижения успехов зачастую заканчиваются крушением этих соблазнительных надежд.

4. Остерегайтесь использовать славу и общественное положение чемпиона в качестве приманки.

Такая приманка зачастую ведет к тому, что атлета требуют нереального, и это оказывает на него большое давление. Соблазн достичь быстрых успехов тем выше, чем более привлекательной выглядит цель.

5. Не давайте атлету тренироваться или соревноваться одному в среде спортсменов, принимающих допинг.

Это составляет часть обязанностей тренера за всю личность человека, а не только за ее спортивную составляющую.

6. Остерегайтесь легкой доступности «таблеточной культуры».

Тот, кто является горячим сторонником применения таблеток и медицинских препаратов для повышения спортивной формы или для лечения травм, может легко одобрить «искусственный путь наверх».

7. Непрерывно оценивайте состояние атлета и регулируйте его ближайшие цели в соответствии с его формой.

Травмы, недостаток формы и другие непредвиденные обстоятельства могут также означать изменение целей и степени прогресса. Квалифицированный тренер должен быть способен следить всегда за своим атлетом и всегда ставить такие задачи, которые стимулируются и достигаются без искусственных средств.

8. Будьте восприимчивы к изменениям, происходящим с атлетом, которому может быть знаком прием допинга.

Знание опасных симптомов делает возможным правильную реакцию на них с Вашей стороны. Вы должны реагировать на эти изменения, как только Вы обнаружили подозрительные знаки. Такая быстрая реакция требуется как для спасения атлета от серьезной медицинской опасности, привносимой допингом, так и для того, чтобы избежать ненамеренного вовлечения себя в круг лиц, связанных с допингом.

9. Избегайте того, чтобы Ваши личные цели и амбиции превосходили цели и амбиции спортсмена.

Многие атлеты чувствуют, что они многим обязаны тренеру и руководителю. Если Вы как тренер обладаете чрезмерно высокими амбициями, Вы рискуете вынудить своих атлетов принять допинг, поскольку они очень хотят отблагодарить Вас. Дайте атлетам возможность установить свои собственные цели, и если они слишком высоки, опускайте их вниз.

10. Будьте честным: имеете ли Вы как тренер достаточно знаний для выполнения многих спортивных задач?

Быть тренером/руководителем – это большая ответственность, которая распространяется намного дальше простых спортивных результатов. Если чувствуете некоторую неопределенность или несоответствие, отвечая на вышепоставленный вопрос, Вы должны приобрести необходимые знания, прежде чем возлагать на себя слишком большие тренировочные обязательства.

По третьему разделу – научно-исследовательской работе – можно выделить две тематики.

Первая – разработка новых методов допинг-контроля. Мировой опыт последних лет свидетельствует о том, что такие разработки обходятся минимум в 10–15 млн долларов каждая. Вряд ли в обозримом будущем мы будем обладать такими возможностями. Мне думается, что эту работу мы вполне можем доверить более богатым странам и международным организациям.

Но есть и другая сторона вопроса. Спортсмен высокого класса, как никто другой, часто и регулярно подвергает свой организм околопредельным и предельным нагрузкам. Многие из средств и методов, сегодня запрещенных, в той или иной мере помогают ему переносить эти нагрузки.

Запрещая эти средства и методы, мы должны предложить что-то взамен. В этой работе участие ученых академических и отраслевых институтов могло оказать бы нам неоценимую помощь. Мы имеем в виду разработку и внедрение природных, недопинговых средств повышения тренировочной работоспособности и ускорения восстановительных процессов, а также соответствующих медицинских (например, физиотерапевтических) технологий.

Работа в этом направлении, естественно, потребует выделения как бюджетных средств, так и соответствующих грантов.