

TRUNG TÂM DOPING & Y HỌC THỂ THAO

SỔ TAY PHÒNG, CHỐNG DOPING



HÀ NỘI, Năm 2023

BAN BIÊN SOẠN

Ths. BS Nguyễn Văn Phú, Giám đốc Trung tâm Doping và Y học thể thao, Trưởng ban.

Ths. Nguyễn Quang Vinh, Trưởng phòng Kế hoạch mẫu và Giáo dục truyền thông, Trung tâm Doping và Y học thể thao, Phó trưởng ban.

Ths. Nguyễn Thị Liêm, Chuyên viên phòng Kế hoạch mẫu và Giáo dục truyền thông, Trung tâm Doping và Y học thể thao, Thành viên, thư ký.

CN. Nguyễn Thị Ngọc Lý, Chuyên viên phòng Kế hoạch mẫu và Giáo dục truyền thông, Trung tâm Doping và Y học thể thao, Thành viên.

CN. Bùi Ngọc Anh Tuấn, Chuyên viên phòng Kế hoạch mẫu và Giáo dục truyền thông, Trung tâm Doping và Y học thể thao, Thành viên.



MỤC LỤC

	Trang
Giới thiệu chung.....	3
1. Các hành vi vi phạm doping (ADRVs).....	4
2. Danh mục thuốc, dẫn chất và các phương pháp bị cấm năm 2023 (Prohibited list 2023)	5
3. Miễn trừ do điều trị (TUE).....	17
4. Hướng dẫn tra cứu thuốc, dẫn chất bị cấm năm 2023 (Global Dro).....	21
5. Hướng dẫn khai báo Hồ sơ lưu trú, di chuyển của VĐV (Whereabouts).....	25
6. Quy trình lấy mẫu kiểm tra Doping (Doping Control Process).....	31
7. Hướng dẫn đăng ký khóa học trên hệ thống học trực tuyến ADEL - WADA	39

SỞ TAY PHÒNG CHỐNG DOPING



GIỚI THIỆU CHUNG

Hoạt động phòng chống Doping nhằm tôn vinh giá trị tốt đẹp của Thể thao đích thực, tôn trọng giá trị thực sự của các môn thể thao không chỉ đối với vận động viên mà còn cho tất cả mọi người tham gia thể thao và cho thế hệ sau này.

Theo đó, nhiệm vụ của Trung tâm Doping và Y học thể thao (VADA) là giúp tất cả các Vận động viên đều được xứng đáng có cơ hội tập luyện, thi đấu, cạnh tranh trên một sân chơi thể thao trong sạch và bình đẳng, nơi mà kết quả của bất kỳ cuộc thi nào được quyết định bởi tài năng và sự chăm chỉ của họ. VADA luôn cố gắng làm việc để đảm bảo rằng sẽ không có bất kỳ Vận động viên nào bị đối thủ của họ lừa dối dựa trên sức mạnh khi dùng các chất kích thích làm tăng cường tập luyện và khả năng thi đấu.

Cuốn sổ tay này nhằm cung cấp cho các Vận động viên, Huấn luyện viên, cán bộ hỗ trợ vận động viên một bản tóm tắt về các thông tin cần thiết về phòng, chống Doping khi Vận động viên tham gia thể thao. Việc tiếp cận được các thông tin chính xác về phòng, chống Doping đảm bảo rằng các Vận động viên không chỉ được chuẩn bị đầy đủ cho việc tập luyện thường ngày mà còn cho các giải đấu quan trọng quốc gia và quốc tế, cũng như khẳng định được vai trò của họ trong các chương trình phòng, chống doping trên toàn thế giới.

Chúc toàn thể các Vận động viên, Huấn luyện viên, cán bộ hỗ trợ vận động viên thu được những kiến thức thiết thực, áp dụng thường xuyên để có thành cao nhất trong tập luyện và thi đấu.

1. Các hành vi vi phạm doping (ADRVs)

Theo Bộ luật phòng, chống Doping Thế giới 2021 (WADA Code 2021), Doping được hiểu là việc xảy ra một hay một số hành vi vi phạm quy định về phòng, chống Doping, cụ thể như sau:

1. Xuất hiện chất cấm trong mẫu máu hoặc nước tiểu của Vận động viên;
2. Sử dụng hoặc cố ý sử dụng chất cấm hoặc phương pháp cấm;
3. Từ chối hoặc trốn tránh hoặc bỏ lỡ việc cung cấp mẫu xét nghiệm;
4. Không khai báo hồ sơ nơi ở, nơi tập luyện (whereabouts);
5. Làm xáo trộn hoặc cố ý làm xáo trộn bất kỳ giai đoạn nào của quá trình lấy mẫu kiểm tra doping;
6. Sở hữu chất cấm hoặc phương pháp cấm mà không có lý do chính đáng;
7. Buôn bán hoặc cố ý buôn bán chất cấm hoặc phương pháp cấm;
8. Cho sử dụng hoặc cố ý cho Vận động viên sử dụng chất cấm hoặc phương pháp cấm;
9. Trợ giúp, khuyến khích, giúp đỡ, xúi giục, âm mưu, bao che, hoặc bất kỳ ý định đồng lõa hoặc cố ý đồng lõa liên quan đến hành vi vi phạm quy định phòng, chống doping;
10. Có bất kỳ mối liên hệ về mặt chuyên môn nào với người đang trong thời gian xử phạt;
11. Kỳ thị, trù dập, đe dọa, hoặc chống lại người tố cáo hành vi vi phạm doping.

2. Danh mục thuốc, dẫn chất và các phương pháp bị cấm năm 2023 (Prohibited list 2023)



Danh mục chất/phương pháp cấm (Danh mục cấm) bao gồm các chất cấm và phương pháp cấm, được Tổ chức phòng, chống Doping thế giới (WADA) xem xét và cập nhật hàng năm sau quá trình tham vấn từ đội ngũ chuyên gia của WADA, và có hiệu lực từ ngày 01/01 hàng năm. Danh sách cấm xác định các chất cấm và Phương pháp cấm trong thi đấu, ngoài thi đấu và trong các môn thể thao cụ thể.

Theo Điều 4.3.1 của Bộ luật phòng, chống Doping thế giới (WADA Code 2021), để một chất cấm hoặc phương pháp cấm được đưa vào Danh sách cấm của WADA cần đáp ứng ít nhất hai (02) trong ba (03) tiêu chí sau:

- ✓ Chất hoặc phương pháp đó có khả năng tăng cường hoặc nâng cao thành tích thể thao.
- ✓ Chất hoặc phương pháp đó thể hiện nguy cơ đến thực tế hoặc tiềm ẩn đối với sức khỏe của Vận động viên.
- ✓ Chất hoặc phương pháp đó vi phạm tinh thần của thể thao.

Danh mục cấm năm 2023 của WADA gồm:

CHẤT VÀ PHƯƠNG PHÁP CẤM CẢ TRONG VÀ NGOÀI THI ĐẤU

S0 NON-APPROVED SUBSTANCES

Tất cả các chất trong nhóm này bị cấm cả trong và ngoài thi đấu.



Tất cả các chất cấm trong nhóm này là những chất chỉ định (Specified Substances).

S1 ANABOLIC AGENTS

Anabolic androgenic steroid (AAS) cho đến nay là loại thuốc tăng cường hiệu suất phổ biến nhất để xây dựng sức mạnh cơ bắp và khối lượng cơ nạc. Do những tiến bộ khoa học về độ nhạy phát hiện, các chất nhóm AAS như testosterone, stanozolol, oxandrolone và nandrolone có thể dễ dàng phát hiện được trong các mẫu của vận động viên. Các tác dụng phụ về sinh lý và tâm lý của việc lạm dụng steroid đồng hóa có khả năng tác động bất kỳ người dùng nào, bao gồm cả Vận động viên.

Tất cả các chất trong nhóm này bị cấm cả trong và ngoài thi đấu;

Tất cả các chất cấm trong nhóm này là những chất không chỉ định (non-Specified Substances).

Nhóm S1 bao gồm các nhóm chất sau:

1. ANABOLIC ANDROGENIC STEROIDS (AAS)

Nhóm chất Steroid đồng hóa Androgenic (AAS)

2. OTHER ANABOLIC AGENTS

Nhóm các tác nhân đồng hóa khác

*** Một số tác dụng phụ tiềm ẩn của việc lạm dụng steroid đồng hóa gồm:**

Sinh lý - Mọi giới tính	Tâm lý - Mọi giới tính
✓ Mụn	✓ Tăng tính hung hăng và ham muốn tình dục, đôi khi dẫn đến
✓ Hói đầu kiểu nam	

<ul style="list-style-type: none"> ✓ Tổn thương gan ✓ Hạn chế tăng trưởng sớm trung tâm của xương dài (ở thanh thiếu niên) có thể dẫn đến tăng trưởng còi cọc. 	<p>hành vi tình dục và tội phạm bất thường, thường được gọi là "Roid Rage"</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Có thể ngừng sử dụng steroid đồng hóa có liên quan đến trầm cảm và tự sát.
<p>Tác dụng phụ dành riêng cho nam giới</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Phát triển mô vú ✓ Thu nhỏ tinh hoàn ✓ Bất lực ✓ Giảm sản xuất tinh trùng 	<p>Tác dụng phụ dành riêng cho phụ nữ</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Làm trầm giọng ✓ Ngừng phát triển vú ✓ Mọc lông trên mặt, bụng, và lưng trên ✓ Âm vật mở rộng ✓ Chu kỳ kinh nguyệt bất thường

S2 PEPTIDE HORMONES, GROWTH FACTORS, RELATED SUBSTANCES, AND MIMETICS

Nhóm chất **Hormones Peptide, Yếu tố tăng trưởng, các chất có liên quan và Mimetics** bị cấm cả trong và ngoài thi đấu, đây là các chất gồm các nhóm Hocmon Peptide, các yếu tố tăng trưởng, các chất có liên quan và Mimetics.

Tất cả các chất trong nhóm này là không chỉ định (non-Specified Substance).

Một số chất trong Nhóm này này có công dụng y tế quan trọng, chẳng hạn như erythropoietin (EPO) để điều trị thiếu máu và hormone tăng trưởng của con người (hGH) đối với

tình trạng thiếu hormone tăng trưởng. Nhưng nhiều chất trong nhóm này là không được sử dụng điều trị hợp pháp, vì vậy, các Vận động viên phải thận trọng khi sử dụng.

Một số tác dụng phụ tiềm ẩn và rủi ro sức khỏe khi sử dụng các nhóm thuốc Hormones Peptide, Yếu tố tăng trưởng, các chất có liên quan và Mimetics gồm:

- ✓ Tăng huyết áp (ESAs/hGH)
- ✓ Ung thư máu/ung thư máu (ESAs/hGH)
- ✓ Đột quy (ESA)
- ✓ Đau tim
- ✓ Thuyên tắc phổi (ESA)
- ✓ Nữ hóa ở nam giới (hCG)
- ✓ Các vấn đề về tuyến giáp (hGH)
- ✓ Bệnh tiểu đường (insulin)

S3 BETA-2 AGONISTS

Nhóm thuốc **Chủ vận Beta-2** là nhóm chất bị cấm cả trong và ngoài thi đấu và tất cả những chất trong nhóm này đều là chỉ định (Specified Substances).

Các chất trong nhóm này được sử dụng chính trong y tế nhằm điều trị các bệnh như hen suyễn và các bệnh về đường hô hấp khác. Vì vậy, để đánh giá việc sử dụng doping của thuốc chủ vận beta-2 phụ thuộc vào loại thuốc và đường dùng, cách dùng, liệu nó có được sử dụng kết hợp với một loại thuốc khác hay không và liều lượng. Bốn loại thuốc chủ vận beta-2 dạng hít được cho phép bằng cách hít tới ngưỡng liều nhất định, vì vậy, việc cần cần thiết là Vận động viên kiểm tra thuốc trước khi sử dụng bất kỳ chất chủ vận beta-2 nào.

Một số tác dụng phụ tiềm ẩn và rủi ro sức khỏe khi sử dụng các nhóm thuốc chủ vận Beta-2 gồm:

- ✓ Tăng huyết áp
- ✓ Rối loạn nhịp tim và máu cao áp lực
- ✓ Buồn nôn
- ✓ Nhức đầu và chóng mặt (hạn chế mạch máu trong não)
- ✓ Chuột rút cơ bắp (hạn chế mạch máu trong cơ bắp)

S4 HORMONE AND METABOLIC MODULATORS

Nhóm chất Hormone và Bộ điều chế chuyển hóa là nhóm chất bị cấm cả trong và ngoài thi đấu. Các chất cấm trong nhóm S4.1 và S4.2 là những chất chỉ định (Specified Substances), các chất trong nhóm S4.3 và S4.4 là những chất không chỉ định (non-Specified Substances).

Thuốc đối kháng nội tiết tố là tác nhân làm thay đổi chức năng của nội tiết tố. Một số tác dụng phụ tiềm ẩn và rủi ro sức khỏe của các hormone và bộ chất điều chế chuyển hóa trao đổi chất gồm:

- ✓ Thay đổi đáng kể lượng đường trong máu (insulin)
- ✓ Rối loạn hệ thống nội tiết (clomiphene)
- ✓ Tổn thương gan (AICAR)
- ✓ Mất cân bằng cholesterol (chất ức chế aromatase)
- ✓ Rối loạn chức năng vận động và run (trimetazidine)

S5 DIURETICS AND MASKING AGENTS

Nhóm thuốc lợi tiểu và chất che dấu bị cấm cả trong và

ngoài thi đấu. Tất cả các chất trong nhóm này là các chất chỉ định (Specified Substances).

Trong y tế, các hợp chất này được sử dụng với mục đích chính trong việc điều trị các tình trạng như tăng huyết áp, bệnh thận và suy tim sung huyết. Thuốc giãn huyết tương (ví dụ, tiêm tĩnh mạch albumin, dextran, hydroxyethyl tinh bột và mannitol) cũng bị cấm.

Có một số chế độ nhãn khoa (bôi mắt) của các chất trong danh mục này được cho phép. Việc sử dụng thuốc lợi tiểu hoặc chất che dấu kết hợp với thuốc hít chủ vận beta-2 làm mất tác dụng của liều lượng cho phép đối với ống dạng hít. Vận động viên nên kiểm tra thuốc trước khi sử dụng.

Một số tác dụng phụ tiềm ẩn và rủi ro sức khỏe của việc lạm dụng thuốc lợi tiểu gồm:

- ✓ Mất nước
- ✓ Chóng mặt hoặc ngất xỉu
- ✓ Chuột rút cơ và rối loạn nhịp tim do hạ kali

PROHIBITED METHODS

Có ba (03) phương pháp bị cấm gồm M1, M2, và M3. Tất cả 03 phương pháp này đều bị cấm cả trong và ngoài thi đấu, trong đó, nhóm M1 và M3 là các phương pháp không chỉ định “non-Specified Methods”, M2 là các phương pháp chỉ định “Specified Methods”.

M1. MANIPULATION OF BLOOD AND BLOOD COMPONENTS

Phương pháp thay đổi máu và các thành phần của máu (còn gọi là **Doping máu**) là một phương pháp làm tăng

oxy đến các mô. Doping máu được sử dụng để tăng số lượng tế bào hồng cầu trong cơ thể một cách giả tạo bằng cách truyền máu của chính mình (truyền máu tự thân) hoặc máu từ người hiến phù hợp với nhóm máu (truyền máu tương đồng). Kết quả là khối lượng số lượng hồng cầu trong máu tăng lên trong một khoảng thời gian và chuyển thành khả năng tăng sức bền vận động và phục hồi.

Rủi ro sức khỏe của việc sử dụng doping máu là khi việc thêm nhiều tế bào hồng cầu vào hệ thống tim mạch có thể khiến máu trở nên nhớt hơn và khiến tim phải làm việc quá sức. Một người có máu đã đặc lại có nguy cơ mất nước cao hơn. Tăng số lượng tế bào hồng cầu một cách giả tạo làm tăng nguy cơ:

- ✓ Gây phì đại cơ tim do tăng hoạt động;
- ✓ Máu đông;
- ✓ Đột quy;
- ✓ Phản ứng quá mẫn, bao gồm phản ứng phản vệ có thể dẫn đến tử vong.

Khi truyền máu, có nguy cơ mắc bệnh truyền nhiễm, chẳng hạn như AIDS hoặc viêm gan.

M2. CHEMICAL AND PHYSICAL MANIPULATION

Các thao tác hóa học và vật lý là việc làm giả mạo hoặc cố gắng can thiệp vào mẫu để thay đổi tính toàn vẹn của nó, sử dụng truyền tĩnh mạch hoặc rút tuần tự, thao tác và truyền lại máu toàn phần hoặc chất lỏng bổ sung.

M3. GENE AND CELL DOPING

Phương pháp gen và tế bào được biết đến là việc pha tạp

gen là việc sử dụng tế bào bình thường hoặc tế bào biến đổi gen, thay đổi cấu trúc cơ sở vật chất di truyền. Hầu hết các công nghệ chuyển gen vẫn đang trong giai đoạn thử nghiệm. Tác động lâu dài của việc thay đổi vật chất di truyền vẫn chưa được biết, mặc dù một số trường hợp tử vong đã được xác định xảy ra trong quá trình thí nghiệm.

S6 STIMULANTS

Nhóm Chất kích thích S6 bị cấm trong thi đấu. Các chất trong nhóm này gồm nhóm S6.A là các chất không chỉ định (Non-Specified Substances) và các chất nhóm S6.B là các chất chỉ định (Specified Substances).

A: NON-SPECIFIED STIMULANTS

B: SPECIFIED STIMULANTS

Trong y tế, việc sử dụng nhóm chất này là để điều trị các tình trạng như tăng sự tập trung chú ý, hen suyễn, giảm cơ buồn ngủ và béo phì.

Một số tác dụng phụ tiềm ẩn và nguy cơ sức khỏe của việc sử dụng chất kích thích bao gồm:

- ✓ Mất ngủ
- ✓ Giảm cân
- ✓ Lệ thuộc và nghiện ngập
- ✓ Mất nước
- ✓ Run cơ
- ✓ Tăng nhịp tim và huyết áp
- ✓ Tăng nguy cơ đột quỵ, đau tim và rối loạn nhịp tim

Các thuốc tự ý mua có thể chứa chất kích thích bị cấm như

pseudoephedrine, levomethamphetamine, propylhexedrine, và epinephrine, có thể có mặt trong các sản phẩm không kê đơn, chẳng hạn như thuốc dị ứng, cảm lạnh và cúm, hoặc thuốc xịt mũi hoặc thuốc khí dung. Các chất kích thích khác có thể được tìm thấy trong thực phẩm bổ sung, chẳng hạn như loại bột uống trước khi tập và hỗ trợ ăn kiêng.

Các Vận động viên nên đảm bảo rằng họ không dùng thuốc có pseudoephedrine trong hoặc trong vòng 24 giờ trước một cuộc thi đấu.

S7 NARCOTICS

Nhóm chất gây nghiện S7 bị cấm trong thi đấu. Tất cả các chất trong nhóm này là các chất chỉ định (Specified Substances).

Khi được định lượng thích hợp, chất gây nghiện có tác dụng y học như giảm hoặc kiểm soát cơn đau dữ dội.

Mặc dù cho cảm giác hưng phấn hoặc kích thích tâm lý là những tác động phổ biến đối với việc sử dụng chất gây nghiện, lạm dụng chất gây nghiện có thể gây ra những rủi ro sức khỏe nghiêm trọng đối với sức khỏe. Một số tác dụng phụ tiềm ẩn và rủi ro sức khỏe của nhóm chất gây nghiện bao gồm:

- ✓ Buồn nôn và nôn
- ✓ Giảm đau tới mất cảm giác đau
- ✓ Giảm nhịp tim
- ✓ Lệ thuộc thuốc, dẫn đến nghiện
- ✓ Suy hô hấp
- ✓ Tử vong

S8 CANNABINOIDS

Nhóm S8 Cannabinoids (bao gồm cần sa, hashish, cần sa, THC tổng hợp) là nhóm chất bị cấm trong thi đấu. Tất cả các chất trong nhóm này là Specified Substances.

Cần sa giả (JWH-018, JWH-073, HU-210) cũng bị cấm. Mặc dù cannabidiol (CBD) không bị cấm, các Vận động viên nên thận trọng vì gần như không thể có được chiết xuất hoặc dầu CBD nguyên chất từ cây cần sa. Bất kỳ ai mua dầu CBD, chiết xuất hoặc sản phẩm CBD khác nên cho rằng nó là hỗn hợp của CBD và các cannabinoid bị cấm khác, chẳng hạn như THC.

Cơ thể hấp thụ THC, là thành phần kích thích thần kinh trong cần sa, và phân hủy nó thành chất chuyển hóa. THC và các chất chuyển hóa của nó có thể tích tụ trong mỡ và mô của cơ thể và được bài tiết qua đường tiêu hóa, nước tiểu trong một khoảng thời gian dài sau khi sử dụng tùy thuộc vào sự trao đổi chất của người dùng và các yếu tố khác.

Một số tác dụng phụ tiềm ẩn và nguy cơ sức khỏe của việc sử dụng cần sa bao gồm:

- ✓ Tăng nhịp tim
- ✓ Suy giảm trí nhớ ngắn hạn
- ✓ Rối loạn cảm nhận về thời gian và không gian
- ✓ Giảm khả năng tập trung
- ✓ Giảm phản xạ
- ✓ Tâm trạng bất ổn
- ✓ Các bệnh về đường hô hấp do hút thuốc lá, vaping

S9 GLUCOCORTICOIDS

Nhóm chất Glucocorticoids bị cấm trong thi đấu. Tất cả các chất cấm trong nhóm này là các chất chỉ định (Specified Substances).

Trong y tế, việc sử dụng các hợp chất này với mục đích chính là để điều trị dị ứng, hen suyễn, tình trạng viêm nhiễm, và rối loạn da, trong số các bệnh cơ xương khác.

Glucocorticoid thường được tìm thấy trong thuốc khí dung kiểm soát hen suyễn, thuốc nhỏ mắt hoặc tai, kem bôi, tiêm bắp hoặc tiêm trong khớp và thuốc xịt mũi. Sử dụng glucocorticoid bị coi là sử dụng doping tùy theo loại thuốc và đường dùng.

Glucocorticoid, chẳng hạn như cortisone và prednisone, bị cấm trong cuộc thi khi dùng bằng đường uống, đường tiêm bắp, tiêm tĩnh mạch hoặc trực tràng. Các vận động viên nên kiểm tra thuốc trước khi sử dụng bất kỳ glucocorticoid nào.

Một số tác dụng phụ khi sử dụng glucocorticoid bao gồm:

- ✓ Giảm khối lượng cơ và mật độ xương
- ✓ Làm suy yếu các vùng bị thương ở cơ, xương, gân hoặc dây chằng
- ✓ Giảm hoặc ngừng tăng trưởng ở người trẻ tuổi
- ✓ Ức chế hệ thống miễn dịch

P1 BETA-BLOCKERS

Nhóm P1 - Thuốc chẹn Beta bị cấm trong một số môn thể thao chuyên biệt. Tất cả các chất trong nhóm này là các chất chỉ định (Specified Substances).

Trong y tế, công dụng chính của thuốc chẹn beta là kiểm soát tăng huyết áp, rối loạn nhịp tim, đau thắt ngực (đau ngực dữ dội), đau nửa đầu và các tình trạng liên quan đến thần kinh hoặc lo lắng.

Thuốc chẹn beta chỉ bị cấm trong thi đấu trong các môn thể thao sau và cũng bị cấm ngoài thi đấu khi được chỉ định: Bóng chày (WA),* Ô tô (FIA), Bida (WCBS), Phi tiêu (WDF), Đánh gôn (IGF), Bóng súng (ISSF, IPC),* Trượt tuyết/Trượt ván trên tuyết (FIS) trong môn nhảy trượt tuyết, nhào lộn trên không tự do/bán thân và trượt tuyết halfpipe/big air, và Thể thao dưới nước (CMAS).

Một số tác dụng phụ khi sử dụng thuốc chẹn beta:

- ✓ Ngất xỉu hoặc mất ý thức
- ✓ Rối loạn giấc ngủ
- ✓ Giảm nhịp tim
- ✓ Co thắt đường thở

Chi tiết về danh mục cấm của WADA, Vận động viên tìm hiểu tại: <https://www.wada-ama.org/en/resources/world-anti-doping-program/2023-prohibited-list>.

3. Miễn trừ do điều trị (TUE)

Vận động viên, cũng như mọi người bình thường khác, đều có thể mắc một căn bệnh hoặc tình trạng y tế cần một loại thuốc cụ thể để chữa trị. Trường hợp nếu thuốc Vận động viên cần để điều trị hoặc Vận động viên được yêu cầu phải tiếp nhận một phương pháp điều trị nằm trong Danh sách cấm

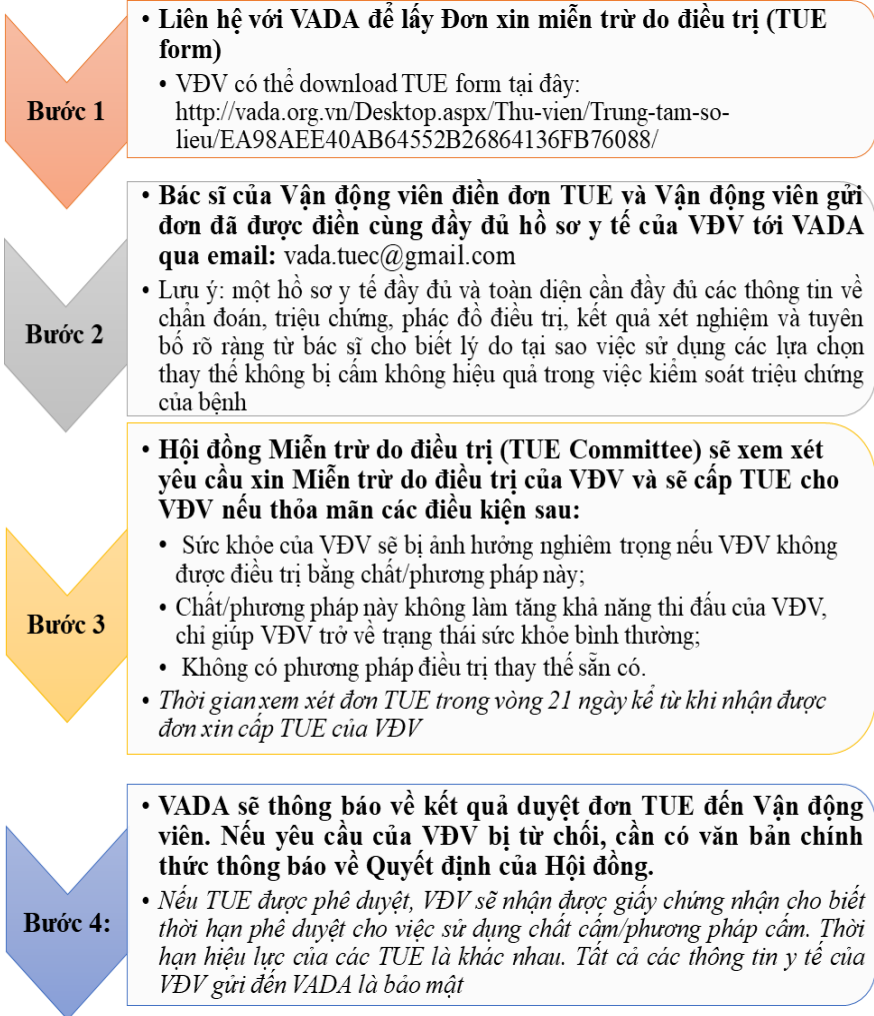
(Prohibited list) của WADA ban hành, Vận động viên đó có thể đăng ký xin Miễn trừ do điều trị (Therapeutic Use Exemptions - TUEs). TUE cho phép Vận động viên sử dụng thuốc hoặc phương pháp cấm vì nó sẽ không mang lại cho bạn lợi thế cạnh tranh khi thi đấu mà thay vào đó đảm bảo bạn có thể thi đấu trong tình trạng sức khỏe phù hợp.

TUE đảm bảo rằng các vận động viên có thể được điều trị các tình trạng y tế - ngay cả khi việc điều trị liên quan đến việc sử dụng chất hoặc phương pháp bị cấm - đồng thời tránh nguy cơ bị xử phạt.

Do vậy, trước khi dùng bất kỳ loại thuốc nào, với tư cách là một vận động viên, bạn phải kiểm tra sự an toàn của thuốc trong Danh sách chất cấm hoặc với tổ chức chống doping (ADO) của bạn. Nếu chất bị cấm, bạn sẽ cần phải làm theo quy trình để đăng ký TUE. Tại Việt Nam, các Vận động viên sẽ nộp đơn cho Trung tâm Doping và Y học thể thao (VADA).

Sau khi TUE được cấp, nó chỉ có giá trị ở cấp quốc gia. Nếu một vận động viên trở thành vận động viên quốc tế hoặc thi đấu quốc tế, TUE sẽ không có giá trị trừ khi được Liên đoàn thể thao quốc tế của vận động viên công nhận. Nếu Liên đoàn quốc tế từ chối công nhận TUE của một vận động viên, thì sự hiện diện, sử dụng, sở hữu hoặc quản lý chất bị cấm hoặc phương pháp bị cấm đều bị cấm. Nếu bạn không chắc chắn những gì bạn ở cấp độ vận động viên nào, bạn có thể liên hệ với VADA.

Quy trình nộp đơn xin Miễn trừ do điều trị

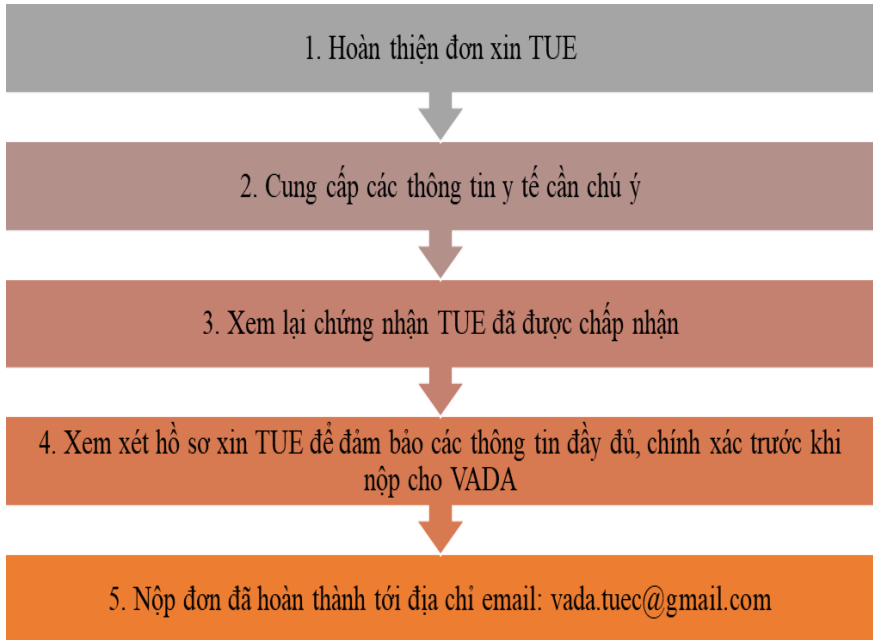


Quy trình nộp đơn xin gia hạn Miễn trừ do điều trị

Tất cả các Miễn trừ do điều trị (TUE) đều có ngày hết

hạn. Nếu TUE của vận động viên sắp hết hạn hoặc nó đã hết hạn, họ sẽ cần gia hạn TUE của mình.

Các vận động viên có thể làm theo các bước dưới đây để biết thêm thông tin về quy trình gia hạn.



* Thông tin liên hệ của Hội đồng TUE

PGS. TS. Nguyễn Xuân Ninh	Chủ tịch hội đồng	Email: ninhnguyen58@gmail.com
Bs. Vũ Trọng Hải	Cán bộ Trung tâm Dopng và Y học thể thao	Email: vutronghaihp@gmail.com

4. Hướng dẫn tra cứu thuốc có chứa chất cấm (Global DRO) (chỉ dành cho tham khảo)

GlobalDRO.com (Global DRO - Home) là một website trực tuyến cho phép các vận động viên tìm kiếm tình trạng thuốc có chứa chất cấm hay không được Tổ chức phòng, chống Doping khuyến nghị sử dụng. Đây là nơi cung cấp thông tin chính xác và dễ truy cập về tình trạng của các sản phẩm thuốc có thương hiệu được bán tại Úc, Canada, Nhật Bản, New Zealand, Thụy Sĩ, Vương Quốc Anh và Hoa Kỳ. Một số sản phẩm thuốc không kê đơn cũng được cung cấp thông tin trong kho dữ liệu của Global DRO. Global DRO không chứa các thông tin liên quan đến thực phẩm bổ sung bởi vì các thực phẩm bổ sung do lo ngại các thông tin nhà sản xuất cung cấp không đáng tin cậy. Sau khi tra thuốc bằng Global DRO, nếu VĐV tìm thấy thuốc có chứa chất cấm, các Vận động viên trong phải nộp đơn xin Miễn trừ do điều trị (TUE) trước khi sử dụng thuốc.

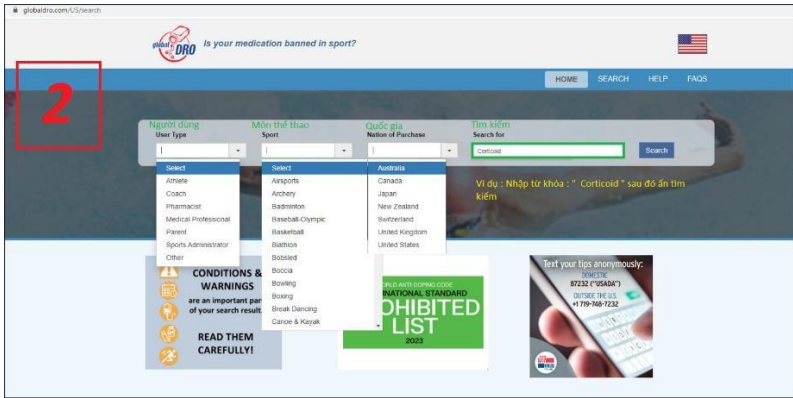
Quy trình tra cứu thuốc trên Global DRO:

Sau khi đăng nhập vào đường link <https://www.globaldro.com/Home>

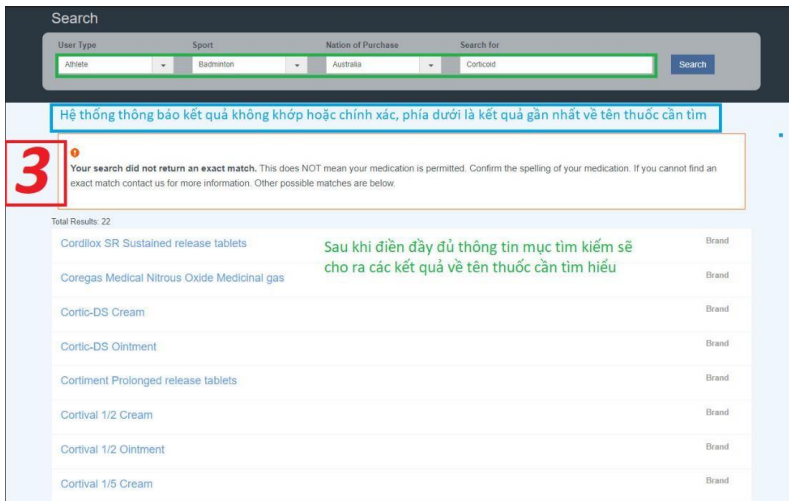
Bước 1: Lựa chọn quốc tịch muốn sử dụng, ưu tiên lựa chọn Mỹ để thuận tiện hơn trong quá trình tra cứu (ảnh 1)



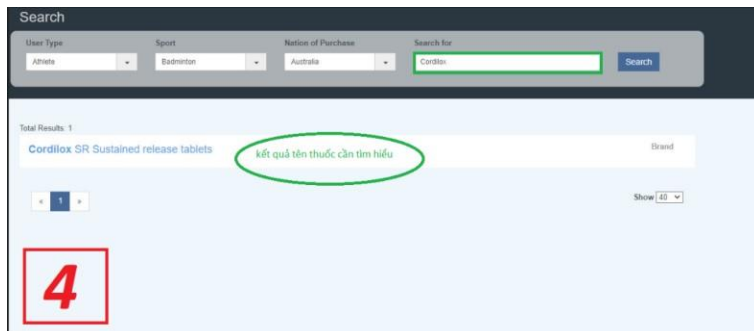
Bước 2: Lựa chọn loại người dùng (User type) là Vận động viên/Huấn luyện viên/Dược sĩ/Chuyên gia y tế/Cha mẹ/Quản lý thể thao/Khác. Sau đó, lựa chọn Môn thể thao (Sport) thi đấu, lựa chọn Quốc gia bán sản phẩm (Nation of purchase), và cuối cùng ghi tên sản phẩm thuốc/tên thuốc/chất cần tìm trong mục Tìm kiếm (Search for) (ảnh 2)



Bước 3: Các tên thuốc/chất được liệt kê, tìm đúng tên thuốc/chất cần tìm (ảnh 3)



Bước 4: Lựa chọn đúng thuốc cần tìm và click chuột





Bước 5: Đọc kết quả hiển thị


Trường hợp hiện ra các ô màu xanh lá cây như dưới đây là thuốc/chất tìm kiếm KHÔNG bị cấm cả trong và ngoài thi đấu và ngược lại nếu chất xuất hiện cùng các ô màu đỏ (BỊ CẤM).

Cordiox SR Sustained release tablets Đây là chất không bị cấm trong thi đấu và ngoài thi đấu

Status According to the WADA Prohibited List

 In Competition Not Prohibited	 Out of Competition Not Prohibited
--	--

Conditions / Warnings

 The intravenous (IV) infusion and/or injection of more than 100mL per 12 hour period of any substance is a prohibited method, even if the substance itself is not prohibited, unless it is received while being treated at the hospital, during surgery, or during clinical diagnostic investigations. [Read More.](#)



WADA Classification(s)

No Classification (N/A)



Status of this brand's individual active ingredients

Verapamil [View details](#)



Other Names: Verapamil hydrochloride

 In Competition Not Prohibited	 Out of Competition Not Prohibited
--	--

Cortiment Prolonged release tablets Chất cấm trong thi đấu

 In Competition Prohibited Oral <small>(swallowed or applied into the mouth)</small>	 Out of Competition Not Prohibited Oral <small>(swallowed or applied into the mouth)</small>
---	---

Conditions / Warnings



-  WADA has defined washout periods for out-of-competition use of glucocorticoids. These washout periods are dependent on the type and route of glucocorticoid administered, and they determine when a Therapeutic Use Exemption (TUE) may be necessary. Further information can be found on your anti-doping organization's website or here <https://www.wada-ama.org/en/resources/therapeutic-use-exemption-tue/glucocorticoids-and-therapeutic-use-exemptions-guidelines>.
-  The intravenous (IV) infusion and/or injection of more than 100mL per 12 hour period of any substance is a prohibited method, even if the substance itself is not prohibited, unless it is received while being treated at the hospital, during surgery, or during clinical diagnostic investigations. Read More.

WADA Classification(s)


Glucocorticoids (S9)


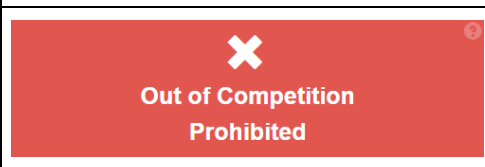
Status of this brand's individual active ingredients

Budesonide [View details](#)

 In Competition Prohibited Oral <small>(swallowed or applied into the mouth)</small>	 Out of Competition Not Prohibited Oral <small>(swallowed or applied into the mouth)</small>
---	---

Một số hiển thị cần chú ý:

 In Competition Not Prohibited	Không bị cấm trong thi đấu
 Out of Competition Not Prohibited	Không bị cấm ngoài thi đấu

	Bị cấm trong thi đấu
	Bị cấm ngoài thi đấu

5. Hướng dẫn khai báo Thông tin cư trú/tập luyện (Whereabouts)

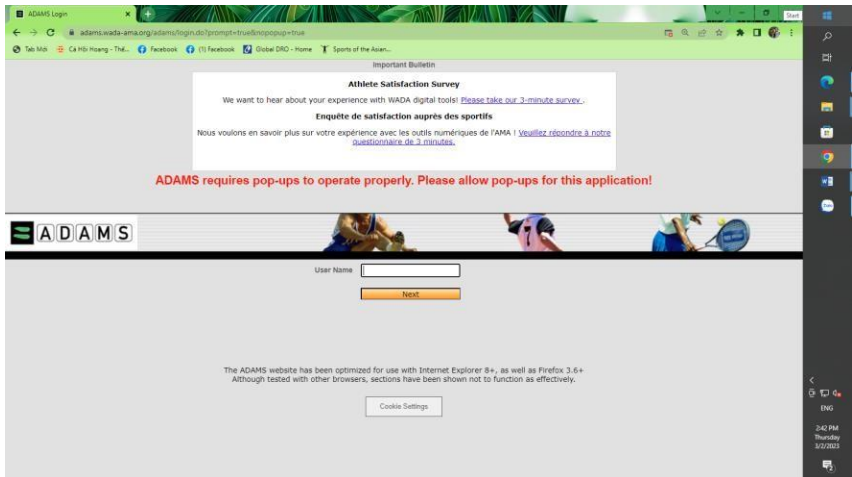
Các Vận động viên nằm trong Nhóm đăng ký kiểm tra (RTP) hoặc Nhóm kiểm tra (Testing Pool) được quy định lấy mẫu ngoài thi đấu hàng năm, trong đó các VĐV trong nhóm RTP là ít nhất 3 lần/năm, và nhóm TP là ít nhất 1 lần/năm.

Để thực hiện đúng quy trình lấy mẫu kiểm tra Dopine ngoài thi đấu, các VĐV này được yêu cầu khai báo thông tin về nơi ở, tập luyện (whereabouts) trên Hệ thống quản trị dữ liệu về Dopine (ADAMS) của Tổ chức phòng, chống Dopine thế giới - WADA.

Quy trình khai báo Thông tin cư trú, tập luyện như sau:

Bước 1: VĐV đăng nhập vào tài khoản của mình trên ADAMS tại đường link:

[https://adams.wada-ama.org/adams/login.do?
prompt=true&nopopup=true](https://adams.wada-ama.org/adams/login.do?prompt=true&nopopup=true)

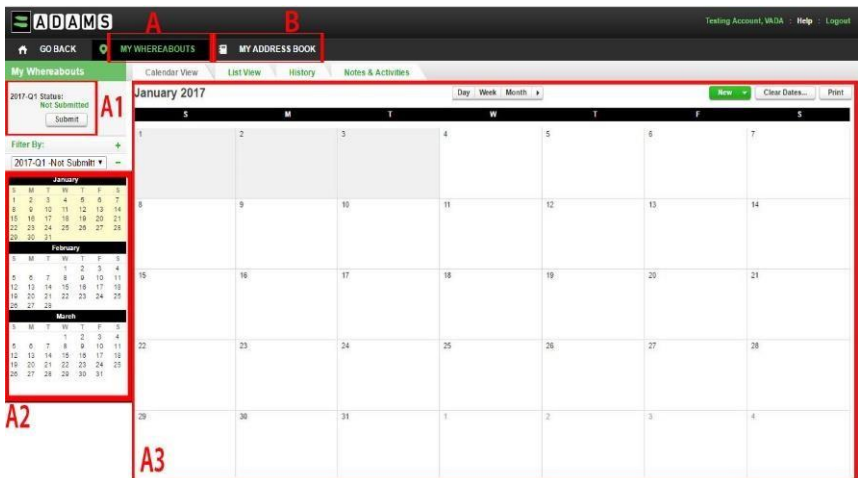


Bước 2: Khai báo hồ sơ nơi ở, tập luyện

A. Hồ sơ nơi ở gồm

- A1: Thông báo việc đã nộp hồ sơ nơi ở của quý hay chưa
- A2: Lịch 3 tháng
- A3: Lịch chi tiết - Nơi nhập thông tin nơi ở, tập luyện

(có thể chọn xem theo ngày/tuần/tháng)



B. Sổ địa chỉ

! Lưu ý: Tắt chế độ chặn Pop-up trong trình duyệt

❖ Sổ địa chỉ

Thêm địa chỉ mới: Nhấn ‘New’ sẽ hiện ra ô nhập thông tin như hình bên

A. Tên địa điểm (vd: nhà riêng)

B. Điện thoại liên hệ

C. Địa chỉ

- Địa chỉ 1
- Địa chỉ 2
- Tòa nhà/tầng/số phòng
- Thành phố
- Quốc gia - khu vực

Nhập xong thông tin nhấn ‘Save’

Label	Address	City	Region	Country	Postal code/Zip	Phone	Last Used
Nhà riêng	123 M5 Đình	Hà Nội	Hà Nội, Thủ đô	VIET NAM		+84 6723 1234	
Trung tâm huấn l...	Nhất, Nam Từ Liêm	Hà Nội	Hà Nội, Thủ đô	VIET NAM		+84 3765 5131	30-Dec-2016

❖ Nhập thông tin hồ sơ nơi ở

Nhấn ‘New’ hoặc nháy vào ngày tương ứng để thêm ghi chép mới.

Nội dung ghi chép:

A. Địa chỉ: chọn từ những địa chỉ trong Sổ địa chỉ hoặc ‘Travel’ nếu bạn đi du lịch

B. Nhóm: Nghỉ lại qua đêm/ Thi đấu/ Hoạt động thường ngày/ Khác

C. Ngày diễn ra hoạt động

D. Định kỳ: hàng ngày/ hàng tuần/ngày cụ thể/cả quý

E. Thời gian bắt đầu - kết thúc (Tích 'All day' nếu cả ngày bạn chỉ ở một địa điểm này)

F. Tích nếu đây là hoạt động diễn ra trong khoảng thời gian 60 phút

➤ **Trường hợp đi du lịch**

Chọn 'Travel' trong ô Address. Hệ thống sẽ hiện ra thông báo như hình bên:

- Nhấn '**Confirm**'

Nội dung ghi chép dành cho chuyến du lịch:

A. Phương tiện di chuyển: Máy bay/ Đường bộ/ Khác (Tùy phương tiện, phần thông tin phía dưới sẽ có thay đổi tương ứng)

B. Thông tin chuyến bay: Hãng hàng không; Số hiệu chuyến bay

C. Thời gian, địa điểm đi - đến

View Entry ×
Created by Testing Account, VADA on 05-Jan-2017 04:00 GMT
Last updated by Testing Account, VADA on 05-Jan-2017 04:00 GMT

Label	Nhà riêng
Address	123 Mỹ Đình Hà Nội, Hà Nội, thủ do VIET NAM Phone Number 1: +844 6723 1234
Category	Overnight Accommodation
Start Date	04-Jan-2017
Recurrence	Daily
End Date	31-Mar-2017
60-Min Time Slot	<input type="checkbox"/>
Additional Information	

Edit **Delete** **Duplicate**

New Entry ×

Address: Nhà riêng ▼ **New** ← A

123 Mỹ Đình
Hà Nội, Hà Nội, thủ do
VIET NAM
Phone Number 1: +844 6723 1234

Category: Select a Category... ▼ ← B

Date: 10-Jan-2017 ← C

Recurrence: None ▼ ← D

Start Time: All Day ← E

End Time:

60-Min Time Slot ← F

Save **Cancel**

D. Thông tin bổ sung (nếu có)

Nhấn **'Save'** khi điền đủ thông tin

➤ **Xóa/sửa/sao chép thông tin:**

Nhấn vào phần thông tin muốn xóa/sửa/sao chép.

Hộp thông tin tương ứng sẽ mở ra:

- Nhấn **'Edit'** để sửa
- Nhấn **'Delete'** để xóa
- Nhấn **'Duplicate'** để sao chép

sao chép

*** Nộp hồ sơ**

Sau khi nhập xong, kiểm tra lại toàn bộ thông tin.

Nhấn **'Submit'** để nộp hồ sơ. Khi VADA nhận được hồ sơ, bạn sẽ nhận được tin báo trong hòm thư.

The screenshot shows a 'New Travel Entry' form with the following fields and highlights:

- A:** Transportation Type (dropdown menu, currently set to 'Air')
- B:** Carrier (text input) and Routing No. (text input)
- C:** Arrival Location (text input) and Date / Time (dropdown menu, currently set to '07-Jan-2017')
- D:** Additional Information (text input)


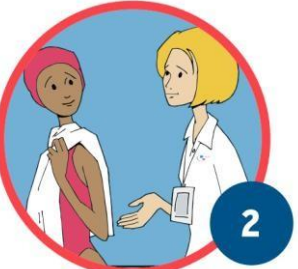

Buttons for 'Save' and 'Cancel' are located at the bottom right of the form.


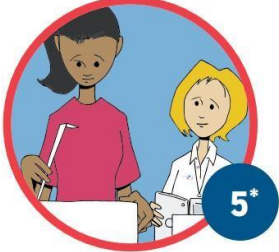

The screenshot displays the AIDAMIS system interface. At the top, there are navigation links: 'GO BACK', 'MY WHEREABOUTS', and 'MY ADDRESS BOOK'. Below this is a 'My Whereabouts' section with a 'Submit' button. The main area shows a calendar for January 2017. The calendar has columns for days of the week (S, M, T, W, T, F, S) and rows for dates. Various events are listed, such as 'Trung tâm huấn luyện HSI' and 'Nhà riêng'. A '2017-Q1 Status: Not Submitted' box is visible on the left side of the calendar.






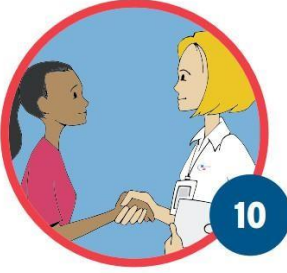
6. Quy trình kiểm tra Dopng (Doping Control Process)

6.1. Quy trình lấy mẫu nước tiểu

	<p>Vận động viên được lựa chọn lấy mẫu kiểm tra Dopng sẽ được thông báo đến Trạm lấy mẫu kiểm tra Dopng (Doping Control Station) bởi Cán bộ lấy mẫu/Cán bộ hỗ trợ (DCO/Chaperone. Khi thông báo, DCO/Chaperone sẽ yêu cầu VĐV cung cấp giấy tờ tùy thân có ảnh của VĐV để chắc chắn rằng DCO/Chaperone đã thông báo đúng VĐV cần được kiểm tra.</p>
	<p>Sau khi có thông báo, Vận động viên phải ở trong tầm quan sát trực tiếp của DCO/Chaperone. VĐV cần đến trạm lấy mẫu (trong thi đấu) hoặc một địa điểm thích hợp (ngoài thi đấu) ngay lập tức, trừ khi có lý do chính đáng được thảo luận với, và được cho phép bởi DCO/Chaperone.</p>
	<p>Sau khi đến Trạm lấy mẫu/Địa điểm lấy mẫu thích hợp, Vận động viên sẽ được yêu cầu chọn một cốc lấy mẫu nguyên niêm phong từ các cốc có sẵn. VĐV phải kiểm tra kỹ cốc mà họ lựa chọn.</p>

	<p>VĐV sẽ được yêu cầu cung cấp mẫu nước tiểu, tối thiểu là 90 mL dưới sự giám sát trực tiếp của DCO/Chaperone có cùng giới tính với VĐV. Các VĐV còn là vị thành niên được khuyến khích đi cùng với một người đại diện (Huấn luyện viên/Bác sĩ đội).</p> <p>Trường hợp VĐV không thể cung cấp đủ 90 mL ngay lập tức, VĐV sẽ được hướng dẫn sử dụng vận động viên sẽ sử dụng bộ dụng cụ niêm phong mẫu thiếu để chờ cung cấp phần nước tiểu còn lại khi có khả năng.</p>
	<p>Sau khi cung cấp đủ nước tiểu, VĐV sẽ được lựa chọn bộ kit lấy mẫu còn nguyên niêm phong (bao gồm lọ mẫu A và lọ mẫu B). VĐV nên kiểm tra thật kỹ bộ kit trước khi sử dụng</p>
	<p>VĐV sau đó sẽ chia mẫu của họ vào 2 lọ A và B theo hướng dẫn và niêm phong chúng. DCO sẽ không được xử lý bất kỳ thiết bị nào trong quá trình lấy mẫu trừ khi có yêu cầu của VĐV hoặc nếu VĐV cung cấp một mẫu thiếu, trong trường hợp đó, DCO sẽ giữ lại và kiểm soát mẫu thiếu đã được niêm phong. Nếu không, VĐV phải duy trì việc quan sát trực tiếp và kiểm soát mẫu của họ cho đến khi mẫu được niêm phong</p>

	<p>Sau khi mẫu được niêm phong, VĐV sẽ được yêu cầu đặt hai lọ A và B vào túi vận chuyển bằng nhựa và để lại hộp ban đầu để vận chuyển an toàn đến phòng thí nghiệm\</p>
	<p>DCO sẽ kiểm tra tỷ trọng nước tiểu của VĐV với phần nước tiểu còn lại của VĐV.</p> <ul style="list-style-type: none"> + Đối với thể tích $\geq 150\text{ml}$, tỷ trọng tối thiểu cần đạt là 1.003; + Đối với thể tích lớn hơn 90 và nhỏ hơn 150mL, tỷ trọng tối thiểu cần đạt là 1.005
	<p>Sau khi niêm phong mẫu, VĐV được DCO hướng dẫn khai báo thuốc về bất kỳ đơn thuốc/thuốc không kê đơn, thuốc tiêm, truyền máu và/hoặc thực phẩm bổ sung mà họ đang dùng trên Biên bản lấy mẫu kiểm tra Dopng (Doping Control Form - DCF), cùng với thông tin chi tiết về bất kỳ Miễn trừ do điều trị (TUE) mà VĐV có. Cuối cùng, nếu VĐV hoặc người đại diện sẽ có bất kỳ ý kiến bổ sung nào, những nhận xét nào có thể được đưa vào DCF/Biên bản báo cáo bổ sung</p>

	<p>DCO và Vận động viên cùng nhau kiểm tra toàn bộ các thông tin được kê khai trên DCF để đảm bảo rằng các thông tin là chính xác trước khi ký xác nhận. VĐV cần được biết rằng, các thông tin cá nhân của họ không có trên tài liệu gửi đến phòng xét nghiệm. Phòng xét nghiệm báo cáo kết quả dựa trên mã số mẫu của VĐV. VĐV sau đó sẽ nhận được một bản sao của DCF ghi lại toàn bộ thông tin về buổi lấy mẫu của VĐV.</p>
---	--

6.2. Quy trình lấy mẫu máu



Quy trình lấy mẫu máu phải phù hợp với các tiêu chuẩn và yêu cầu quy định của địa phương. Nhân viên lấy mẫu Máu (BCO) phải có trình độ chuyên môn về kỹ thuật tiêm/truyền được các cơ quan y tế công nhận. BCOs phải luôn duy trì các tiêu chuẩn cao nhất về vệ sinh và an toàn.

Huyết thanh được thu thập để phân tích các chất và phương pháp bị cấm như GH, HBOC và ESA. Các ống được

sử dụng sẽ có gel tách huyết thanh cao phân tử trợ và chất kích hoạt đông máu. Sau khi máu được lấy, các ống này phải được đảo ngược nhẹ nhàng ít nhất ba lần.

Các VĐV không nên tập luyện hoặc thi đấu 30 phút trước khi được lấy mẫu.

Lưu ý: Trước khi lấy mẫu máu, DCO và BCO cần đảm bảo VĐV đã ngồi nghỉ ít nhất là 10 phút.

a. Lựa chọn dụng cụ lấy mẫu

a.1. Sau thời gian ngồi nghỉ, DCO sẽ hướng dẫn VĐV lựa chọn dụng cụ lấy mẫu máu. Ít nhất phải có 03 bộ dụng cụ lấy mẫu để VĐV lựa chọn.

a.2. DCO hướng dẫn cho VĐV kiểm tra dụng cụ vẫn còn nguyên niêm phong, không bị rách, thủng. Nếu DCO và VĐV không hài lòng về bộ dụng cụ, DCO hướng dẫn VĐV lựa chọn bộ khác.

a.3. Nếu VĐV không đồng ý với bất kỳ bộ dụng cụ nào nhưng DCO không nhất trí với ý kiến của VĐV, DCO sẽ hướng dẫn VĐV cung cấp mẫu bình thường với bộ dụng cụ do DCO lựa chọn. VĐV có thể nêu ý kiến của mình về bộ dụng cụ trong Biên bản lấy mẫu.

a.4. Sau khi lựa chọn bộ dụng cụ lấy mẫu máu, DCO hướng dẫn VĐV lựa chọn bộ niêm phong mẫu máu. Quy trình giống như từ bước a1 đến a3.

a.5. Bộ niêm phong mẫu máu có tem kèm mã vạch nên VĐV và DCO cần xác nhận mã số trên bộ dụng cụ lấy máu và bộ niêm phong phải cùng mã số. Nếu các mã số không trùng khớp, DCO hướng dẫn VĐV lựa chọn bộ niêm phong khác.

a.6. DCO hướng dẫn VĐV dán mã code lên từng ống lấy mẫu máu, bộ niêm phong từ dưới lên gần với nắp đậy. VĐV có thể ủy quyền đại diện dán mã code hoặc DCO hỗ trợ VĐV dán mã lên các ống.

b. Lấy mẫu máu DCO cần:

b.1. Cần xác nhận VĐV đã ngồi nghỉ đủ 10 phút i. Nếu VĐV đã cung cấp mẫu nước tiểu, DCO cần lưu ý thời gian VĐV quay lại từ phòng vệ sinh. Thông thường, sau khi mẫu nước tiểu được niêm phong và VĐV đã kiểm tra và lựa chọn được thiết bị lấy mẫu máu, mười (10) phút sau đó họ sẽ sẵn sàng cho việc cung cấp máu. ii. VĐV không được đứng dậy trong mười (10) phút trước khi lấy mẫu. Nên để VĐV ngồi ít nhất mười (10) phút tại Bàn xử lý mẫu và sau đó tiến hành lấy mẫu máu.

b.2. Hướng dẫn VĐV đưa ống đựng mẫu máu và kim tiêm lấy máu họ đã lựa chọn cho BCO.

b.3. Thông báo cho VĐV rằng, BCO bây giờ sẽ hướng dẫn VĐV quy trình lấy mẫu máu.

b.4. Khởi động thiết bị ghi dữ liệu nhiệt độ (Temperature data logger) và đặt nó vào thiết bị lưu trữ. Thiết bị ghi dữ liệu nhiệt độ được sử dụng để giám sát nhiệt độ lưu trữ và vận chuyển mẫu máu. BCO cần:

b.5. Chuẩn bị và đặt các ống hút đựng mẫu máu và kim tiêm lấy máu luôn trong tầm nhìn của VĐV. Tất cả các thiết bị lấy mẫu phải luôn trong tầm mắt của VĐV.

b.6. Giải thích quy trình lấy mẫu máu cho VĐV và đề nghị VĐV lấy máu từ cánh tay không thuận. i. BCO có thể

yêu cầu lấy máu qua tĩnh mạch từ cánh tay còn lại nếu đánh giá rằng cánh tay được ưu tiên không phù hợp. ii. Nếu BCO xác định rằng cần phải có Kim Bướm (Butterfly Needle) (hoặc kim nhỏ hơn), VĐV sẽ được yêu cầu chọn Kim Bướm từ những Kim Bướm có sẵn.

b.7. Đặt một miếng đệm thấm hút hoặc khăn bông dưới cánh tay của VĐV để tạo sự thoải mái và thấm hút máu rơi vãi.

b.8. Nếu cần thiết, hãy dùng garô (tourniquet) cho bắp tay của VĐV. Nếu VĐV có tình trạng kích ứng da, các garô sẽ được đắp trên vải mỏng hoặc khăn giấy để da không bị chèn ép. Ghi chú: BCO phải đeo găng tay y tế khi thao tác các hoạt động này.

b.9. Xác định vị trí lấy mẫu và làm sạch bằng khăn lau/bông khử trùng/vô trùng, BCO cần để cho da khô trước khi đâm kim vào lấy mẫu.

b.10. BCO kiểm tra kim lấy mẫu bằng mắt thường trước khi lấy mẫu.

b.11. BCO lấy máu từ VĐV và đưa máu vào các ống hút chân không theo đúng quy định.

b.12. Nếu sử dụng garô, cần gỡ bỏ ngay sau khi chọc kim tiêm vào tĩnh mạch. Nên thả Garô khi máu bắt đầu chảy và không để quá 1 phút sau khi buộc vào tay VĐV.

b.13. BCO lật ngược, lắc nhẹ nhẹ các ống nghiệm hút chân không ít nhất ba lần và đặt các ống vào kit mẫu máu

Ghi chú: BCO có tối đa ba (3) lần cố gắng để lấy đủ mẫu máu (tức là BCO không được chọc ven quá 3 lần). Sau lần thử thứ hai không thành công, DCO nên sắp xếp một BCO khác

để thực hiện lần cuối cùng (nếu có thể). Sau lần thử thứ ba không thành công, DCO sẽ chấm dứt Buổi lấy mẫu máu. DCO và/hoặc BCO sẽ được yêu cầu làm Biên bản Báo cáo Bổ sung để ghi lại các lý do về việc chấm dứt Buổi lấy mẫu kiểm tra Doping.

Niêm phong Mẫu máu

Sau khi BCO cho rằng VĐV đã sẵn sàng để tiếp tục quy trình lấy mẫu, DCO sẽ:

b.14. Hướng dẫn VĐV đặt mỗi ống nghiệm chứa đủ máu vào một trong các hộp đựng A và B mà VĐV đã chọn. VĐV có thể yêu cầu DCO hoặc đại diện của vận động viên thay mặt họ hoàn thành quy trình này

b.15. Hướng dẫn vận động viên cách xác minh số trên mã vạch khớp với số trên các hộp đựng.

b.16. Hướng dẫn VĐV niêm phong hộp đựng A và B.

b.17. Xác minh rằng các hộp đựng đã được niêm phong và cất giữ một cách thích hợp, ngay thẳng.

b.18. Khi các hộp đựng đã được niêm phong, đưa các hộp đựng vào trong túi niêm phong, đảm bảo rằng có một túi hút ẩm trong mỗi túi và sau đó niêm phong các túi lại. Các VĐV có thể tự hoàn thành bước này nếu họ muốn.

b.19. Ghi lại mã số trên bộ kit máu hoặc dán mã vạch đi kèm theo bộ kit và thời gian niêm phong mẫu máu vào Biên bản lấy mẫu kiểm tra Doping. BCO phải ký vào Biên bản lấy mẫu kiểm tra Doping để xác nhận rằng BCO là người lấy mẫu của VĐV theo đúng quy trình. VĐV và DCO sẽ cùng xem lại Biên bản nhằm đảm bảo rằng DCO đã ghi lại thông tin một cách chính xác.

7. Đặt mẫu máu vào thiết bị lưu trữ mẫu cùng với thiết bị ghi dữ liệu nhiệt độ. Điều quan trọng là các mẫu máu không đông cứng.

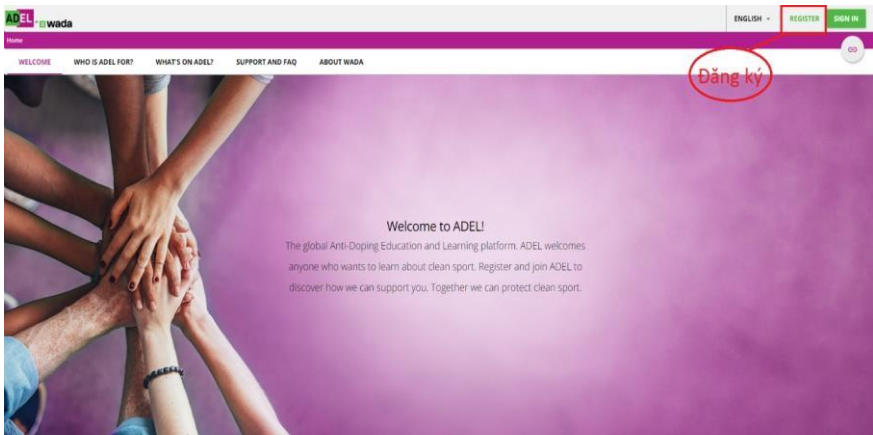
Gửi mẫu tới phòng Xét nghiệm

Sau khi kết thúc phiên thu thập, DCO sẽ gửi (các) mẫu đến phòng xét nghiệm được WADA công nhận. Quá trình bảo quản, vận chuyển mẫu sẽ được VADA ghi lại đầy đủ trên Biên bản vận chuyển mẫu nhằm bảo vệ tính toàn vẹn của mẫu và các tài liệu đi kèm. Mẫu có thể được lưu trữ và kiểm tra, xét nghiệm lại.

7. Hướng dẫn đăng ký khóa học trên hệ thống học trực tuyến Adel - WADA

Hướng dẫn đăng ký tài khoản ADEL : <https://adel.wada-ama.org/>

Bước 1: Truy cập vào trang chủ của ADEL và chọn mục **Đăng ký để tạo tài khoản học trực tuyến trên hệ thống ADEL**



Bước 2: Tại mục **User Profile** (Loại đối tượng đăng ký), điền đầy đủ thông tin cá nhân, sau đó nhấn **Next** để hoàn thiện đăng ký.

Register here Đăng ký tại đây

The account of athletes under 16 must use a valid parent or guardian's email address. Tài khoản của vận động viên dưới 16 tuổi phải sử dụng địa chỉ email hợp lệ của cha mẹ hoặc người giám hộ.

1 User Profile Thông tin người dùng **2** Additional Fields Thông tin bổ sung

Tên tài khoản

Username (Required) Email (Required)

Họ

First Name (Required) Last Name (Required)

Mật khẩu mật khẩu gồm 10 kí tự (in hoa, in thường, kí tự) **Nhắc lại mật khẩu**

Password (Required) Retype Password (Required)

Ngôn ngữ **Time Zone**

Language (Required) (GMT +07:00) Asia/Bangkok

Role

01 - Athletes Vận động viên

Tích đồng ý vào 2 mục đọc và hiểu chính sách và điều khoản của ADEL

- I read and understood the ADEL Privacy Policy and accept its terms. [View Privacy Policy](#) (Required)
- I read and understood the ADEL Terms of Use and accept them. [View Terms & Conditions](#) (Required)

Already registered? [Sign In](#)

CANCEL NEXT

Register here

✕

The account of athletes under 16 must use a valid parent or guardian's email address.

✓ User Profile
2 Additional Fields

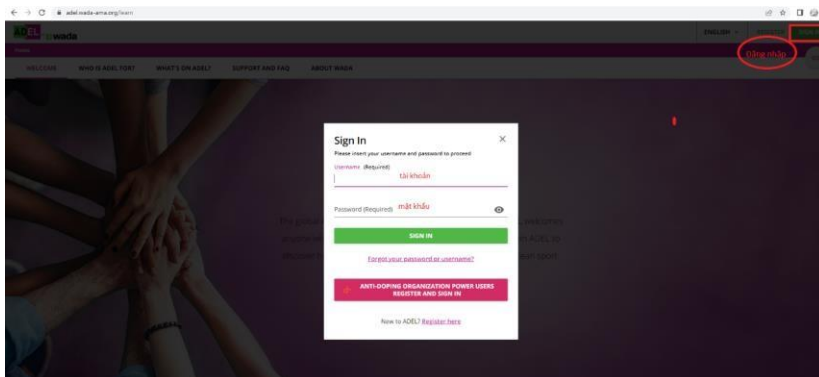
<p>Môn thể thao Sport (Required) ▼</p>	<p>Trình độ trong thể thao Level in sport (Athlete) (Required) ▼</p>
<p>Country (Required) Quốc gia ▼</p>	<p>Discipline Nội dung thi đấu</p>
<p>Gender Giới tính ▼</p>	<p>Age range (Required) Tuổi ▼</p>
<p>Course/Resource Language (Required) Ngôn ngữ ▼</p>	

Already registered? [Sign In](#)

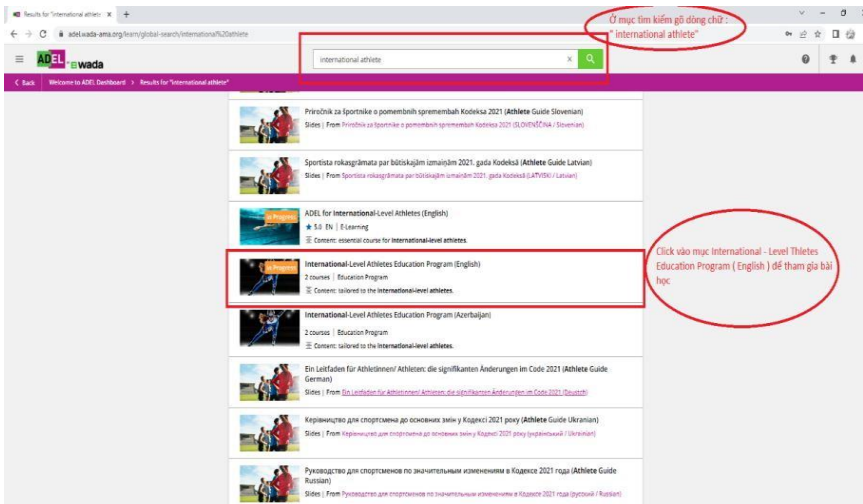
PREVIOUS
CANCEL REGISTER HERE

Sau khi hoàn thành phần đăng ký, VĐV kiểm tra email từ ADEL gửi về và nhấn vào đường link được gửi để hoàn tất xác nhận tài khoản

Bước 3: Sau khi đã hoàn tất thủ tục đăng ký, kiểm tra email có đường link gửi về để xác nhận hoàn tất tài khoản và đăng nhập.



Bước 4: Sau khi đăng nhập vào ADEL, ở mục tìm kiếm gõ từ khóa theo mục muốn học, ví dụ “international athlete” và tìm mục international - level athlete’s education program (English) để tham gia bài học. Từng VĐV sẽ tìm thấy các khóa học khác nhau để bổ sung các kiến thức về phòng, chống Doping cho mình.



Lưu ý: Hệ thống học trực tuyến ADEL còn có các khóa học dành cho Huấn luyện viên, Bác sĩ, cán bộ hỗ trợ Vận động viên,... Vì vậy, HLV, bác sĩ đội hay bố mẹ Vận động viên cũng có thể tự tạo tài khoản để bổ sung các kiến thức cần thiết về phòng, chống doping để giúp và hỗ trợ cho Vận động viên.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Tổ chức phòng, chống Doping thế giới - WADA (2021) *Bộ luật phòng, chống Doping thế giới 2021 (WADA Code)*, WADA <<https://www.wada-ama.org/en/resources/world-anti-doping-program/world-anti-doping-code>>.

2. Tổ chức phòng, chống Doping thế giới - WADA (2023) *Danh mục cấm năm 2023 (Prohibited list 2023)*, WADA <<https://www.wada-ama.org/en/resources/world-anti-doping-program/2023-prohibited-list>>.

3. Tổ chức phòng, chống Doping Hoa Kỳ - USADA (2023) *Sổ tay dành cho thể thao trong sạch 2023 (2023 Clean Sports Handbook)*, USADA <<https://www.usada.org/wp-content/uploads/2023-Clean-Sport-Handbook-.pdf>>.





www.vada.org.vn