

# ANTI-DOPING INFORMATIONEN UND MEDIZINISCHE HINWEISE

Hier findest du einige wichtige Informationen zu den Antidoping Vorschriften im Schweizer Sport.

Bitte lies diese aufmerksam durch und bewahre sie griffbereit auf. Sport trägt zur guten Gesundheit bei!

Wer Wettkampfsport betreibt, sollte über einen ausgezeichneten Gesundheitszustand verfügen. Besonders wichtig ist dies für Leistungssportler:innen und angehende Spitzenathlet:innen, um den hohen Anforderungen gerecht zu werden. Verletzungen und Krankheiten können auftreten, sollten jedoch sowohl im Training als auch während Wettkämpfen möglichst vermieden werden, jedoch gehören sie dazu wie Erfolge und Niederlagen. Um die gesteckten Ziele zu erreichen, ist es entscheidend, sich einer regelmässigen ärztlichen Betreuung anzuschliessen und vorbeugende Massnahmen in Anspruch zu nehmen.

Für Besitzer:innen einer Talent-Card ist es wichtig, sich über die damit verbundenen Verhaltensregeln bewusst zu informieren und entsprechend zu handeln. Durch den Erwerb der Talent-Card wurdest du ein Teil des Athletenpools, was bedeutet, dass du jederzeit einer möglichen Kontrolle durch Swiss Integrity oder der Welt-Anti-Doping-Agentur (WADA) unterzogen werden kannst.

## Dazu folgende Hinweise:

- Lade die App «cool and clean» sowie die aktuelle Dopingliste «antidoping.ch» auf dein Smartphone herunter. Kontrolliere immer die Medikamente, welche du einnimmst, und vergleiche diese mit den aktuellen Listen;
- Bei einem Arztbesuch unbedingt darauf aufmerksam machen, dass du Leistungssport betreibst und als Inhaber:in einer Talent-Card möglicherweise getestet werden könntest;
- Du solltest immer wissen, welche Medikamente du einnimmst oder eingenommen hast, um auf Anfragen reagieren zu können;
- Vorsicht bei Medikamenten/Zusatznahrungen/Nahrungsergänzungsmittel, die frei käuflich sind und nicht von einem:einer Arzt:Ärztin empfohlen oder verschrieben wurden;
- Bei regelmässiger medikamentöser Einnahme muss ein ärztliches Attest vorliegen;
- Eine Verletzung oder Krankheit, die länger als 3 Tage andauert, muss durch dich selbst, durch deine Eltern oder deinem:r Trainer:in gemeldet werden. Dies erfolgt nur per E-Mail an den:die Chef:in Leistungssport & Nachwuchs.

Die genaue Prozedur einer Kontrolle wird dir bei einem gemeinsamen Lehrgang (3T in Tenero oder an einem Vorbereitungslager/Wettkampf) genauer erklärt werden. **Hier schon mal ein paar Grundregeln dazu:**

- Ziehe immer eine Vertrauensperson hinzuziehen;
- Der:Die Kontrolleur:in muss sich ausweisen können;
- Trinke viel, denn es wird eine bestimmte Menge an Urin benötigt;
- Halte deine Akkreditierung / dein Pass immer griffbereit;
- Achte darauf, dass alle Behälter und Verpackungen bei deiner Probe (A/B) immer neu und ungeöffnet sind. (wenn du dir nicht sicher bist, akzeptiere sie nicht und verlang neue Behälter!)

SUPPLIERS

PARTNERS

Für zusätzliche Informationen stehen dir Referenz-Ärzt:innen von Swiss Aquatics zur Verfügung.

Du kannst diese auf der Website einsehen: <https://www.swiss-aquatics.ch/verband/organisation/ressorts-funktionaere/>

Weitere empfohlene Ärzt:innen:

- Dr. med. Philip Wildisen, Bern / Uster, Leitender Verbandsarzt / CMO
- Dr. med. Michael Badulescu, St-Gallen, Verbandsarzt Swiss Aquatics Waterpolo, Stv. CMO
- Dr. med. Jean-Romain Delaloye, Lausanne, Verbandsarzt Swiss Aquatics Diving  
(jrdelaloye@hotmail.com oder eine SMS an 079 340 31 32)
- Dr. Med. Ewen Cameron, Solothurn, Verbandsarzt
- Dr. Med. Urs Kohlhaas, Allschwil, Verbandsarzt
- Dr. Med. Grégory Ornon, Genf, Verbandsarzt
- Dr. Med. Simon Pagin, Bellevue, Verbandsarzt
- Dr. Med. Patrick Siragusa, Tenero, Verbandsarzt
- Dr. Med., Sibylle Matter, Bern, Verbandsärztin Artistic Swimming