सत्यमेव जयते
Government of India

NATIONAL
ANTI DOPING
AGENCY
INDIA

निष्पक्ष खेल
Play fair

NADA

ભારતની

ઉચિત રમત માર્ગદર્શિકા

સાચું રમો,
નિષ્પક્ષ રમો

લિંક્ટ્રી
માટે QR કોડ

સુજાતા ચતુર્વેદી, IAS
સચિવ

ભારત સરકાર
રમતગમત વિભાગ
યુવા બાબતો અને રમતગમત મંત્રાલય



પ્રસ્તાવના

રમત એક શક્તિશાળી બળ છે જે લોકોને એકસાથે લાવે છે, સીમાઓ પાર કરે છે અને વ્યક્તિઓને શ્રેષ્ઠતા માટે પ્રયત્નશીલ રહેવા માટે પ્રેરણા આપે છે. તેના મૂળમાં, રમત નિષ્પક્ષતા, પ્રામાણિકતા અને આદરના મૂલ્યો પર બનેલી છે. આ મૂલ્યોને જાળવવા અને પ્રોત્સાહન આપવા માટે, એ જરૂરી છે કે આપણે તમામ સ્તરે સમાવિષ્ટ અને સ્થાયી રમત વિકાસ પ્રત્યેની આપણી પ્રતિબદ્ધતામાં અડગ રહીએ.

જેમ જેમ ભારત વૈશ્વિક રમતગમત રાષ્ટ્ર તરીકે પોતાનો ઉદય ચાલુ રાખે છે, તેમ તેમ શુદ્ધ રમત પ્રત્યેની આપણી પ્રતિબદ્ધતા માત્ર એક નિયમનકારી આવશ્યકતા જ નહીં પરંતુ નૈતિક અનિવાર્યતા બની જાય છે. ડોપિંગ, તેના તમામ સ્વરૂપોમાં, રમતગમતના મૂળભૂત મૂલ્યોને નષ્ટ કરે છે અને પ્રામાણિક સ્પર્ધાની ભાવનાને ઘટાડે છે.

આ સંદર્ભમાં, શિક્ષણ આપણું સૌથી શક્તિશાળી સાધન છે. ડોપિંગને અટકાવવું એ માત્ર અમલીકરણ વિશે જ નથી, પરંતુ રમતવીરો અને રમતગમત ઇકોસિસ્ટમના તમામ સભ્યોમાં જાગૃતિ, જવાબદારી અને નૈતિક નિર્ણય લેવાની મજબૂત પાયો બનાવવા વિશે પણ છે. NADA ઇન્ડિયા દ્વારા વિકસાવવામાં આવેલ ફેર પ્લે માર્ગદર્શિકા, એક પ્રશંસનીય પહેલ છે જે આ અભિગમને પ્રતિબિંબિત કરે છે.

આ માર્ગદર્શિકા રમતવીરો,, કોચ અને સહાયક સ્ટાફને એન્ટી-ડોપિંગ પગલાંનું મહત્વ, ઉલ્લંઘનના પરિણામો અને રમતની અખંડિતતાને સુરક્ષિત રાખવામાં દરેક હિસ્સેદારની મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા સમજવામાં મદદ કરવા માટે એક વ્યાપક સંસાધન તરીકે સેવા આપે છે. તે એવી સંસ્કૃતિને પ્રોત્સાહન આપે છે જ્યાં શુદ્ધ સ્પર્ધાની ઉજવણી કરવામાં આવે છે અને જ્યાં સફળતા પ્રતિભા, સખત મહેનત અને દ્રઢતાનું પરિણામ છે, શોર્ટકટનું નહીં.

હું શુદ્ધ રમતને પ્રોત્સાહન આપવા માટે NADA ઇન્ડિયાના અટલ સમર્પણની પ્રશંસા કરું છું. મને ખાતરી છે કે આ માર્ગદર્શિકા રમતમાં ન્યાયીપણા, અખંડિતતા અને શ્રેષ્ઠતાના સિદ્ધાંતોને જાળવી રાખવા માટે સમર્પિત તમામ લોકો માટે એક મૂલ્યવાન સંસાધન બનશે.

(સુજાતા ચતુર્વેદી)

રૂમ નંબર 3, 'સી' વિંગ, શાસ્ત્રી ભવન, નવી દિલ્હી-110001

ટેલિફોન: 23388623, ફેક્સ: 011-23388758, ઈ-મેલ: secy-sports@nic.in



ડિરેક્ટર જનરલનો સંદેશ

NADA ઇન્ડિયાની ફેર પ્લે ગાઇડ રજૂ કરતા મને ખૂબ આનંદ થાય છે, જે ભારતના રમતગમત સમુદાયમાં સ્વચ્છ રમત, નૈતિક આચરણ અને જાણકાર નિર્ણય લેવાની સંસ્કૃતિને પ્રોત્સાહન આપવા માટે રચાયેલ એક વ્યાપક અને સુલભ સંસાધન છે.

NADA ઇન્ડિયામાં, અમારું મિશન અમલીકરણથી આગળ વધે છે કારણ કે અમે એથલેટ્સ, કોચ અને સહાયક કર્મચારીઓમાં જાગૃતિ, શિક્ષણ અને નૈતિક મૂલ્યોને પ્રોત્સાહન આપીને સ્વચ્છ રમતની સંસ્કૃતિ બનાવવાનો પ્રયાસ કરીએ છીએ. આ પ્રકાશન દ્વારા, અમે હિસ્સેદારોને પાલન કરવા, અજાણતા ઉલ્લંઘનોને ટાળવા અને નિષ્પક્ષ રમતના રાજદૂત બનવા માટે જરૂરી જ્ઞાનથી સજ્જ કરવાનો પ્રયાસ કરીએ છીએ.તે અમારી માન્યતાને પ્રતિબિંબિત કરે છે કે સાચી રમતગમત શ્રેષ્ઠતા ફક્ત પ્રતિભા અને સખત મહેનત દ્વારા જ નહીં, પરંતુ નિયમો પ્રત્યે પ્રામાણિકતા અને આદર દ્વારા પણ પ્રાપ્ત થાય છે.

હું રમતગમત સમુદાયના તમામ હિસ્સેદારોને આ માર્ગદર્શિકાનો મૂલ્યવાન સંદર્ભ તરીકે ઉપયોગ કરવા અને રમતની પવિત્રતા જાળવવાના સામૂહિક મિશનમાં સક્રિયપણે યોગદાન આપવા માટે પ્રોત્સાહિત કરું છું.

અનંત કુમાર
ડાયરેક્ટર જનરલ
નેશનલ એન્ટી ડોપિંગ એજન્સી, ભારત

વિષયવસ્તુ

એન્ટિ-ડોપિંગનો પરિચય	1
સ્વચ્છ રમત સાથે સંકળાયેલા સિદ્ધાંતો અને મૂલ્યો:	2-3
રમતવીર અને રમતવીર સહાયક કર્મચારીઓના અધિકારો અને જવાબદારીઓ	4-6
સખત જવાબદારીનો સિદ્ધાંત	7
ડોપિંગના પરિણામો	8-9
એન્ટિ-ડોપિંગ નિયમ ઉલ્લંઘનો	10-11
રમતગમતમાં પ્રતિબંધિત પદાર્થો અને પદ્ધતિઓને સમજવી	12-13
સપ્લીમેન્ટના ઉપયોગ સાથે સંકળાયેલા જોખમો	14-16
દવાઓનો ઉપયોગ અને ઉપચારાત્મક ઉપયોગ મુક્તિ	17-18
ડોપિંગ કંટ્રોલ પ્રક્રિયા	19-21
રમતવીરના વ્હેરઅબાઉટ્સ	22
સ્પીક અપ	23-25

એન્ટિ-ડોપિંગનો પરિચય



એન્ટી-ડોપિંગમાં રમતવીરોને રમતગમતમાં અન્યાયી લાભ મેળવવા માટે પ્રતિબંધિત હોય તેવા પદાર્થો અથવા પદ્ધતિઓનો ઉપયોગ કરતા અટકાવવા માટે રચાયેલ નિયમો, પ્રથાઓ અને પહેલોના માળખાનો સમાવેશ થાય છે. એન્ટી-ડોપિંગના મૂળમાં, સ્પર્ધાની અખંડિતતાને સુરક્ષિત રાખવાની, સાથે સાથે વાજબી રમત, રમતવીરોના સ્વાસ્થ્ય અને નૈતિક આચરણને પ્રોત્સાહન આપવાનો હેતુ છે.

વૈશ્વિક સ્તરે, વર્લ્ડ એન્ટી-ડોપિંગ એજન્સી (WADA) વર્લ્ડ એન્ટી-ડોપિંગ કોડ દ્વારા આ પ્રયાસોનું નેતૃત્વ કરે છે - જે વિશ્વભરમાં રમતગમત સંસ્થાઓ અને રાષ્ટ્રો દ્વારા પાલન કરવાના ધોરણોનો એકીકૃત સમૂહ છે. ભારતમાં, નેશનલ એન્ટી-ડોપિંગ એજન્સી (NADA) આ નિયમો લાગુ કરવા માટે મુખ્ય સત્તા તરીકે સેવા આપે છે. ભારત સરકારના યુવા બાબતો અને રમતગમત મંત્રાલય હેઠળ કાર્યરત, NADA સ્વચ્છ રમતની સંસ્કૃતિને પ્રોત્સાહન આપવા માટે સમર્પિત એક સ્વાયત્ત સંસ્થા તરીકે કાર્ય કરે છે.

NADA ની મુખ્ય જવાબદારીઓમાં નમૂના સંગ્રહ, પરિણામોનું સંચાલન અને નિર્ણય, એન્ટી-ડોપિંગ શિક્ષણ અને જાગૃતિ, ઉપચારાત્મક ઉપયોગ છૂટો, સામાજિક વિજ્ઞાન સંશોધન, આંતરરાષ્ટ્રીય સહયોગ અને ગુપ્ત માહિતી તથા તપાસનો સમાવેશ થાય છે. નૈતિકતા અને પ્રામાણિકતા પ્રત્યેની અડગ પ્રતિબદ્ધતા સાથે, NADA ડોપિંગ મુક્ત રમતગમત વાતાવરણ બનાવવાનો પ્રયાસ કરે છે, જ્યાં પ્રતિભા, તાલીમ અને સાચી ભાવના દ્વારા સ્પર્ધા નક્કી કરવામાં આવે છે.

સ્વચ્છ રમત સાથે સંકળાયેલા સિદ્ધાંતો અને મૂલ્યો:

રમતગમતની ભાવના એ માનવ ભાવના, શરીર અને મનની ઉજવણી છે અને નીચેના મૂલ્યો દ્વારા વર્ગીકૃત થયેલ છે:

1. નૈતિકતા, નિષ્પક્ષ રમત અને પ્રામાણિકતા
2. સ્વાસ્થ્ય
3. આનંદ અને ખુશી
4. પ્રદર્શનમાં ઉત્કૃષ્ટતા
5. ચારિત્ર્ય અને શિક્ષણ
6. ટીમવર્ક
7. સમર્પણ અને કટિબદ્ધતા
8. નિયમો અને કાયદાઓનું સન્માન
9. સ્વ અને અન્ય સહભાગીઓ માટે આદર
10. હિંમત
11. કોમ્યુનિટી અને એકતા

આ મૂલ્યો સ્વચ્છ રમત માટે આવશ્યક પાયા છે. રમતવીર દ્વારા તેમને કોઈપણ રમતવીર કે જેની સાથે તેઓ કામ કરે છે અને તેમના રમતગમત વાતાવરણમાં કોઈપણ અન્ય રમતવીર સહાયક કર્મચારીઓ (ASP) ને પ્રોત્સાહન આપવું જોઈએ.

રમતગમતના મુખ્ય ત્રણ મૂલ્યો છે:

1

સન્માન કરો:

આદર/ સન્માન એટલે પોતાના અને અન્ય લોકો માટે ગૌરવ રાખવા વિશે છે.. આનો હેતુ સ્વ અને અન્ય લોકો માટે કાળજી દર્શાવીને અને લાગણીઓ, નૈતિક દુવિધાઓ અને નિયમો વિશે વિચારને પ્રોત્સાહિત કરીને આદરપૂર્ણ વર્તણૂકો, સંચાર કૌશલ્ય અને વલણને પ્રોત્સાહન આપવાનો છે.

2

સમાનતા:

સમાનતા એ બધા માટે પ્રાપ્ત કરવાની તક વિશે છે. આ મૂલ્ય એવી તકોને પ્રોત્સાહન આપવા પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરે છે જ્યાં બધા તેમની સંપૂર્ણ ક્ષમતા પ્રાપ્ત કરી શકે અને સમાન રમતના ક્ષેત્રના મહત્વને સમજવા પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરે છે.

3

સમાવેશ:

સમાવેશ એ બધા માટે સહભાગિતા વિશે છે. આનો ઉદ્દેશ્ય સુલભતાને પ્રોત્સાહન આપવા માટે સમાવેશ અને ઉકેલોને સમજીને, વિવિધતાની ઉજવણી અને કદર કરીને, દરેક વ્યક્તિની સહભાગિતાને પ્રોત્સાહિત કરવાનો છે.

દરેક ક્લાસરૂમ ટૂલકીટમાં રમતગમતના મૂલ્યો શિક્ષકોને બાળકો (8-12 વર્ષના વિદ્યાર્થીઓ)માં આદર, સમાનતા અને સંલગ્ન પ્રવૃત્તિઓ દ્વારા સમાવેશના મૂલ્યો કેળવવામાં મદદ કરવા માટે રચાયેલ છે. SViEC ટૂલકીટ WADA ADeL પ્લેટફોર્મ પર ઉપલબ્ધ છે અને તેના પર નોંધણી કરાવીને કોઈપણ વ્યક્તિ તેને એક્સેસ કરી શકે છે.

https://www.wada-ama.org/en/sport-values-every-classroom

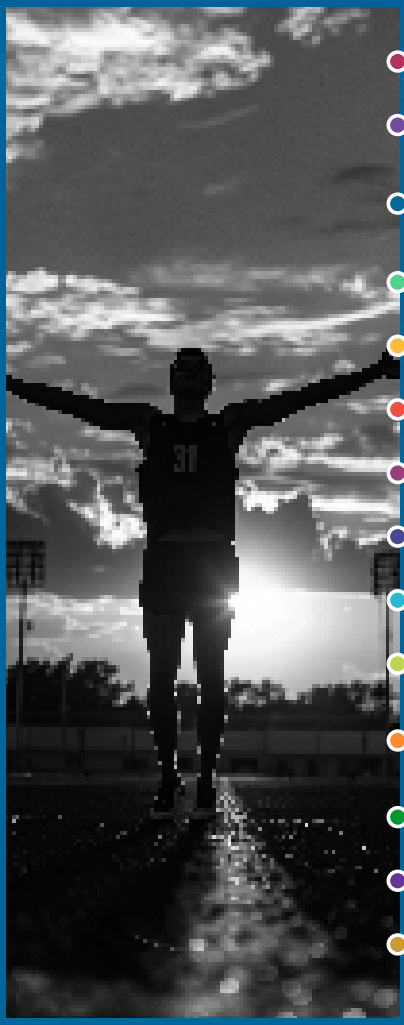
WADA એન્ટી ડોપિંગ ઈ લર્નિંગ (ADeL) પોર્ટલ માટેની લિંક

www.adel.wada-ama.org

રમતવીર અને રમતવીર સહાયક કર્મચારીઓના અધિકારો અને જવાબદારીઓ

રમતવીરોના અધિકારો નીચે મુજબ છે:

નીચે આપેલા અધિકારો એ છે જે રમતવીરો પાસે કોડ અને આંતરરાષ્ટ્રીય ધોરણો દ્વારા હોય છે:



- તકની સમાનતા
- સમાન અને ન્યાયી પરીક્ષણ કાર્યક્રમો
- તબીબી સારવાર અને આરોગ્ય અધિકારોનું રક્ષણ
- ન્યાયનો અધિકાર
- જવાબદારીનો અધિકાર
- વ્હિસલ બ્લોઅર અધિકારો
- શિક્ષણનો અધિકાર
- ડેટા સુરક્ષાનો અધિકાર
- વળતરનો અધિકાર
- સંરક્ષિત વ્યક્તિઓના અધિકારો
- સેમ્પલ કલેક્શન સત્ર દરમિયાનના અધિકારો
- B સેમ્પલ વિશ્લેષણનો અધિકાર
- અન્ય અધિકારો અને સ્વતંત્રતાઓ જે પ્રભાવિત નથી
- અરજી અને સ્થિતિ

સેમ્પલ સંગ્રહ દરમિયાન રમતવીરના અધિકારો

- ડોપિંગ કંટ્રોલ ઓફિસર (DCO) ની ઓળખ જુઓ
- સેમ્પલ સંગ્રહ પ્રક્રિયા વિશે, તે કયા અધિકારી હેઠળ હાથ ધરવામાં આવશે તે વિશે અને સેમ્પલ સંગ્રહના પ્રકાર વિશે વધારાની માહિતીની વિનંતી કરો
- હાઇડ્રેટ
- પતિનિધિ અને, જો ઉપલબ્ધ હોય, તો દુભાષિયા સાથે રહો
- માન્ય કારણોસર ડોપિંગ કંટ્રોલ સ્ટેશનને રિપોર્ટ કરવામાં વિલંબની વિનંતી કરો
- ક્ષતિઓ ધરાવતા રમતવીરો માટે ફેરફારોની વિનંતી કરો (જો લાગુ હોય તો)
- તેમના અધિકારો અને જવાબદારીઓ વિશે માહિતગાર રહો
- પ્રક્રિયાના હેવાલોની નકલ મેળવો
- "સંરક્ષિત વ્યક્તિઓ" માટે તેમની ઉંમર અથવા કાનૂની ક્ષમતાના અભાવને કારણે વધુ સુરક્ષા મેળવો

રમતવીરોની જવાબદારીઓ નીચે મુજબ છે:

- વર્લ્ડ એન્ટી-ડોપિંગ કોડ અનુસાર NADA ના એન્ટી-ડોપિંગ નિયમોનું પાલન કરવું.
- સ્પર્ધામાં હોય કે સ્પર્ધાની બહાર હોય, સેમ્પલ સેંમ્પલ એકત્રિકરણ માટે ઉપલબ્ધ રહેવું.
- સેમ્પલ એકત્રિકરણ પ્રક્રિયા પૂર્ણ થાય ત્યાં સુધી સૂચનાથી લઈને દરેક સમયે ડોપિંગ કંટ્રોલ ઓફિસર (DCO) અથવા ચેપરોનના સીધા નિરીક્ષણમાં રહેવું.
- સેમ્પલ એકત્રિકરણ પ્રક્રિયા દરમિયાન વિનંતી કરવા પર ઓળખ પૂરી પાડવી.
- ખાતરી કરવી કે કોઈ પ્રતિબંધિત પદાર્થ તેમના શરીરમાં પ્રવેશ ન કરે અને તેમના પર કોઈ પ્રતિબંધિત પદ્ધતિનો ઉપયોગ ન થાય.
- ખાતરી કરવી કે કોઈપણ સારવાર અમલમાં પ્રતિબંધિત યાદી અનુસાર પ્રતિબંધિત નથી અને જો જરૂરી હોય તો પ્રિસ્ક્રાઇબ કરનારા ચિકિત્સકો સાથે અથવા સીધા ADO સાથે તેની તપાસ કરવી.
- જો કોઈ વૈકલ્પિક માન્ય સારવાર શક્ય ન હોય અને ઉપચારાત્મક ઉપયોગ મુક્તિ (TUE) જરૂરી હોય તો NADA ઈન્ડિયાને અરજી કરવી.
- ડોપિંગ કંટ્રોલ માટે પસંદ કરવામાં આવ્યાની સૂચના મળ્યા બાદ સેમ્પલ કલેક્શન માટે તુરંત રિપોર્ટિંગ કરવું
- ડોપિંગ કંટ્રોલ ફોર્મ (DCF) પર દાખલ કરેલી માહિતીની ચોકસાઈની ખાતરી કરવી.
- ADRV ની તપાસ કરતા ADOs સાથે સહયોગ કરવો
- કોચ, ટ્રેનર્સ, ચિકિત્સકો અથવા અન્ય રમતવીર સહાયક કર્મચારીઓ સાથે કામ ન કરવું જેઓ DRVને કારણે અયોગ્ય છે અથવા જેઓ ડોપિંગના સંબંધમાં ગુનાહિત રીતે દોષિત અથવા વ્યવસાયિક રીતે શિસ્તબદ્ધ છે

રમતવીર સહાયક કર્મચારીઓના અધિકારો અને જવાબદારીઓ

રમતવીર સહાયક કર્મચારીઓ અને કોડ હેઠળ અન્ય વ્યક્તિના અધિકારોમાં શામેલ છે:

- સ્વતંત્ર હીયરીંગ પેનલ સમક્ષ ન્યાયી હીયરીંગનો અધિકાર
- હીયરીંગના નિર્ણય સામે અપીલ કરવાનો અધિકાર
- ISPPPI અને કોઈપણ સ્થાનિક લાગુ કાયદા અનુસાર ડેટા સુરક્ષા સંબંધિત અધિકારો

કોડ હેઠળ રમતવીર સહાયક કર્મચારીઓ અને અન્ય વ્યક્તિની જવાબદારીઓમાં શામેલ છે:

- સ્વચ્છ રમત વર્તણૂકોને પ્રોત્સાહન આપવા માટે રમતવીર મૂલ્યો અને વર્તણૂકો પર તેમના પ્રભાવનો ઉપયોગ કરવો
- તમામ લાગુ પડતી એન્ટિ-ડોપિંગ નીતિઓ અને નિયમોને જાણવા અને તેનું પાલન કરવું
- રમતવીર ડોપિંગ કંટ્રોલ કાર્યક્રમ સાથે સહકાર આપવો
- ADRV ની તપાસ કરતા NADA ઇન્ડિયા સાથે સહયોગ કરવો
- જો તેઓએ છેલ્લા 10 વર્ષમાં ADRV કર્યું હોય તો સંબંધિત IF અને/અથવા NADA ઇન્ડિયાને જાણ કરવી
- કોઈ (પ્રતિબંધિત પદાર્થ અથવા પદ્ધતિ) રાખવાથી દૂર રહેવું, રમતવીરને આવા કોઈપણ પદાર્થ અથવા પદ્ધતિનું સંચાલન કરવું, તસ્કરી કરવી, ADRV અથવા અન્ય પ્રકારની સંડોવણીને છુપાવવી અને ડોપિંગ માટે દોષિત વ્યક્તિ (પ્રતિબંધિત સંગઠન) સાથે જોડાણ કરવું.



સખત જવાબદારીનો સિદ્ધાંત

રમતવીરો સ્પર્ધા દરમિયાન તેમના દેખાવ માટે જવાબદાર છે. તે જ રીતે, રમતવીર્સ તેમના શરીરમાં જોવા મળતા કોઈપણ પદાર્થ માટે જવાબદાર છે. રમતવીરો કોઈપણ પ્રતિબંધિત પદાર્થનો ઉપયોગ કરે છે અથવા ઉપયોગ કરવાનો પ્રયત્ન કરે છે, અથવા જે તેમના શરીરમાં જોવા મળે છે તેના માટે જવાબદાર છે, પછી ભલે તે પદાર્થ ત્યાં કેવી રીતે પહોંચ્યો હોય અથવા તેમનો છેતરપિંડી કરવાનો ઈરાદો હતો કે કેમ તે ધ્યાનમાં લીધા વગર. તેથી, રમતવીરોએ જાણવાની જરૂર છે કે રમતમાં કયા પદાર્થો અને પદ્ધતિઓ પ્રતિબંધિત છે અને પોતાને કેવી રીતે સુરક્ષિત રાખવી.

ડોપિંગના
પરિણામો

ADRV કરનાર કોઈપણ વ્યક્તિ જાણે છે કે તેને રમતમાંથી પ્રતિબંધનો સામનો કરવો પડી શકે છે. પરંતુ તેના અન્ય પરિણામો પણ છે.

1. કામચલાઉ નિલંબન: પરિણામ વ્યવસ્થાપન પ્રક્રિયા પૂર્ણ થવાની રાહ જોતી વખતે અથવા અંતિમ નિર્ણય ન આવે ત્યાં સુધી રમતવીર અથવા અન્ય વ્યક્તિને અસ્થાયી રૂપે કોઈપણ સ્પર્ધા અથવા પ્રવૃત્તિમાં ભાગ લેવા પર પ્રતિબંધ મૂકવામાં આવ્યો છે.

2. અયોગ્યતા: રમતવીર અથવા અન્ય વ્યક્તિને ADRV ને કારણે તાલીમ, કોચિંગ, અથવા ભંડોળ મેળવવા જેવી અન્ય કોઈપણ પ્રવૃત્તિમાં ભાગ લેવાની અથવા ભાગ લેવાની પરવાનગી નથી. આ અયોગ્યતાનો સમયગાળો ADRV ના સંજોગોના આધારે 4 વર્ષ અથવા તો આજીવન પણ હોઈ શકે છે.

3. પરિણામોની અયોગ્યતા: ચોક્કસ સમયગાળા, સ્પર્ધા અથવા ઇવેન્ટ દરમિયાન રમતવીરના પરિણામોને અમાન્ય કરવામાં આવે છે, જે કોઈપણ મેડલ, પોઈન્ટ અને ઈનામોની જપ્તી સાથે આવે છે.

4. પબ્લીક જાહેરાત: એન્ટિ-ડોપિંગ સંગઠન (ADO) સામાન્ય લોકોને ADRV ની જાણ કરે છે.

5. દંડ

6શારીરિક સ્વાસ્થ્ય પરિણામો: ચોક્કસ સ્થિતિ અથવા બીમારીની સારવાર માટે દવાઓ અને તબીબી હસ્તક્ષેપો વિકસાવવામાં આવ્યા છે. પદાર્થ, માત્રા અને વપરાશની આવર્તન પર આધાર રાખીને, ડોપિંગ ઉત્પાદનો સ્વાસ્થ્ય પર ખાસ કરીને નકારાત્મક આડઅસરો ધરાવે છે.

7માનસિક સ્વાસ્થ્ય પરિણામો: કેટલાક ડોપિંગ પદાર્થો રમતવીરના માનસિક સ્વાસ્થ્ય પર અસર કરી શકે છે. અસ્વસ્થતા, બાધ્યતા મનોગ્રસ્તિ વિકાર અથવા મનોવિકૃતિ ડોપિંગના સીધા પરિણામો છે.

8. સામાજિક પરિણામો:

a) પ્રતિષ્ઠા અને છબીને નુકસાન, જે મીડિયાના ધ્યાન સાથે કાયમી હોઈ શકે છે, અને ભવિષ્યના સ્વચ્છ પ્રદર્શનને શંકાસ્પદતા સાથે પૂરી કરી શકાય છે.
b) ભવિષ્યની કારકિર્દીની સંભાવનાઓને નુકસાન.
c) સાથીદારો અને રમતગમતથી અલગતા.
d) મિત્રો અને પરિવાર સાથેના સંબંધોને નુકસાન.
e) ભાવનાત્મક અને માનસિક સુખાકારી પર અસરો.
f) સ્થાપન, ખ્યાતિ, આદર ગુમાવવો અને

9. નાણાકીય પરિણામો:

a) એન્ટિ-ડોપિંગ સંગઠન (ADO) એ તેમના એન્ટિ-ડોપિંગ નિયમોમાં ADRV સાથે સંકળાયેલા ખર્ચ સહિતનો દંડ શામેલ કર્યો હોઈ શકે છે.
b) આવક/નાણાકીય સહાયની ખોટ, જેમ કે સરકારી ભંડોળ, નાણાકીય સહાયના અન્ય સ્વરૂપો અને સ્પર્ધાઓમાં ભાગ ન લેવાને કારણે.
c) પ્રાયોજકના ઉપાડને કારણે નાણાકીય સહાયનું નુકસાન.
d) જો કરારમાં શામેલ હોય તો સ્પોન્સરને વળતર આપવાની જરૂરિયાત.
e) ઇનામની રકમનું વળતર.
f) ભવિષ્યની કારકિર્દીની સંભાવનાઓ પર ક્ષતિગ્રસ્ત પ્રતિષ્ઠાની અસર.

10. કાનૂની પરિણામો

a) કેટલાક દેશોએ વિશ્વ એન્ટિ-ડોપિંગ સંહિતાની બહાર જઈને પ્રતિબંધિત પદાર્થનો ઉપયોગ ફોજદારી ગુનો બનાવ્યો છે (દા.ત. ઑસ્ટ્રિયા, ઇટાલી, ફ્રાન્સ).
b) કેટલાક દેશોમાં, પ્રતિબંધિત પદાર્થ અથવા પ્રતિબંધિત સૂચિમાંના કેટલાક પદાર્થોની હેરફેર, કબજો અથવા સંચાલન સંબંધિત ADRVsને ફોજદારી ગુનો ગણવામાં આવે છે..

એન્ટિ-ડોપિંગ

નિયમ ઉલ્લંઘનો

ડોપિંગ એ ફક્ત સકારાત્મક પરીક્ષણ નથી. તે નીચેનામાંથી એક અથવા વધુ એન્ટિ-ડોપિંગ નિયમ ઉલ્લંઘનો (ADRVs) ની ઘટના તરીકે વ્યાખ્યાયિત થયેલ છે. NADA ઇન્ડિયા એન્ટિ-ડોપિંગ નિયમો, 2021 મુજબ 11 પ્રકારના ADRV છે.

NADR આર્ટીકલ નં.	ઉલ્લંઘનોનો પ્રકાર	ને લાગુ પડે છે
2.1	રમતવીરના સેમ્પલમાં પ્રતિબંધિત પદાર્થની હાજરી	ફક્ત રમતવીરો
2.2	રમતવીર દ્વારા પ્રતિબંધિત પદાર્થનો ઉપયોગ અથવા ઉપયોગ કરવાનો પ્રયાસ.	ફક્ત રમતવીરો
2.3	ટાળવું, ઇનકાર કરવો અથવા સેંમ્પલ સંગ્રહ સબમિટ કરવામાં નિષ્ફળ રહેવું	ફક્ત રમતવીરો
2.4	મહિનાના સમયગાળાની અંદર ત્રણ ચૂકી ગયેલી પરીક્ષણો અને/અથવા ફાઇલિંગ નિષ્ફળતાઓના કોઈપણ સંયોજન તરીકે નિષ્ફળતાઓને સ્થાન તરીકે ગણવામાં આવે છે.	ફક્ત રમતવીરો
2.5	રજિસ્ટર્ડ ટેસ્ટિંગ પૂલમાં રમતવીર દ્વારા 12-ડોપિંગ કંટ્રોલના કોઈપણ ભાગ સાથે ચેડાં કરવા અથવા છેડછાડ કરવાનો પ્રયાસ.	રમતવીરો, રમતવીર સહાયક કર્મચારીઓ અને અન્ય વ્યક્તિઓ
2.6	પ્રતિબંધિત પદાર્થ અથવા પ્રતિબંધિત પદ્ધતિનો કબજો.	રમતવીરો અને રમતવીર સહાયક કર્મચારીઓ
2.7	કોઈપણ પ્રતિબંધિત પદાર્થ અથવા પ્રતિબંધિત પદ્ધતિમાં હેરફેર અથવા હેરફેરનો પ્રયાસ કરવો.	રમતવીરો, રમતવીર સહાયક કર્મચારીઓ અને અન્ય વ્યક્તિઓ



2.8	કોઈપણ પ્રતિબંધિત પદાર્થ અથવા પ્રતિબંધિત પદ્ધતિના કોઈપણ રમતવીરને વહીવટ અથવા વહીવટનો પ્રયાસ કરવો	રમતવીરો અને રમતવીર સહાયક કર્મચારીઓ
2.9	મદદ કરવી, પ્રોત્સાહિત કરવી, મદદ કરવી, ઉશ્કેરણી કરવી, ષડયંત્ર રચવું, ઢાંકવું અથવા અન્ય કોઈપણ પ્રકારની ઈરાદાપૂર્વકની સંડોવણી અથવા ADRV અથવા કોઈપણ પ્રયાસ કરેલ ADRV સંડોવતા પ્રયાસ કરવો	રમતવીરો, રમતવીર સહાયક કર્મચારીઓ અને અન્ય વ્યક્તિઓ
2.10	પ્રોફેશનલ અથવા રમત-સંબંધિત ક્ષમતામાં એવી વ્યક્તિ સાથે સાંકળવું જેમ કે કોચ, ડોક્ટર, ફિઝિયો અથવા ટ્રેનર કે જેઓ પ્રતિબંધની સેવા આપી રહ્યા છે અથવા જે ડોપિંગ ઉલ્લંઘનની સમકક્ષ ફોજદારી અથવા શિસ્તના ગુના માટે દોષિત ઠર્યા છે.	રમતવીરો, રમતવીર સહાયક કર્મચારીઓ અને અન્ય વ્યક્તિઓ
2.11	ડોપિંગ (જેને વ્હિસલબ્લોઇંગ તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે) વિશેની માહિતી શેર કરવાથી અથવા આમ કરવા બદલ અન્ય સામે બદલો લેવાથી તેમને નિરુત્સાહિત કરવા માટે ધમકી આપતી અથવા ડરાવવાનો પ્રયાસ કરતા કૃત્યો.	રમતવીરો, રમતવીર સહાયક કર્મચારીઓ અને અન્ય વ્યક્તિઓ



રમતગમતમાં
પ્રતિબંધિત પદાર્થો અને પદ્ધતિઓને સમજવી

પ્રતિબંધિત પદાર્થો અને પદ્ધતિઓનો સમાવેશ પ્રતિબંધિત સૂચિ (યાદી) માં કરવામાં આવે છે. વર્લ્ડ એન્ટી-ડોપિંગ એજન્સી (WADA) દર વર્ષે પ્રતિબંધિત સૂચિ પ્રકાશિત કરે છે, જે રમતમાં પ્રતિબંધિત પદાર્થો અને પદ્ધતિઓની ઓળખ કરે છે. દર વર્ષે ઓક્ટોબરમાં, WADA આગામી વર્ષ માટે અપડેટેડ પ્રતિબંધિત સૂચિ પ્રકાશિત કરે છે. આ યાદી આગામી વર્ષની 1 જાન્યુઆરીથી અમલમાં આવે છે.

આ યાદી દરેક સમયે લાગુ પડે છે યાદી માં એવા પદાર્થો અને પદ્ધતિઓ શામેલ છે જે:

- દરેક સમયે પ્રતિબંધિત (સ્પર્ધામાં અને સ્પર્ધાની બહાર બંને)
- માત્ર સ્પર્ધામાં જ પ્રતિબંધિત છે
- ચોક્કસ રમતોમાં પ્રતિબંધિત (તીરંદાજી, ગોલ્ફ અને શૂટિંગ)
- શરતી - રમતવીરોને ચોક્કસ માત્રા સુધી અથવા ચોક્કસ માત્રાની શ્રેણીમાં લેવાની મંજૂરી છે પરંતુ તે માત્રા અથવા શ્રેણીની બહાર તે પ્રતિબંધિત છે (ઉદાહરણ તરીકે, અસ્થમા ઇન્હેલરમાં જોવા મળતા કેટલાક ઘટકો) અન્ય શરતી પદાર્થો એવા છે જે ફક્ત તે રીતે લેવામાં આવે છે (વહીવટનો માર્ગ) દ્વારા પ્રતિબંધિત છે, ઉદાહરણ તરીકે, ક્રીમ તરીકે લાગુ કરવામાં આવે છે, અથવા ગળી જાય છે, અથવા શ્વાસમાં લેવામાં આવે છે.

સત્તાવાર યાદી WADA વેબસાઇટ: www.wada-ama.org અને NADA ઇન્ડિયાની વેબસાઇટ: https://nadaindia.yas.gov.in/ પર પ્રકાશિત કરવામાં આવી છે.

અહીં કેટલીક મહત્વપૂર્ણ બાબતો યાદ રાખવાની છે:

રમતવીરની દવામાં પ્રતિબંધિત પદાર્થ હોઈ શકે છે. કોઈપણ દવાનો ઉપયોગ કરતા પહેલા હંમેશા તબીબી સલાહ લો, અને તપાસો કે તેમાં WADA દ્વારા પ્રતિબંધિત પદાર્થો છે કે નહીં.

• ભારતમાં સ્પર્ધા કરી રહેલા રમતવીરો માટે, NADA ઇન્ડિયા દ્વારા Know Your Medicine (KYM) એપ્લિકેશન દવાઓની સ્થિતિ તપાસવા માટે એક મદદરૂપ સાધન છે: https://kym.nadaindia.yas.gov.in It is also available on the Google Play Store.

• ભારતની બહારની મુખ્ય રમતોમાં ભાગ લેનારા રમતવીરો માટે, WADA-મંજૂર આંતરરાષ્ટ્રીય સાધનોનો ઉપયોગ કરો જેમ કે:

ગ્લોબલ DRO (ડ્રગ રેફરન્સ ઓનલાઈન): www.globaldro.com

આનો ઉપયોગ યુકે, કેનેડા, યુએસએ, સ્વિટ્ઝર્લેન્ડ અને અન્ય દેશો સહિત ઘણા દેશોમાં થાય છે.

• સ્થાનિક દવા માર્ગદર્શન માટે યજમાન દેશની એન્ટિ-ડોપિંગ એજન્સી અથવા ઇવેન્ટ આયોજકોનો સંપર્ક કરો.

• જો જરૂરી હોય તો હંમેશા સંબંધિત સત્તાવાળા દ્વારા અગાઉથી મંજૂર કરાયેલ ઉપચારાત્મક ઉપયોગ મુક્તિ (TUE) સાથે રાખો.

• જ્યારે કોઈ પદાર્થ લેવામાં આવે ત્યારે કોઈ વાંધો નથી. જો ફક્ત સ્પર્ધામાં પ્રતિબંધિત પદાર્થ સ્પર્ધાની બહાર લેવામાં આવે છે, તો પણ જો તે રમતવીરની સિસ્ટમમાં હોય અને તેમને સ્પર્ધામાં પરીક્ષણ માટે પસંદ કરવામાં આવે તો તે સકારાત્મક પરીક્ષણમાં પરિણમી શકે છે.

• યજમાન દેશમાંથી લાવવામાં આવતી કોઈપણ દવા માટે સંબંધિત કસ્ટમ્સ સલાહની સમીક્ષા કરો. આ માહિતી સામાન્ય રીતે કસ્ટમ્સ અને ફ્રેટ ગાઈડમાં પણ આપવામાં આવે છે જેનું વિતરણ ગેમ્સ ઓર્ગેનાઈઝિંગ કમિટિ દ્વારા કરવામાં આવે છે. જો તમને ખાતરી ન હોય, તો તમારા ભારતીય ઓલિમ્પિક એસોસિએશન (IOA) ને પૂછો.

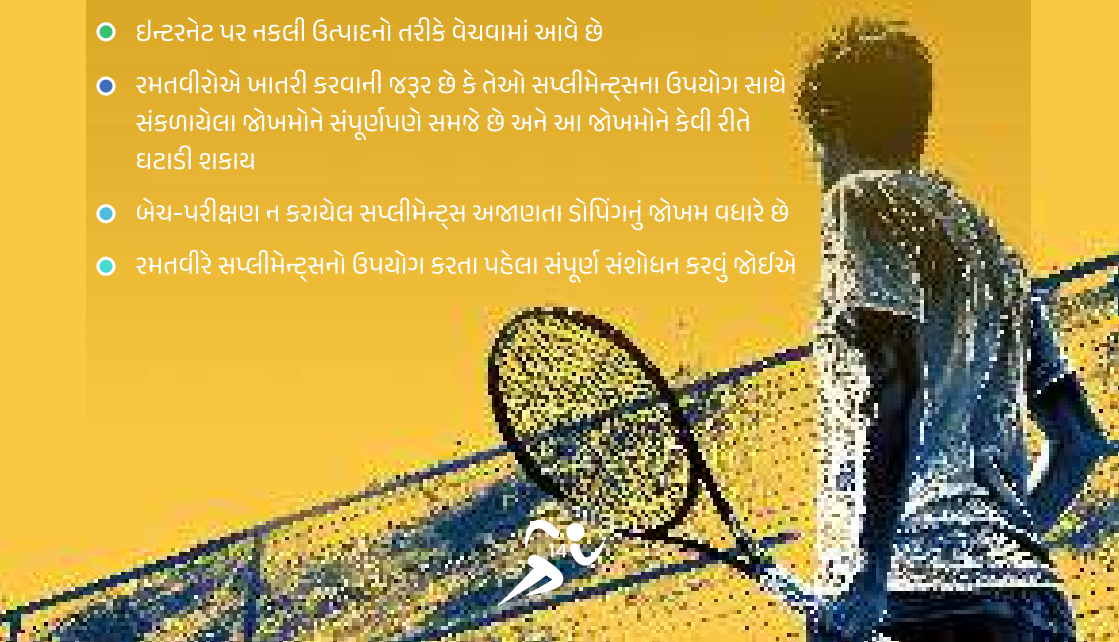
• ભૂલશો નહીં કે, તમે જે દવા લઈ રહ્યા છો તે તમારા ટીમ ડોક્ટરને જણાવવી જોઈએ જેથી તેઓ તમને સલાહ આપી શકે.

સપ્લીમેન્ટના ઉપયોગ
સાથે સંકળાયેલા જોખમો

પોષણયુક્ત સપ્લીમેન્ટ્સ એ ખોરાકને પૂરક બનાવવા માટે બનાવાયેલ ઉત્પાદનો છે, જેમાં વિટામિન, ખનિજો, એમિનો એસિડ, જડીબુટ્ટીઓ અથવા અન્ય વનસ્પતિઓ જેવા એક અથવા વધુ આહાર ઘટકો હોય છે. તેઓ કેપ્સ્યુલ્સ, ગોળીઓ, પાવડર, પ્રવાહી અથવા સોફ્ટ જેલ જેવા વિવિધ સ્વરૂપોમાં આવે છે, અને વધારાના પોષક તત્વો પૂરા પાડવા માટે બનાવવામાં આવે છે.
પૂરવણીઓનો ઉપયોગ કરવાથી સંકળાયેલા જોખમો છે.
આહાર સપ્લીમેન્ટ્સ જોખમી છે કારણ કે તેમાં પ્રતિબંધિત પદાર્થો હોઈ શકે છે જે રમતવીર્સને અજાણતાં ADRV કરવાનું કારણ બની શકે છે અને તેમને તેમની સંબંધિત રમતોમાંથી પ્રતિબંધિત કરી શકે છે.

સપ્લીમેન્ટ્સમાં હોઈ શકે છે:

- પ્રતિબંધિત પદાર્થ હોઈ શકે છે
- ઉત્પાદન પ્રક્રિયા દરમિયાન પ્રતિબંધિત પદાર્થથી દૂષિત થઈ શકે છે
- ચાદીમાં કેવી રીતે દેખાય છે તેનાથી અલગ રીતે નામ આપવામાં આવેલ ઘટકો શામેલ છે
- "WADA દ્વારા મંજૂર" અથવા "રમતવીરો માટે સલામત" જેવા ખોટા દાવા કરો તેમના લેબલમાંથી કેટલાક ઘટકોને બાકાત રાખો
- ઇન્ટરનેટ પર નકલી ઉત્પાદનો તરીકે વેચવામાં આવે છે
- રમતવીરોએ ખાતરી કરવાની જરૂર છે કે તેઓ સપ્લીમેન્ટ્સના ઉપયોગ સાથે સંકળાયેલા જોખમોને સંપૂર્ણપણે સમજે છે અને આ જોખમોને કેવી રીતે ઘટાડી શકાય
- બેચ-પરીક્ષણ ન કરાયેલ સપ્લીમેન્ટ્સ અજાણતા ડોપિંગનું જોખમ વધારે છે
- રમતવીરે સપ્લીમેન્ટ્સનો ઉપયોગ કરતા પહેલા સંપૂર્ણ સંશોધન કરવું જોઈએ



રમતવીરો માટે ભલામણો:

આ જોખમોને ઘટાડવા માટે, રમતવીરો ઘણી સાવચેતીઓ લઈ શકે છે:

• વ્યાવસાયિકોની સલાહ લો: કોઈપણ સપ્લીમેન્ટ પદ્ધતિ શરૂ કરતા પહેલા હંમેશા ડોક્ટર, પોષણશાસ્ત્રી અથવા આરોગ્યસંભાળ વ્યાવસાયિકની સલાહ લો.

• લેબલની કાળજીપૂર્વક તપાસ: WADA દ્વારા પૂરી પાડવામાં આવેલ વર્તમાન પ્રતિબંધિત પદાર્થોની યાદી સાથે તમામ સૂચિબદ્ધ ઘટકોને સંપૂર્ણપણે વાંચો અને ક્રોસ-ચકાસણી કરો.

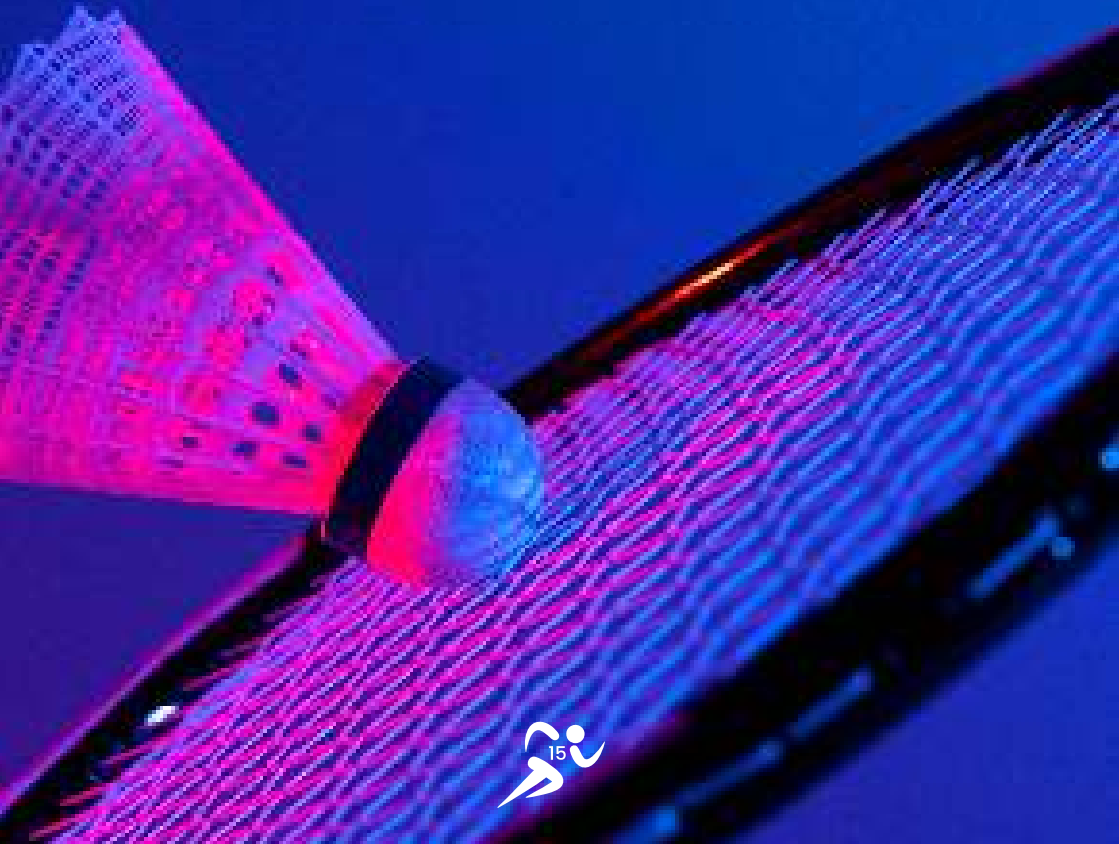
• તૃતીય પક્ષ પ્રમાણપત્ર: લેબલ પર વિશ્વસનીય તૃતીય પક્ષ પ્રમાણપત્ર માટે તપાસો

• ડોઝ માર્ગદર્શિકા અનુસરો: ભલામણ કરેલ ડોઝનું પાલન કરો અને વધુ પડતું સેવન ટાળો.

• ઉપયોગ બંધ કરવાનું વિચારો: જો શક્ય હોય તો, સપ્લીમેન્ટનો ઉપયોગ સંપૂર્ણપણે બંધ કરવાનું વિચારો.

• ઓનલાઇન ખરીદી ટાળો: નકલી ઉત્પાદનો મેળવવાનું જોખમ ઘટાડવા માટે સપ્લીમેન્ટ ઓનલાઈન ખરીદવાનું ટાળો.

• શંકાસ્પદ ઘટકો પર નજર રાખો: ચોક્કસ પદાર્થો ધરાવતા સપ્લીમેન્ટ થી સાવધ રહો, જેમ કે સંખ્યાત્મક અને ગ્રીક અક્ષરોના સંયોજનો અથવા ચોક્કસ પ્રત્યય સાથે.



જો તમે સપ્લીમેન્ટનો ઉપયોગ કરો છો

1. થોડી માત્રા રાખો - જો તમારો ટેસ્ટ પોઝિટિવ આવે, તો તમારી પાસે ઓછામાં ઓછું તમારા બચેલા સેમ્પલનું વૈજ્ઞાનિક રીતે પરીક્ષણ કરાવવાનો વિકલ્પ છે કે તે દૂષિત છે કે નહીં.
2. બેચ-ટેસ્ટ પ્રમાણપત્ર રાખો - જો તમે સપ્લીમેન્ટ લો છો, તો બેચ-ટેસ્ટ કરેલ ઉત્પાદન પસંદ કરીને તમારું જોખમ ઓછું કરો
3. ખરીદીનો પુરાવો રાખો, જેમ કે રસીદ

કુદરતી રીતે મળેલા પૌષ્ટિક ખોરાકનો કોઈ વિકલ્પ નથી. યોગ્ય સમયે યોગ્ય માત્રામાં યોગ્ય ખોરાક લેવો એ શ્રેષ્ઠ નીતિ છે.



દવાઓનો ઉપયોગ અને
ઉપચારાત્મક ઉપયોગ મુક્તિ

રમતવીરનું સ્વાસ્થ્ય મહત્વપૂર્ણ છે. રમતવીર જેને કાયદેસર તબીબી કારણોસર, એવી દવાનો ઉપયોગ કરવાની જરૂર હોય જેમાં પ્રતિબંધિત પદાર્થ હોય અથવા પ્રતિબંધિત પદ્ધતિનો ઉપયોગ કરવાની જરૂર હોય, તે આમ કરી શકે છે. જે રમતવીરને પ્રતિબંધિત યાદીમાં સૂચિબદ્ધ ઘટકો ધરાવતી દવાની જરૂર હોય, તેમને ઉપચારાત્મક ઉપયોગ મુક્તિ (TUE) મેળવવાની જરૂર છે.

TUE ખાતરી કરે છે કે રમતવીરોને તબીબી TUE એ સુનિશ્ચિત કરે છે કે રમતવીરોને તબીબી પરિસ્થિતિઓ માટે સારવાર આપી શકાય છે, ભલે સારવારમાં પ્રતિબંધિત પદાર્થ અથવા પદ્ધતિનો ઉપયોગ કરવામાં આવે, જ્યારે મંજૂર થવાના જોખમને ટાળવામાં આવે.

TUE આ માટે આપવામાં આવે છે:

- **નિદાન કરાયેલ તબીબી સ્થિતિ**
- **સમયનો નિશ્ચિત કરેલ સમયગાળો**
- **સુયોજિત માત્રા અને ઉપયોગનું આવર્તન**
- **વહીવટનો નિર્ધારિત માર્ગ**



કોઈપણ દવા લેતા પહેલા, એક રમતવીર તરીકે તમારે યાદીમાં અથવા NADA India સાથે સ્થિતિ તપાસવી આવશ્યક છે. જો પદાર્થ પ્રતિબંધિત હોય, તો તમારે TUE માટે અરજી કરવા માટે પ્રક્રિયાનું પાલન કરવાની જરૂર પડશે.

TUE પ્રક્રિયા



ચિકિત્સક

ખેલાડી તેના/તેણીના ચિકિત્સકની મુલાકાત લે છે અને તેને એક તબીબી સ્થિતિ હોવાનું નિદાન થાય છે જેમાં પ્રતિબંધિત પદાર્થ અથવા પદ્ધતિનો ઉપયોગ જરૂરી છે.

એથ્લીટ

TUE માટે અરજી કરો

ADO TUE મેનેજર/ એડમિનિસ્ટ્રેટર

પૂર્ણ કરેલ અરજી ADO TuEC ને સબમિટ કરો

TUEC

નિર્ણય લેવા માટે 21 દિવસ

ADO TUE મેનેજર/ એડમિનિસ્ટ્રેટર

રમતવીરને TUEC ના નિર્ણયની જાણ કરોઅને ADAMS માં રેકોર્ડ કરો



રમતવીરોએ તબીબી પદાર્થ અથવા વહીવટનો માર્ગ સૂચવ્યા પછી શક્ય તેટલી વહેલી તકે TUE માટે અરજી કરવી જોઈએ. જો આ પદાર્થ ફક્ત સ્પર્ધામાં જ પ્રતિબંધિત હોય, તો સ્પર્ધાના ઓછામાં ઓછા 30 દિવસ પહેલા અરજી કરવાનું ભૂલશો નહીં.

ડોપિંગ કંટ્રોલ પ્રક્રિયા

રમતવીરોનું પરીક્ષણ ગમે ત્યારે, ગમે ત્યાં કરી શકાય છે. પરીક્ષણ સ્પર્ધામાં, સ્પર્ધાની બહાર, તાલીમ સ્થળોએ અથવા રમતવીરના ઘરે અથવા વર્તમાન રહેઠાણના સ્થળે પણ થઈ શકે છે. પરીક્ષણ કોઈપણ અગાઉથી સૂચના આપ્યા વિના હાથ ધરવામાં આવશે.

પેશાબના સેમ્પલના એકત્રિકરણ માટે





• રમતવીરો સેમ્પલ એકત્રિકરણ પાત્ર પસંદ કરશે - ખાતરી કરો કે તે સીલબંધ અને અકબંધ છે.

• DCO જે રમતવીર જેવી જ જાતી છે તે નમૂના પૂરા પાડવામાં આવતા સાક્ષી આપશે.

• રમતવીરો સેમ્પલ એકત્રિકરણ કીટ પસંદ કરશે - ખાતરી કરો કે તે સીલબંધ, અકબંધ છે અને બંને બોટલ પર નંબરો (કોડ) સમાન છે.

• રમતવીરો પેશાબના સેમ્પલને "A" અને "B" બોટલોમાં વિભાજીત કરશે અને તેમને સીલ કરશે.

• રમતવીરો ડોપિંગ કંટ્રોલ ફોર્મ (DCF) પરની માહિતીની સમીક્ષા કરશે અને તેમના કોચનું નામ, છેલ્લા 7 દિવસમાં તેમણે લીધેલી દવાઓ અને સપ્લીમેન્ટ દવાઓ જેવી કેટલીક વિગતો ઉમેરશે - એક નકલ તેમના ઇમેઇલ સરનામાં પર મોકલવામાં આવશે.

જો ડોપિંગ કંટ્રોલ પ્રક્રિયા વિશે કોઈ ચિંતા હોય, તો રમતવીરો તેમને DCF પર અથવા પૂરક રિપોર્ટ ફોર્મ પર લખી શકે છે.

સેમ્પલો ગુપ્ત રીતે WADA માન્યતા પ્રાપ્ત પ્રયોગશાળામાં મોકલવામાં આવશે; આનો અર્થ એ છે કે તેઓ રમતવીરનું નામ અથવા રાષ્ટ્રીયતા જાણતા નથી - ફક્ત સેમ્પલ નંબર.

• A સેમ્પલ ખોલવામાં આવે છે અને તેનું વિશ્લેષણ કરવામાં આવે છે.

• જો A સેમ્પલ નકારાત્મક હોય, તો તે પ્રક્રિયાનો અંત છે

• સેમ્પલઓ 10 વર્ષ સુધી સંગ્રહિત કરી શકાય છે અને તેનું વધુ વિશ્લેષણ કરી શકાય છે

• B સેમ્પલ સુરક્ષિત રીતે સંગ્રહિત કરવામાં આવે છે

જો A સેમ્પલનું પરીક્ષણ પોઝીટીવ આવે છે

• જો રમતવીર વિનંતી કરે તો રમતવીરને B સેમ્પલ ખોલવાની તારીખ, સમય અને સ્થળ વિશે સૂચિત કરવામાં આવશે.

• રમતવીર B સેમ્પલનું વિશ્લેષણ ન કરાવવાનું પસંદ કરી શકે છે

• રમતવીર અને/અથવા તેમના પ્રતિનિધિને B સેમ્પલ ખોલવામાં હાજરી આપવાની તક મળવી જોઈએ

• રમતવીર B સેમ્પલ ખોલતી વખતે હાજર રહેવાના તેમના અધિકારને પણ છોડી શકે છે.

જો B સેમ્પલનો પરીક્ષણ સકારાત્મક આવે છે

• જો B સેમ્પલ A સેમ્પલના શોધની પુષ્ટિ કરે છે, અથવા જો રમતવીર B સેમ્પલનું વિશ્લેષણ ન કરાવવાનું નક્કી કરે છે, તો A સેમ્પલના શોધને કથિત ADRV ગણવામાં આવે છે.

રક્ત સેમ્પલ સંગ્રહ માટે

કેટલીકવાર રક્ત એકત્રિત કરવામાં આવે છે. પ્રક્રિયા ખૂબ સમાન છે:

• રક્ત નિયંત્રણ અધિકારી (BCO) દ્વારા રક્ત એકત્રિત કરવામાં આવશે જે રક્ત લેવા માટે તાલીમ પામેલ છે અને પૂરતી લાયકાત ધરાવે છે.

• રમતવીરો રક્ત સેમ્પલ સંગ્રહ કીટ પસંદ કરશે - ખાતરી કરો કે તે સીલબંધ, અકબંધ છે અને બધી શીશીઓ પર સંખ્યા સમાન છે.

• રક્ત લેતા પહેલા રમતવીરોને 10 મિનિટ (આરામ સમયે) બેસવાની જરૂર છે.

• જ્યારે રમતવીર બાયોલોજિકલ પાસપોર્ટ (ABP) રક્ત પરીક્ષણ એકત્રિત કરવામાં આવે છે, ત્યારે રમતવીરો બે કલાક પહેલા સ્પર્ધા અથવા તાલીમ લીધી ન હોવી જોઈએ. તેથી, જો રમતવીર તાજેતરમાં સક્રિય હોય તો તેમને લાંબા સમય સુધી સંભાળ રાખવાની જરૂર પડી શકે છે.



ડ્રાય બ્લડ સ્પોટ (DBS) સેમ્પલ એકત્રિકરણ

DBS એ એક પદ્ધતિ છે જે રમતવીરની આંગળીના ટેરવે ચૂંટીને લોહીના થોડા ટીપાં એકત્રિત કરે છે. WADA-માન્યતા પ્રાપ્ત પ્રયોગશાળાઓમાં વિશ્લેષણ કરવા માટે ટીપાં ખાસ ફિલ્ટર પેપર કાર્ડમાં મૂકવામાં આવે છે. DCO અથવા BCO જે કૅશિલરી રક્ત સેમ્પલ લેવામાં તાલીમ પામેલ છે અને પૂરતી લાયકાત ધરાવે છે તે સેમ્પલ એકત્રિત કરશે.

ડ્રાય બ્લડ સ્પોટ (DBS) વિશ્લેષણ માટે, BCO પંચર માટે સૌથી યોગ્ય સ્થાનનું મૂલ્યાંકન કરશે જે રમતવીર અથવા તેમના રમતગમતના પ્રદર્શન પર પ્રતિકૂળ અસર કરે તેવી શક્યતા નથી. રમતવીર સેમ્પલ સંગ્રહ સ્થળને ઢુંઢાળું કરશે. BCO રક્ત સેમ્પલ સ્થળને જંતુરહિત જંતુનાશક પેડ અથવા સ્વેબથી જંતુમુક્ત કરશે. BCO આંગળીના ટેરવાથી અથવા ઉપલા હાથમાંથી લોહી એકત્રિત કરશે. BCO DBS સેમ્પલઓને 'A' અને 'B' તરીકે લેબલ કરાયેલ સુરક્ષિત કીટમાં સ્થાનાંતરિત કરશે.

એથ્લીટ બાયોલોજિકલ પાસપોર્ટ

એથ્લીટ બાયોલોજિકલ પાસપોર્ટ (ABP) નો મૂળભૂત સિદ્ધાંત એ છે કે ડોપિંગ પદાર્થ અથવા પદ્ધતિને શોધવાનો પ્રયાસ કરવાને બદલે, સમય જતાં પસંદ કરેલા જૈવિક ચલોનું નિરીક્ષણ કરવું જે ડોપિંગની અસરોને પરોક્ષ રીતે જાહેર કરે છે. ADOs ABP ને એક કરવામાં એવા મજબૂત એન્ટી-ડોપિંગ પ્રોગ્રામના મોટા માળખામાં એકીકૃત કરી શકે છે જેથી :

પાસપોર્ટ ડેટાના બુદ્ધિશાળી અને સમયસર અર્થઘટન દ્વારા વધુ ધ્યાન આપવાની જરૂર હોય તેવા રમતવીરો ઓળખાય. ABP મૂલ્યવાન માહિતી પ્રદાન કરે છે જેનો ઉપયોગ ડોપિંગ વિરોધી પ્રવૃત્તિઓ જેમ કે ટાર્ગેટ ટેસ્ટિંગ અથવા તપાસને વધુ અસરકારક રીતે દિશા આપવા માટે થઈ શકે છે; અને વર્લ્ડ એન્ટી-ડોપિંગ કોડ (કોડ) ની કલમ 2.2 (પ્રતિબંધિત પદાર્થ અથવા પ્રતિબંધિત પદ્ધતિનો રમતવીર દ્વારા ઉપયોગ અથવા પ્રયાસ) અનુસાર શક્ય એન્ટી-ડોપિંગ રુલ વાયોલેશન્સ (ડોપિંગ વિરોધી નિયમ ઉલ્લંઘન) (ADRVs) અનુસરો

ABP વિશે વધુ માહિતી માટે, https://nadaindia.yas.gov.in પર NADA વેબસાઇટ તપાસો.



રમતવીરના વ્હેરઅબાઉટ્સ

વ્હેરઅબાઉટ્સ એ માહિતી છે જે રમતવીરોને પરીક્ષણ માટે સ્થિત કરવાની મંજૂરી આપે છે. તે માહિતીનો ઉપયોગ એવા લોકો દ્વારા કરવામાં આવે છે જેમને રમતવીરોનું પરીક્ષણ કરવાનો અધિકાર છે. માહિતી પૂરી ન પાડવી અથવા ખોટી અથવા ગેરમાર્ગે દોરતી માહિતી પૂરી ન પાડવી પરિણામોમાં પરિણમી શકે છે.

RTP માં બધા રમતવીરો દર ક્વાર્ટરમાં અગાઉથી ચોક્કસ ઠેકાણાની માહિતી પૂરી પાડવાની જરૂર છે. મુસાફરી કરતી વખતે - આયોજિત અથવા બિનઆયોજિત, એન્ટિ-ડોપિંગ એડમિનિસ્ટ્રેશન એન્ડ મેનેજમેન્ટ સિસ્ટમ (ADAMS) નો ઉપયોગ બિનઆયોજિત કટોકટી માટે પણ થવો જોઈએ. તમને સરળતાથી શોધવામાં મદદ કરવા માટે સ્પષ્ટ સૂચનાઓ આપવી જોઈએ.

RTP રમતવીરો

NADA ઇન્ડિયા રમતવીરોને રજિસ્ટર્ડ ટેસ્ટિંગ પૂલ (RTP) માં મૂકવા માટે અંતિમ નિર્ણય લેનાર છે. આ પસંદગી WADA દ્વારા પ્રકાશિત આંતરરાષ્ટ્રીય પરીક્ષણ અને તપાસ ધોરણ અનુસાર છે. NADA ઇન્ડિયા નિયમિતપણે RTP માટેના માપદંડોની સમીક્ષા અને અપડેટ કરે છે અને સંબંધિત માપદંડો અનુસાર યાદીમાં સુધારો કરે છે.

રજિસ્ટર્ડ ટેસ્ટિંગ પૂલમાં દરેક રમતવીરને આની આવશ્યકતા છે:

ઇન્ટરનેશનલ સ્ટાન્ડર્ડ ફોર ટેસ્ટિંગ (ISTI) દ્વારા નિર્દિષ્ટ રીતે, ત્રિમાસિક ધોરણે NADA ઇન્ડિયાને તેમના ઠેકાણા વિશે જણાવો
દરેક સમયે સચોટ અને સંપૂર્ણ માહિતી અપડેટ કરો
જ્યારે પણ જરૂરી હોય ત્યારે તે ઠેકાણે પરીક્ષણ માટે પોતાને ઉપલબ્ધ કરાવો.

સ્પીક અપ

સ્વચ્છ રમતનું રક્ષણ કરવાની દરેક વ્યક્તિની ફરજ છે. સ્વચ્છ રમતમાં ભાગ લેવા માટે રમત સાથે સંકળાયેલા લોકોને ડોપિંગની શંકા હોય ત્યારે બોલવાની જરૂર છે. જો એથલેટ્સ અથવા કોચને સ્વચ્છ રમતની વિરુદ્ધ જતી કોઈ પ્રવૃત્તિની શંકા હોય, સાક્ષી હોય અથવા ખબર હોય, તો તેની જાણ કરવાની તેમની જવાબદારી છે. સ્વચ્છ રમતનું રક્ષણ કરવા માટે માહિતીની જાણ કરવાની અને શેર કરવાની વિવિધ રીતો છે.

સ્પીક અપ - WADA નું રિપોર્ટિંગ પ્લેટફોર્મ

WADA નું સ્પીક અપ પ્લેટફોર્મ કોઈ વ્યક્તિ અથવા સંસ્થા વિશેની કોઈપણ માહિતીની જાણ કરવાની મંજૂરી આપે છે જે ખૂબ જ ગુપ્ત રીતે કરવામાં આવે છે. તમે શંકાસ્પદ ડોપિંગ - કોઈપણ ADRV અથવા કોઈપણ કૃત્ય અથવા ભૂલ જે સ્વચ્છ રમત વિરુદ્ધ જઈ શકે છે તેની જાણ https://speakup.wada-ama.org/frontpage દ્વારા કરી શકો છો.

NADA ઇન્ડિયાનું સ્પીક અપ પ્લેટફોર્મ

સ્પીક અપ પ્લેટફોર્મ એ NADA ઇન્ડિયા દ્વારા એક આવશ્યક પહેલ છે જે એથલેટ્સ, સહાયક કર્મચારીઓ અને વ્યાપક રમતગમત સમુદાયને કોઈપણ શંકાસ્પદ ADRV ની ગુપ્ત રીતે જાણ કરવા માટે સશક્ત બનાવવા માટે રચાયેલ છે. આ પ્લેટફોર્મ વૈશ્વિક શ્રેષ્ઠ પ્રથાઓ સાથે સુસંગત છે અને રમતની અખંડિતતા જાળવવા માટે ભારતની પ્રતિબદ્ધતાને મજબૂત બનાવે છે.

આ પ્લેટફોર્મ પૂરી પાડવામાં આવેલી માહિતીની ગુપ્તતા અને સુરક્ષા સુનિશ્ચિત કરે છે, જેનાથી વ્હિસલબ્લોઅર બદલાના ડર વિના સદ્ભાવનાથી રિપોર્ટ કરી શકે છે. વ્હિસલબ્લોઅરના આરામના આધારે રિપોર્ટ્સ અનામી રીતે અથવા સંપર્ક વિગતો સાથે સબમિટ કરી શકાય છે. જો તમને ડોપિંગ સંબંધિત કોઈ ગેરવર્તણૂક દેખાય, તો તરત જ speakup-nada@gov.in પર તેની જાણ કરો.

આ પહેલ ભારતમાં પારદર્શક, નૈતિક અને સ્વચ્છ રમતગમત વાતાવરણને પ્રોત્સાહન આપીને પ્લે ટ્રુના વ્યાપક મિશનને સમર્થન આપે છે.

સોશિયલ મીડિયા પ્લેટફોર્મ માટેની લિંક્સ:





ટ્વિટર (X)
https://x.com/NADAIndiaOffice

ઈન્સ્ટાગ્રામ
https://www.instagram.com/nadaindiaoffice/?hl=en

થ્રેડસ
https://www.threads.net/@nadaindiaoffice?xmt=AQGzvg7tK27f7focxy6LJ3bAbWdCEidXEy_-igxJrfoKCms

લિંક્ડઈન
https://www.linkedin.com/company/national-anti-doping-agency-india/

ફેસબુક
https://www.facebook.com/NADAIndiaOfficial

લિંક ટ્રી એક્સેસ કરવા માટે QR કોડ અને લિંક:

https://linktr.ee/NadaIndialinks

કોઈપણ પ્રતિબંધિત દવાથી તમારી રમતગમતની કારકિર્દી બગાડવા ન દો.

રમતવીરો NADA ઈન્ડિયાના ઉપયોગ દ્વારા દવા અથવા તેના ઘટકોની પ્રતિબંધિત સ્થિતિ સરળતાથી શોધીને અજાણતા ડોપિંગ સામે પોતાને સુરક્ષિત રાખી શકે છે.

તમારી દવાની App જાણો

ડાઉનલોડ કરવા માટે અહિ સ્કેન કરો



નોંધ:વિસંગતતાના કિસ્સામાં,આ પુસ્તકનું અંગ્રેજી સંસ્કરણ અંતિમ ગણાશે.

सत्यमेव जयते
Government of India

निष्पक्ष खेल
Play fair

નેશનલ એન્ટી ડોપીંગ એજન્સી ઇન્ડીયા

રેમ્પ નં. 02, હોલ નં. 103-104, પહેલો માળ, જવાહરલાલા નહેરુ સ્ટેડિયમ સંકુલ,
લોધી રોડ, નવી ડેલી-110003
ફોન: +91-11-24368274 |
ઇમેઇલ: info.nada@nic.in, edu-nadaindia@gov.in

#SAYNO TODOPING | આજે અને દરરોજ