

सत्यमेव जयते
Government of India

NATIONAL ANTI DOPING AGENCY INDIA

निष्पक्ष खेल
Play fair

नाडा

इंडिया

फेयर प्ले गाइड

स्वच्छ खेलो,
निष्पक्ष खेलो

लिंक्ट्री
के लिए क्यूआर कोड

सुजाता चतुर्वेदी, भा.प्र.से
सचिव
Sujata Chaturvedi, IAS
Secretary

सत्यमेव जयते

आज़ादी का अमृत महोत्सव

भारत सरकार
खेल विभाग
युवा कार्यक्रम और खेल मंत्रालय
Government of India
Department of Sports
Ministry of Youth Affairs & Sports



प्राक्कथन

खेल एक शक्तिशाली शक्ति है जो लोगों को साथ लाती है, सीमाओं को पार करती है, और व्यक्तियों को उत्कृष्टता के लिए प्रयास करने के लिए प्रेरित करती है। इसके मूल में, खेल निष्पक्षता, सत्यनिष्ठा और सम्मान के मूल्यों पर आधारित है। इन मूल्यों का संरक्षण करने और बढ़ावा देने के लिए, यह आवश्यक है कि हम सभी स्तरों पर समावेशी और सतत खेल विकास के प्रति अपनी प्रतिबद्धता दृढ़ता के बनाए रखें।

जबकि भारत एक वैश्विक खेल राष्ट्र के रूप में उभर रहा है, स्वच्छ खेल के प्रति हमारी प्रतिबद्धता न केवल एक नियामक आवश्यकता, है बल्कि एक नैतिक अनिवार्यता भी बन गई है। मादक पदार्थों का सेवन (डोपिंग), अपने सभी रूपों में, खेल के मौलिक और ईमानदार प्रतिस्पर्धा की भावना का ह्रास करती है।

इस संदर्भ में, शिक्षा हमारा सबसे शक्तिशाली साधन है। डोपिंग को रोकना केवल प्रवर्तन के बारे में नहीं है, बल्कि खेल और पारिस्थितिकी तंत्र के सभी सदस्यों के बीच जागरूकता, जिम्मेदारी और नैतिक निर्णय लेने की एक मजबूत नींव बनाने के बारे में भी है। नाडा इंडिया द्वारा विकसित फेयर प्ले गाइड एक सराहनीय पहल है जो इस दृष्टिकोण को दर्शाती है।

यह गाइड खेल कोचों और सहायक स्टाफ को डोप रोधी उपायों के महत्व, उल्लंघनों के परिणामों और खेल की ईमानदारी की रक्षा में प्रत्येक हितधारक की महत्वपूर्ण भूमिका को समझने में मदद करने के लिए एक व्यापक संसाधन के रूप में कार्य करती है। यह एक ऐसी संस्कृति को प्रोत्साहित करती है जहां स्वच्छ प्रतिस्पर्धा का उत्सव मनाया जाता है और जहां सफलता किसी लघुमार्ग (शॉर्टकट) का नहीं अपितु प्रतिभा, कड़ी मेहनत और दृढ़ता का परिणाम होती है।

मैं स्वच्छ खेलों को बढ़ावा देने के लिए नाडा इंडिया की अटूट प्रतिबद्धता की सराहना करती हूं। मुझे यकीन है कि यह गाइड उन सभी लोगों के लिए एक मूल्यवान संसाधन होगा जो खेल में निष्पक्षता, ईमानदारी और उत्कृष्टता के सिद्धांतों को बनाए रखने के लिए समर्पित हैं।

11/4/23

(Sujata Chaturvedi)

कमरा सं. 3, 'सी' विंग, शास्त्री भवन, नई दिल्ली–110001 दूरभाष : 011-23388623
Room No. 3, 'C' Wing, Shastri Bhawan, New Delhi-110001 Tel.: 23388623
फैक्स / Fax: 011-23388758, ई-मेल / E-mail : secy-sports@nic.in



महानिदेशक संदेश

मुझे नाडा इंडिया की फेयर प्ले गाइड प्रस्तुत करते हुए अत्यंत हर्ष हो रहा है, जो भारत की खेल समुदाय के बीच स्वच्छ खेल, नैतिक आचरण और सुचित निर्णय लेने की संस्कृति को बढ़ावा देने के लिए तैयार किया गया एक व्यापक और सुलभ संसाधन है।

नाडा इंडिया में, हमारा मिशन प्रवर्तन से आगे बढ़कर है क्योंकि हम खेलों कोचों और सहायक कर्मियों के बीच जागरूकता, शिक्षा और नैतिक मूल्यों को बढ़ावा देकर स्वच्छ खेल संस्कृति का निर्माण करने का प्रयास करते हैं। इस प्रकाशन के माध्यम से, हम हितधारकों को अनुपालन करने, अनजाने में होने बाले भरे उल्लंघनों से बचने और निष्पक्ष खेल व्यवहार का राजदूत बनने के लिए आवश्यक ज्ञान से लैस करना चाहते हैं।

धारणा को दर्शाता है कि सच्ची खेल उत्कृष्टता केवल प्रतिभा और कड़ी मेहनत के माध्यम से ही नहीं, बल्कि ईमानदारी और नियमों के प्रति सम्मान के माध्यम से भी प्राप्त की जाती है।

मैं खेल समुदाय के सभी हितधारकों को इस गाइड को एक मूल्यवान संदर्भ के रूप में उपयोग करने और खेलों की सत्यता को बनाए रखने के सामूहिक मिशन में सक्रिय रूप से योगदान देने के लिए प्रोत्साहित करता हूं।

अनंत कुमार
महानिदेशक
राष्ट्रीय डोप रोधी एजेंसी, भारत

विषय–सूची

डोप–रोधी का परिचय	1
स्वच्छ खेलों से जुड़े सिद्धांत और मूल्य	2-3
खिलाडियों और खिलाड़ी सहायक कर्मियों के अधिकार और जिम्मेदारियां	4-6
गहन दायित्व का सिद्धांत	7
डोपिंग के परिणाम	8-9
डोप–रोधी नियम उल्लंघन	10-11
खेलों में निषिद्ध पदार्थों और विधियों को समझना	12-13
पूरक (सप्लीमेंट) उपयोग से जुड़े जोखिम	14-16
दवाओं का उपयोग और चिकित्सीय उपयोग छूट	17-18
डोप नियंत्रण प्रक्रिया	19-21
एथलीट का पता–ठिकाना	22
स्पीक अप	23-25

डोप–रोधी
का परिचय



डोप–रोधी के दायरे में नियमों, पद्धतियों और पहलों का एक ढांचा शामिल है, जो खिलाडियों को खेलों में अनुचित लाभ प्राप्त करने के संबंध में प्रतिबंधित पदार्थों या तरीकों का उपयोग करने से रोकने के लिए तैयार किया गया है। बुनियादी तौर पर डोप–रोधी का उद्देश्य निष्पक्ष खिलाड़ियों, के स्वास्थ्य और नैतिक आचरण को बढ़ावा देते हुए प्रतियोगिता की ईमानदारी की रक्षा करना है।

वैश्विक स्तर पर, विश्व डोप–रोधी एजेंसी (वाडा) विश्व डोप रोधी संहिता – विश्व भर की खेल संस्थाओं और देशों द्वारा पालन किए जाने वाले मानकों का एक एकीकृत सेट – के माध्यम से इन प्रयासों की अगुवाई करती है। भारत में, राष्ट्रीय डोप रोधी एजेंसी (नाडा) इन नियमों को लागू करने के लिए प्रमुख प्राधिकरण के रूप में कार्य करती है। भारत सरकार के युवा कार्यक्रम और खेल मंत्रालय के तहत संचालित, नाडा स्वच्छ खेलों की संस्कृति को बढ़ावा देने के लिए समर्पित स्वायत्त निकाय के रूप में कार्य करता है।

नाडा की मुख्य जिम्मेदारियों में नमूना लेना, परिणाम प्रबंधन और निर्णय, डोप–रोधी शिक्षा और जागरूकता, चिकित्सीय उपयोग छूट, सामाजिक विज्ञान अनुसंधान, अंतर्राष्ट्रीय सहयोग और आसूचना एवं अन्वेषण शामिल हैं। नैतिकता और ईमानदारी के प्रति दृढ़ प्रतिबद्धता के साथ, नाडा डोप से मुक्त खेल वातावरण बनाने का प्रयास करती है, जहां प्रतिस्पर्धा का निर्धारण प्रतिभा, प्रशिक्षण और सच्ची भावना से किया जाता है।

स्वच्छ खेलों से जुड़े सिद्धांत और मूल्य

खेल भावना मानव आत्मा, शरीर और मन का उत्सव है, और निम्नलिखित मूल्य इसकी विशेषताएं है :

1. नैतिकता, निष्पक्ष खेल और ईमानदारी
2. स्वास्थ्य
3. उत्सव और आनंद
4. प्रदर्शन में उत्कृष्टता
5. चरित्र और शिक्षा
6. टीमवर्क
7. समर्पण और प्रतिबद्धता
8. नियमों और कानूनों का सम्मान
9. स्वयं और अन्य प्रतिभागियों का सम्मान
10. साहस
11. समुदाय और एकजुटता

ये मूल्य स्वच्छ खेलों के अनिवार्य मूल आधार हैं। एथलीट द्वारा अपने साथ काम करने वाले किसी भी एथलीट और अपने खेल के दायरे में किसी भी अन्य एथलीट सहायक कर्मी (एएसपी) के बीच इन मूल्यों को बढ़ावा दिया जाना चाहिए।

तीन प्रमुख खेल मूल्य होते हैं :

1

सम्मान

सम्मान का अर्थ स्वयं और दूसरों के लिए सम्मान रखना होता है। इसका उद्देश्य स्वयं और दूसरों की परवाह और भावनाओं, नैतिक दुविधाओं और नियमों के बारे में विचार को प्रोत्साहित करके सम्मानजनक व्यवहार, संवाद कौशल और दृष्टिकोण को बढ़ावा देना है।

2

समानता

समानता का तात्पर्य सभी के लिए उपलब्धि के अवसर से है। यह मूल्य उन अवसरों को बढ़ावा देने पर केंद्रित है जहां सभी अपनी पूरी क्षमता प्राप्त कर सकते हैं और समान रूप से खेल मैदान के महत्व को समझ सकते हैं।

3

समावेशन

समावेशन सभी के लिए भागीदारी के बारे में है। इसका उद्देश्य विविधता के उत्सव और मूल्यांकन द्वारा समावेशन और सुलभता को बढ़ावा देने के समाधानों को समझकर सभी की भागीदारी को प्रोत्साहित करना है।

आकर्षक गतिविधियों के माध्यम से बच्चों (8–12 वर्ष के छात्रों) में सम्मान, समानता और समावेशन के मूल्यों को स्थापित करने में शिक्षकों की मदद करने के लिए हर कक्षा में खेल मूल्य टूलकिट तैयार की गई है। एसवीआईईसी टूलकिट वाडा एडीईएल प्लेटफार्म पर उपलब्ध है और कोई भी व्यक्ति इस पर पंजीकरण करवा कर इसका उपयोग कर सकता है।

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

वाडा एंटी डोपिंग ई लर्निंग (एडीईएल) पोर्टल के लिए लिंक

www.adel.wada-ama.org

एथलीट्स के निम्नलिखित अधिकार हैं : एथलीट्स को संहिता और अंतर्राष्ट्रीय मानकों के माध्यम से निम्नलिखित अधिकार प्राप्त हैं :

एथलीट्स को संहिता और अंतर्राष्ट्रीय मानकों के माध्यम से निम्नलिखित अधिकार प्राप्त हैं

एथलीट्स को संहिता और अंतर्राष्ट्रीय मानकों के माध्यम से निम्नलिखित अधिकार प्राप्त हैं :



- अवसर की समानता
- न्यायसंगत और निष्पक्ष परीक्षण कार्यक्रम
- चिकित्सा उपचार और स्वास्थ्य संरक्षण अधिकार
- न्याय का अधिकार
- जवाबदेही का अधिकार
- सचेतक (व्हिसल ब्लोअर) अधिकार
- शिक्षा का अधिकार
- डेटा सुरक्षा का अधिकार
- क्षतिपूर्ति का अधिकार
- संरक्षित व्यक्तियों के अधिकार
- नमूना संग्रह सत्र के दौरान अधिकार
- नमूना विश्लेषण का अधिकार
- अन्य अधिकार और स्वतंत्रताएं प्रभावित नहीं होती हैं
- आवेदन और स्थिति

एथलीटस के नमूना संग्रह के दौरान अधिकार

- डोप नियंत्रण अधिकारी (डीसीओ) की पहचान देखें
- नमूना संग्रह प्रक्रिया, जिस प्राधिकरण के तहत यह किया जाएगा और नमूना संग्रह के प्रकार के बारे में अतिरिक्त जानकारी का अनुरोध करें
- हाइड्रेट करें
- प्रतिनिधि और, यदि उपलब्ध हो, तो एक दुभाषिया साथ रखें
- वैध कारणों से डोप नियंत्रण स्टेशन पर रिपोर्ट करने में देरी हेतु अनुरोध करें
- दिव्यांग एथलीटस के लिए संशोधन का अनुरोध करें (यदि लागू हो)
- उनके अधिकारों और जिम्मेदारियों के बारे में जानकार बनें
- प्रक्रिया के रिकॉर्ड की एक प्रति प्राप्त करें
- उनकी आयु या कानूनी क्षमता की कमी के कारण "संरक्षित व्यक्तियों" के लिए आगे की सुरक्षा व्यवस्था करें

एथलीटस की निम्नलिखित जिम्मेदारियां हैं :

- विश्व डोप रोधी संहिता के अनुरूप राष्ट्रीय डोप रोधी नियमों का अनुपालन करना।
- प्रतिस्पर्धा के दौरान या प्रतिस्पर्धा के बाद नमूना संग्रह के लिए उपलब्ध रहना।
- अधिसूचना से लेकर नमूना संग्रह प्रक्रिया पूरी होने तक हर समय डोप नियंत्रण अधिकारी (डीसीओ) या संरक्षक की प्रत्यक्ष निगरानी में रहना।
- नमूना संग्रह प्रक्रिया के दौरान अनुरोध पर पहचान प्रदान करना।
- यह सुनिश्चित करना कि कोई प्रतिबंधित पदार्थ उनके शरीर में प्रवेश न करे और उन पर कोई प्रतिबंधित विधि का उपयोग न किया जाए।
- यह सुनिश्चित करना कि कोई भी उपचार निषिद्ध सूची के अनुसार निषिद्ध नहीं है और यदि आवश्यक हो तो निर्धारित करने वाले चिकित्सकों से या सीधे एडीओ से इसकी जांच करना।
- यदि कोई वैकल्पिक अनुमत उपचार संभव नहीं है और चिकित्सीय उपयोग छूट (टीयूई) की आवश्यकता है तो नाडा में आवेदन करना।
- डोप नियंत्रण के लिए चुने जाने की सूचना मिलने के बाद तुरंत नमूना संग्रह के लिए रिपोर्ट करना
- डोप नियंत्रण फॉर्म (डीसीएफ) पर दर्ज की गई जानकारी की सटीकता सुनिश्चित करना

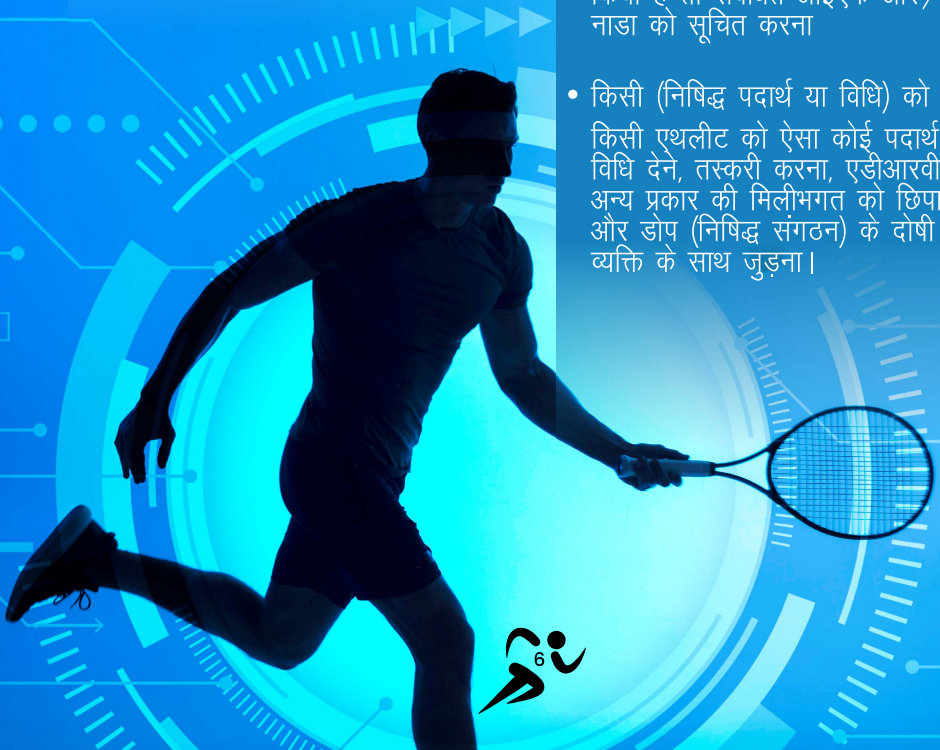
एथलीट सहायक कर्मियों के अधिकार और जिम्मेदारियां

संहिता के तहत एथलीट सहायक कर्मियों और अन्य व्यक्ति के अधिकारों में निम्नलिखित शामिल हैं :

- स्वतंत्र सुनवाई पैनल के समक्ष निष्पक्ष सुनवाई का अधिकार
- सुनवाई के निर्णय के विरुद्ध अपील करने का अधिकार
- आईएसपीपीपीआई और किसी भी स्थानीय लागू कानून के अनुसार डेटा सुरक्षा के संबंध में अधिकार

संहिता के तहत एथलीट सहायक कर्मियों और अन्य व्यक्ति की जिम्मेदारियों में निम्नलिखित शामिल हैं :

- एथलीट मूल्यों और व्यवहारों पर अपने प्रभाव का उपयोग करके स्वच्छ खेल व्यवहार को बढ़ावा देना
- सभी लागू डोप रोधी नीतियों एवं नियमों को जानना और उनका पालन करना
- एथलीट डोप नियंत्रण कार्यक्रम के साथ सहयोग करना
- एडीआरवी की जांच करने वाले नाडा के साथ सहयोग करना
- यदि पिछले 10 वर्षों में उन्होंने एडीआरवी किया है तो संबंधित आईएफ और/या नाडा को सूचित करना
- किसी (निषिद्ध पदार्थ या विधि) को रखने, किसी एथलीट को ऐसा कोई पदार्थ या विधि देने, तस्करी करना, एडीआरवी या अन्य प्रकार की मिलीभगत को छिपाना और डोप (निषिद्ध संगठन) के दोषी व्यक्ति के साथ जुड़ना।



सख्त दायित्व का सिद्धांत

एथलीट किसी प्रतियोगिता के दौरान अपने प्रदर्शन के लिए जिम्मेदार होते हैं। उसी तरह, एथलीट अपने शरीर में पाए जाने वाले किसी भी पदार्थ के लिए जिम्मेदार होते हैं। एथलीट ऐसे किसी भी प्रतिबंधित पदार्थ के लिए जिम्मेदार होते हैं, जिसका वे उपयोग करते हैं या उपयोग करने का प्रयास करते हैं, या जो उनके शरीर में पाया जाता है, भले ही वह पदार्थ उनके शरीर में कैसे भी पहुंचा हो या उनका धोखा देने का इरादा हो। इसलिए, एथलिट्स को यह जानना चाहिए कि खेलों में कौन से पदार्थ और विधियां निषिद्ध हैं और स्वयं को कैसे सुरक्षित रखना है।



डोप के परिणाम

एडीआरवी करने वाला हर व्यक्ति जानता है कि उसे खेलों से प्रतिबंध का सामना करना पड़ सकता है। लेकिन इसके अन्य परिणाम भी हैं।

1. अस्थायी निलंबन : एथलीट या अन्य व्यक्ति को परिणाम प्रबंधन प्रक्रिया पूरी होने या अंतिम निर्णय दिए जाने तक प्रतीक्षा करते समय किसी भी प्रतियोगिता या गतिविधि में भाग लेने से अस्थायी रूप से प्रतिबंधित कर दिया जाता है।

2. अयोग्यता : एथलीट या अन्य व्यक्ति को एडीआरवी के कारण प्रशिक्षण, कोचिंग या यहां तक कि फंडिंग तक पहुंच जैसी किसी भी अन्य गतिविधि में प्रतिस्पर्धा या भाग लेने की अनुमति नहीं है। एडीआरवी की परिस्थितियों के आधार पर अयोग्यता की यह अवधि 4 साल या यहां तक कि आजीवन की भी हो सकती है।

3. परिणामों हेतु अयोग्यता : किसी विशेष अवधि, प्रतियोगिता या कार्यक्रम के दौरान एथलीट के परिणाम अमान्य हो जाते हैं, साथ ही कोई भी पदक, अंक और पुरस्कार जब्त हो जाता है।

4. सार्वजनिक प्रकटीकरण : डोप रोधी संगठन (एडीओ) एडीआरवी के बारे में आम जनता को सूचित करता है।

5. जुर्माना

6. शारीरिक स्वास्थ्य परिणाम : किसी विशेष स्थिति या बीमारी के इलाज के लिए दवाएं और चिकित्सा हस्तक्षेप विकसित किए गए हैं। पदार्थ, खुराक और खपत आवृत्ति के आधार पर, डोप उत्पादों का स्वास्थ्य पर विशेष रूप से नकारात्मक दुष्प्रभाव हो सकता है।

7. मनोवैज्ञानिक स्वास्थ्य परिणाम : कुछ डोप पदार्थ एथलीट के मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभाव डाल सकते हैं। चिंता, मनोद्वेग जनित विकार या मनोविकृति डोप के प्रत्यक्ष परिणाम हैं।

8. सामाजिक परिणामः

ए) प्रतिष्ठा और छवि को नुकसान, जो मीडिया के ध्यान से स्थायी हो सकता है, और भविष्य में स्वच्छ प्रदर्शन को संदेह के साथ देखा जा सकता है।

बी) भविष्य के करियर की संभावनाओं को नुकसान।

सी) साथियों और खेल से अलगाव।

डी) दोस्तों और परिवार के साथ खराब रिश्ते।

ई) भावनात्मक और मनोवैज्ञानिक कल्याण पर प्रभाव।

एफ) प्रतिष्ठा, प्रसिद्धि, सम्मान और विश्वसनीयता का नुकसान।

9. वित्तीय परिणामः

ए) जुर्माना जैसाकि डोप रोधी संगठन (एडीओ) ने अपने डोप रोधी नियमों में निर्धारित किया गया है, जिसमें एडीआरवी से जुड़ी लागतें शामिल हैं।

बी) आय/वित्तीय सहायता की हानि, जैसे कि सरकारी फंडिंग, अन्य रूप में वित्तीय सहायता और प्रतियोगिताओं में भाग न लेने से होने वाली हानि।

सी) प्रायोजक के हटने के कारण वित्तीय सहायता की हानि।

डी) यदि अनुबंध किया है, तो प्रायोजक को प्रतिपूर्ति करने की आवश्यकता।

ई) पुरस्कार राशि की प्रतिपूर्ति।

एफ) करियर की भावी संभावनाओं पर प्रतिष्ठा क्षति का प्रभाव।

10. कानूनी परिणामः

ए) कुछ देशों ने विश्व डोप रोधी कोड से आगे बढ़कर प्रतिबंधित पदार्थ का उपयोग करना एक आपराधिक अपराध बना दिया है (जैस कि ऑस्ट्रिया, इटली, फ्रांस)।

बी) कुछ देशों में, प्रतिबंधित पदार्थ या निषिद्ध सूची में शामिल कुछ पदार्थों की तस्करी, कब्जे या प्रशासन से संबंधित एडीआरवी को आपराधिक अपराध माना जाता है।

डोप रोधी
नियम उल्लंघन

डोप केवल एक सकारात्मक परीक्षण नहीं है। इसे निम्नलिखित डोप रोधी नियम उल्लंघन (एडीआरवी) में से एक या अधिक की घटना के रूप में परिभाषित किया गया है। नाडा इंडिया डोप रोधी नियम 2021 के अनुसार एडीआरवी 11 प्रकार के होते हैं।

एनएडीआर–अनुच्छेद संख्या	उल्लंघन के प्रकार	लागू
2.1	एथलीट के नमूने में प्रतिबंधित पदार्थ की उपस्थिति	केवल एथलीट
2.2	एथलीट द्वारा प्रतिबंधित पदार्थ का उपयोग या उपयोग का प्रयास	केवल एथलीट
2.3	नमूना संग्रह के लिए टालमटोल करना, मना करना या प्रस्तुत करने में विफल होना	केवल एथलीट
2.4	पता–ठिकाना की विफलताओं को पंजीकृत परीक्षण पूल में एथलीट द्वारा 12 महीने की अवधि के भीतर तीन छूट हुए परीक्षणों और/या दाखिल विफलताओं के संयोजन के रूप में माना जाता है	केवल एथलीट
2.5	डोप नियंत्रण के किसी भी हिस्से के साथ छेड़छाड़ या छेड़छाड़ का प्रयास	एथलीट, एथलीट सहायक कर्मी और अन्य व्यक्ति
2.6	निषिद्ध पदार्थ या निषिद्ध विधि का कब्जा	एथलीट और एथलीट सहायक कर्मी
2.7	किसी निषिद्ध पदार्थ या निषिद्ध विधि की तस्करी या तस्करी का प्रयास	एथलीट, एथलीट सहायक कर्मी और अन्य व्यक्ति



2.8	किसी एथलीट को कोई निषिद्ध पदार्थ या निषिद्ध विधि देना या देने का प्रयास	एथलीट और एथलीट सहायक कर्मी
2.9	एडीआरवी या किसी एडीआरवी के प्रयास में मदद करना, प्रोत्साहित करना, सहायता करना, उकसाना, षडयंत्र करना, छिपाना या किसी अन्य प्रकार की जानबूझकर मिलीभगत या मिलीभगत का प्रयास करना	एथलीट, एथलीट सहायक कर्मी और अन्य व्यक्ति
2.10	किसी ऐसे व्यक्ति जैसे कोच, डॉक्टर, फिजियो या प्रशिक्षक के साथ पेशेवर या खेल–संबंधी क्षमता में जुड़ना जो प्रतिबंध की सजा काट रहा हो या जिसे डोपिंग उल्लंघन के बराबर किसी आपराधिक या अनुशासनात्मक अपराध का दोषी पाया गया हो	एथलीट, एथलीट सहायक कर्मी और अन्य व्यक्ति
2.11	ऐसे कार्य जो किसी अन्य व्यक्ति को डोपिंग के बारे में जानकारी साझा करने से हतोत्साहित करने के लिए धमकाते हैं या डराने की कोशिश करते हैं (जिसे सचेत करना (व्हिसलब्लोइंग) भी कहा जाता है), या ऐसा करने के लिए दूसरे व्यक्ति के विरूद्ध प्रतिशोध लेते हैं	एथलीट, एथलीट सहायक कर्मी और अन्य व्यक्ति



खेलों में निषिद्ध पदार्थों और विधियों को समझना

निषिद्ध पदार्थ और विधियां निषिद्ध सूची (सूची) में शामिल की गई हैं। विश्व डोप रोधी एजेंसी (वाडा) प्रतिवर्ष प्रतिबंधित सूची प्रकाशित करती है, जिसमें उन पदार्थों और विधियां चिह्नित की जाती है जो खेलों में प्रतिबंधित हैं। प्रत्येक वर्ष अक्टूबर में, वाडा अगले वर्ष के लिए अद्यतन प्रतिबंधित सूची प्रकाशित करता है। यह सूची आगामी वर्ष की 1 जनवरी को लागू होती है।

यह सूची हर समय लागू होती है। सूची में वे पदार्थ और विधियां शामिल हैं जो :

- हर समय प्रतिबंधित (प्रतिस्पर्धा के दौरान और प्रतिस्पर्धा के बाहर)
- केवल प्रतियोगिता में प्रतिबंधित
- विशिष्ट खेलों (तीरंदाजी, गोल्फ़ और शूटिंग) में प्रतिबंधित
- सशर्त – एथलीट्स को एक विशिष्ट खुराक तक या एक विशिष्ट खुराक सीमा के भीतर लेने की अनुमति है, लेकिन उस खुराक या सीमा के आगे यह निषिद्ध है (उदाहरण के लिए, अस्थमा इनहेलर में पाए जाने वाले कुछ तत्व)। अन्य सशर्त पदार्थ वे हैं जो केवल उनके लेने के तरीके (प्रशासन के मार्ग) द्वारा प्रतिबंधित हैं, उदाहरण के लिए, क्रीम के रूप में लगाया जाता है, या निगला जाता है, या सांस द्वारा लिया जाता है।

आधिकारिक सूची वाडा की वेबसाइटः www.wada-ama.org और नाडा की वेबसाइट : https://nadaindia.yas.gov.in/ पर प्रकाशित की गई है।

यहां कुछ महत्वपूर्ण बातें हैं जो आपको याद रखनी चाहिए :

एथलीट की दवा में प्रतिबंधित पदार्थ हो सकता है। किसी भी दवा का उपयोग करने से पहले हमेशा चिकित्सकीय सलाह लें और जांच लें कि उसमें वाडा द्वारा प्रतिबंधित पदार्थ तो नहीं है।

• भारत में प्रतिस्पर्धा करने वाले एथलीट्स के लिए, नाडा द्वारा "नो योर मेडिसिन" (केवाईएम) ऐप दवाओं की स्थिति की जांच करने के लिए एक उपयोगी उपकरण है : https://kym.nadaindia.yas.gov.in यह गूगल प्ले स्टोर पर भी उपलब्ध है।

• भारत के बाहर प्रमुख खेलों में भाग लेने वाले एथलीट्स के लिए, वाडा द्वारा अनुमोदित अंतर्राष्ट्रीय उपकरणों का उपयोग करें जैसे :
ग्लोबल डीआरओ (ड्रग रेफरेंस ऑनलाइन) : www.globaldro.com
• स्थानीय दवा मार्गदर्शन के लिए मेजबान देश की डोप–रोधी एजेंसी या इवेंट आयोजकों से परामर्श करें।

• हमेशा यदि आवश्यक हो तो संबंधित प्राधिकरण द्वारा अग्रिम रूप से स्वीकृत चिकित्सीय उपयोग छूट (TUE) साथ रखें।

• इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि कोई पदार्थ कब लिया जाता है। यदि कोई पदार्थ जो केवल प्रतियोगिता में प्रतिबंधित है, उसे प्रतियोगिता से बाहर ले जाया जाता है, तो भी इसका परिणाम सकारात्मक हो सकता है यदि यह अभी भी एथलीट के प्रणाली में है और उन्हें प्रतियोगिता में डोप परीक्षण के लिए चुना जाता है।

• किसी स्वदेश से मेजबान देश में लाई गई किसी भी दवा के लिए प्रासंगिक सीमा शुल्क सलाह की समीक्षा करें। यह जानकारी आमतौर पर सीमा शुल्क और माल ढुलाई गाइड में भी दी जाती है जिसे खेल आयोजन समिति द्वारा वितरित किया जाता है। यदि आप अनिश्चित हैं, तो अपने भारतीय ओलंपिक संघ (IOA) से पूछें।

• मत भूलिए, आपको अपनी टीम के डॉक्टर को अपनी कोई भी दवा बतानी चाहिए ताकि वे आपको सलाह दे सकें।

पूरक के उपयोग से जुड़े जोखिम

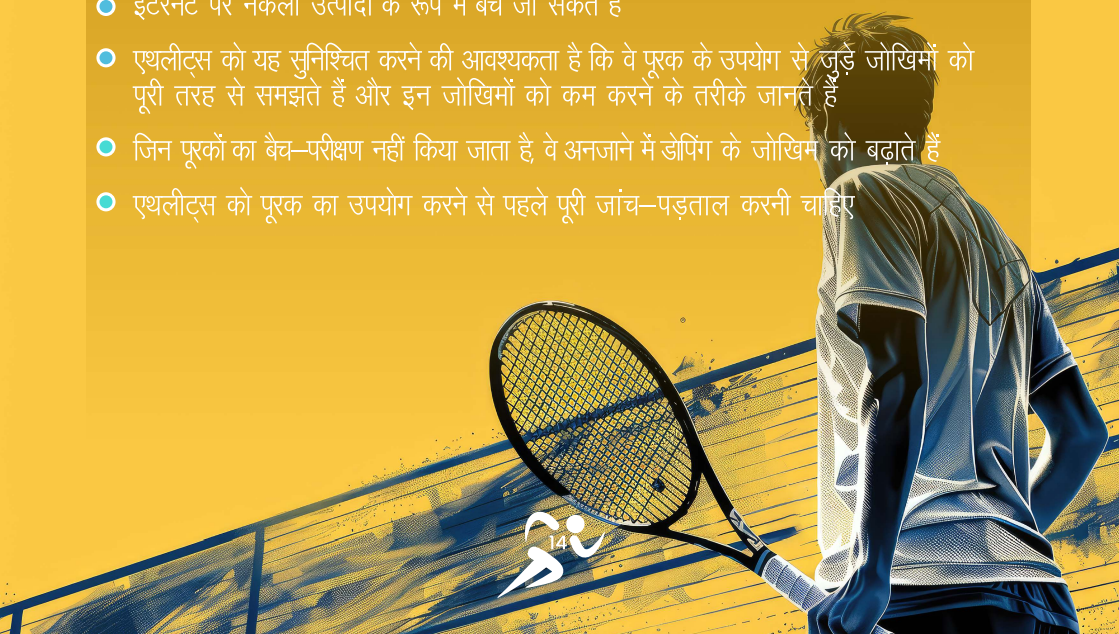
पोषण संबंधी पूरक आहार को पूरक बनाने के लिए बनाए गए उत्पाद हैं, जिनमें विटामिन, खनिज, अमीनो एसिड, जड़ी–बूटियां या अन्य वनस्पति जैसे एक या अधिक आहार सामग्री शामिल होती हैं। वे कैप्सूल, टैबलेट, पाउडर, तरल पदार्थ या सॉफ्ट जेल जैसे विभिन्न रूपों में आते हैं, और अतिरिक्त पोषक तत्व प्रदान करने के लिए होते हैं।

पूरक के उपयोग से जोखिम जुड़े होते हैं।

आहार संबंधी पूरक जोखिम भरे होते हैं क्योंकि उनमें प्रतिबंधित पदार्थ हो सकते हैं जो एथलीटों के अनजाने में एडीआरवी करने का कारण बन सकते हैं और उन्हें उनके संबंधित खेलों से प्रतिबंधित कर सकते हैं।

पूरक में ये हो सकते हैं :

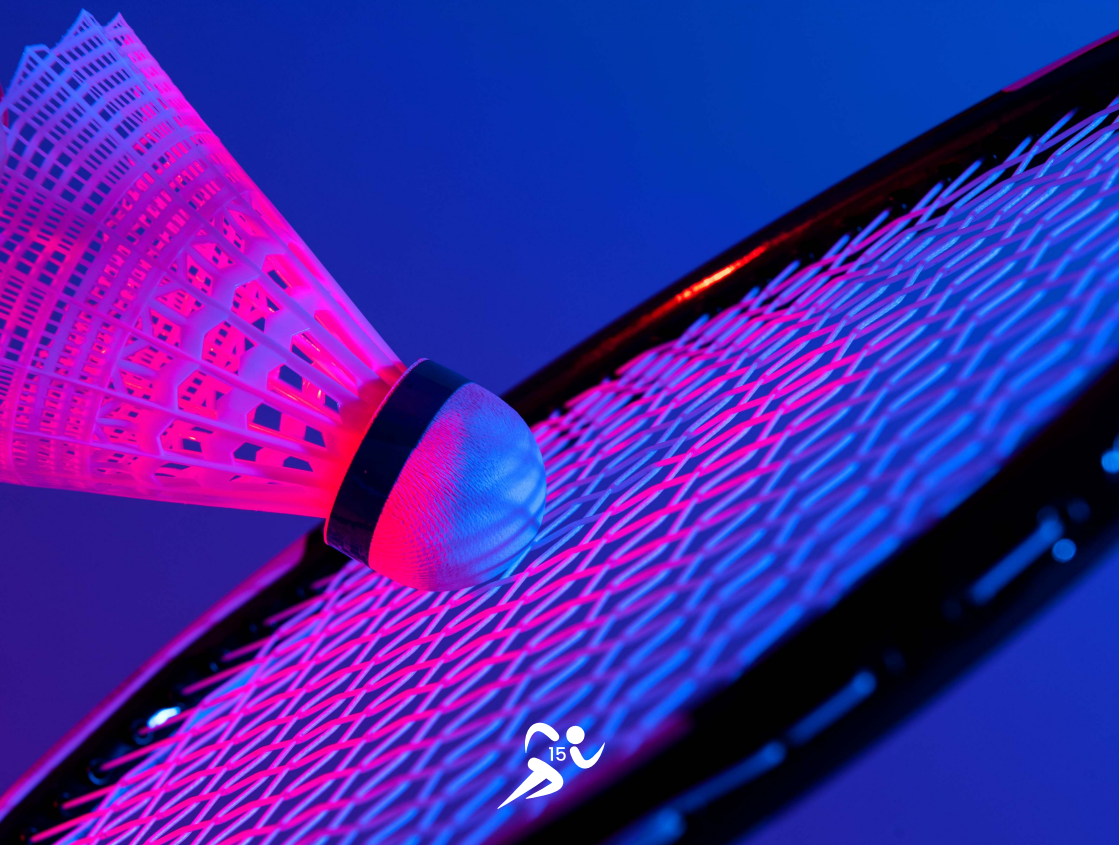
- प्रतिबंधित पदार्थ हो सकते हैं
- निर्माण प्रक्रिया के दौरान प्रतिबंधित पदार्थ से दूषित हो सकते हैं
- सूची में जिस तरह से वे दिखाई देते हैं, उससे अलग नाम वाले तत्व हो सकते हैं
- वाडा द्वारा "अनुमोदित" या एथलीट्स के लिए सुरक्षित" जैसे झूठे दावे कर सकते हैं
- उनके लेबल से कुछ तत्वों को बाहर कर सकते हैं
- इंटरनेट पर नकली उत्पादों के रूप में बेचे जा सकते हैं
- एथलीट्स को यह सुनिश्चित करने की आवश्यकता है कि वे पूरक के उपयोग से जुड़े जोखिमों को पूरी तरह से समझते हैं और इन जोखिमों को कम करने के तरीके जानते हैं
- जिन पूरकों का बैच–परीक्षण नहीं किया जाता है, वे अनजाने में डोपिंग के जोखिम को बढ़ाते हैं
- एथलीट्स को पूरक का उपयोग करने से पहले पूरी जांच–पड़ताल करनी चाहिए



एथलीट्स के लिए सुझाव

इन जोखिमों को कम करने के लिए, एथलीट कई सावधानियां बरत सकते हैं

- पेशेवरों से सलाह लें: किसी भी पूरक आहार को शुरू करने से पहले हमेशा डॉक्टर, पोषण विशेषज्ञ या स्वास्थ्य सेवा पेशेवर से सलाह लें।
- लेबल की सावधानीपूर्वक जाँच: सभी सूचीबद्ध सामग्रियों को अच्छी तरह से पढ़ें और WADA द्वारा प्रदान की गई वर्तमान प्रतिबंधित पदार्थों की सूची से क्रॉस–सत्यापन करें।
- थर्ड पार्टी सर्टिफिकेशन: लेबल पर विश्वसनीय थर्ड पार्टी सर्टिफिकेशन की जाँच करें
- खुराक संबंधी दिशा–निर्देशों: का पालन करेंरू अनुशंसित खुराकों का पालन करें और अत्यधिक सेवन से बचें।
- उपयोग बंद करने पर विचार करें: यदि संभव हो, तो पूरक का उपयोग पूरी तरह से बंद करने पर विचार करें।
- ऑनलाइन खरीदारी से बचें: नकली उत्पाद प्राप्त करने के जोखिम को कम करने के लिए ऑनलाइन सप्लीमेंट खरीदने से बचें।
- संदिग्ध सामग्री पर नजर रखें: कुछ पदार्थों वाले सप्लीमेंट से सावधान रहें, जैसे कि संख्यात्मक और ग्रीक अक्षर संयोजन या विशिष्ट प्रत्यय वाले।



यदि आप कोई सप्लीमेंट लेते हैं

1. थोड़ी मात्रा रखें – यदि आपका परीक्षण सकारात्मक आता है, तो कम से कम आपके पास अपने बचे हुए नमूने का वैज्ञानिक रूप से परीक्षण करवाने का विकल्प होता है, ताकि यह देखा जा सके कि यह दूषित था या नहीं

2. बैच–परीक्षण प्रमाणपत्र रखें – यदि आप कोई सप्लीमेंट लेते हैं, तो बैच–परीक्षणित उत्पाद चुनकर अपने जोखिम को कम करें

3. खरीद का प्रमाण, जैसे रसीद रखें
प्राकृतिक रूप से पाए जाने वाले पौष्टिक भोजन का कोई विकल्प नहीं है। सही समय पर सही मात्रा में सही भोजन लेना सबसे अच्छी नीति है।

प्राकृतिक रूप से पाए जाने वाले पौष्टिक भोजन का कोई विकल्प नहीं है। सही समय पर सही मात्रा में सही भोजन लेना सबसे अच्छी नीति है।



दवाओं का उपयोग और चिकित्सीय उपयोग छूट

एथलीट का स्वास्थ्य महत्वपूर्ण है। एथलीट जिसे वैध चिकित्सा कारणों से, किसी ऐसी दवा का उपयोग करने की आवश्यकता होती है जिसमें कोई प्रतिबंधित पदार्थ होता है या किसी प्रतिबंधित विधि का उपयोग करता है, वह ऐसा करने में सक्षम हो सकता है। किसी बीमारी या स्थिति से पीड़ित एथलीट को ऐसी दवा की आवश्यकता होती है जिसमें निषिद्ध सूची में सूचीबद्ध तत्व होते हैं, उन्हें चिकित्सीय उपयोग छूट TUE प्राप्त करने की आवश्यकता होती है।

TUE यह सुनिश्चित करता है कि एथलिट्स को चिकित्सा स्थितियों के लिए इलाज किया जा सकता है, भले ही उपचार में प्रतिबंधित पदार्थ या विधि का उपयोग शामिल हो, जबकि प्रतिबंधित होने के जोखिम से बचा जा सकता है।
TUE निम्नलिखित के लिए दिया जाता है:

- निदान की गई चिकित्सा स्थिति
- समय की एक निर्धारित अवधि
- उपयोग की एक निर्धारित खुराक और आवृत्ति
- प्रशासन का एक निर्धारित मार्ग



कोई भी दवा लेने से पहले, एथलीट के रूप में आपको सूची में या नाडा इंडिया के साथ स्थिति की जांच करनी चाहिए। यदि पदार्थ निषिद्ध है, तो आपको TUE के लिए आवेदन करने की प्रक्रिया का पालन करना होगा।

टीयूई प्रक्रिया



चिकित्सक

एथलीट अपने फिजीशियन के पास जाता है और उसकी ऐसी चिकित्सीय दशा की पहचान की जाती है जिसमें प्रतिबंधित पदार्थ या विधि का उपयोग जरूरी होता है

धावक

टीयूई के लिए आवेदन करें

एडीओ टीयूई मैनेजर/ प्रशासक

परिपूरित आवेदन एडीओ टीयूईसी को प्रस्तुत करें

टीयूईसी

निर्णय देने के लिए 21 दिन

एडीओ टीयूई मैनेजर/ प्रशासक

टीयूईसी का निर्णय एथलीट को सूचित करें और एडीएएमएस में रेकार्ड करें



एथलीट्स को चिकित्सा पदार्थ या प्रशासन के मार्ग को निर्धारित किए जाने के बाद जितनी जल्दी हो सके टियूई के लिए आवेदन करना चाहिए। यदि पदार्थ केवल प्रतिस्पर्धा के दौरान प्रतिबंधित है, तो प्रतियोगिता से कम से कम 30 दिन पहले इसका प्रयोग अवश्य करें।

डोप नियंत्रण प्रक्रिया

एथलीट्स का डोप परीक्षण कभी भी, कहीं भी किया जा सकता है। परीक्षण प्रतिस्पर्धा के दौरान, प्रतिस्पर्धा के बाहर, प्रशिक्षण स्थलों पर या एथलीट के घर या वर्तमान निवास स्थान पर भी हो सकता है। परीक्षण बिना किसी पूर्व सूचना के किया जाएगा।
जब एथलीट्स को डोप नियंत्रण (परीक्षण) के लिए चुना जाता है, तो उनको निम्नलिखित प्रक्रिया से गुजरना होगा :

मूत्र नमूना संग्रह के लिए





- एथलीट नमूना संग्रह पात्र का चयन करेंगे – सुनिश्चित करें कि यह सीलबंद और अक्षत है।

- एथलीट के समान लिंग वाला एक डीसीओ नमूना प्रदान किए जाने का गवाह होगा।

- एथलीट नमूना संग्रह किट का चयन करेंगे – सुनिश्चित करें कि यह सीलबंद, बरकरार है और दोनों बोतलों पर संख्या (कोड) समान हैं।

- एथलीट मूत्र के नमूने को "ए" और "बी" बोतलों में विभाजित करेंगे और उन्हें सील करेंगे।

- एथलीट डोप नियंत्रण फॉर्म (डीसीएफ) पर जानकारी की समीक्षा करेंगे और अपने कोच का नाम, पिछले 7 दिनों में उनके द्वारा ली गई दवाएं और पूरक जैसे कुछ विवरण जोड़ेंगे – एक प्रति उनके ईमेल पते पर भेजी जाएगी।

यदि डोप नियंत्रण प्रक्रिया के बारे में कोई शिकायत है, तो एथलीट उन्हें डीसीएफ या पूरक रिपोर्ट फॉर्म पर लिख सकता है।

नमूने गोपनीय रूप से वाडा मान्यता प्राप्त प्रयोगशाला में भेजे जाएंगे; इसका अर्थ यह है कि उन्हें खिलाड़ी का नाम या राष्ट्रीयता नहीं पता है – केवल नमूना संख्या ही पता है।

- नमूना खोला जाता है और उसका विश्लेषण किया जाता है
- यदि नमूना नकारात्मक है, तो यह प्रक्रिया की समाप्ति है
- नमूना 10 वर्ष तक संग्रहीत किया जा सकता है और आगे उनका विश्लेषण किया जा सकता है
- बी नमूना सुरक्षित रूप से संग्रहीत किया जाता है

यदि नमूने का परीक्षण सकारात्मक आता है

- एथलीट द्वारा अनुरोध किए जाने पर एथलीट को बी नमूना खोलने की तिथि, समय और स्थान के बारे में सूचित किया जाएगा।
- एथलीट बी सैंपल का विश्लेषण न करवाने का विकल्प चुन सकता है
- एथलीट और/या उनके प्रतिनिधि को बी नमूना खोलने के समय उपस्थित होने का अवसर मिलना चाहिए
- एथलीट बी नमूना खोलने के दौरान उपस्थित होने के अपने अधिकार को भी छोड़ सकता है।

यदि बी नमूने का परीक्षण सकारात्मक आता है

- यदि बी नमूना ए नमूने के निष्कर्ष की पुष्टि करता है, या यदि एथलीट बी नमूने का विश्लेषण नहीं करवाने का निर्णय लेता है, तो ए सैंपल के निष्कर्ष को कथित एडीआरवी माना जाता है।

रक्त नमूना संग्रह के लिए

कभी–कभी रक्त लिया जाता है। प्रक्रिया बहुत हद तक समान है:

- रक्त को रक्त नियंत्रण अधिकारी (बीसीओ) द्वारा एकत्रित किया जाएगा, जो रक्त लेने में प्रशिक्षित है और उसके पास पर्याप्त योग्यता है।
- एथलीट रक्त नमूना संग्रह किट का चयन करेंगे – सुनिश्चित करें कि यह सीलबंद है, अक्षत है और सभी शीशियों पर संख्या समान है।
- रक्त लेने से पहले एथलीट्स को 10 मिनट (आराम से) बैठने की आवश्यकता होती है।
- जब एथलीट बायोलॉजिकल पासपोर्ट (एबीपी) रक्त नमूना लिया जाता है, तो एथलीट्स को दो घंटे पहले प्रतिस्पर्धा या प्रशिक्षण नहीं करना चाहिए। इसलिए, यदि एथलीट हाल ही में सक्रिय रहे हैं, तो उन्हें लंबे समय तक संरक्षक की आवश्यकता हो सकती है।



एथलीट बायोलॉजिकल पासपोर्ट

एथलीट बायोलॉजिकल पासपोर्ट (एबीपी) का मूल सिद्धांत समय के साथ चयनित जैविक विभिन्नताओं की निगरानी करना है जो, डोपिंग पदार्थ या विधि का पता लगाने की कोशिश करने के बजाय, अप्रत्यक्ष रूप से डोपिंग के प्रभावों को उजागर करती है। एडीओ' द्वारा एबीपी को एक सुदृढ़ डोप रोधी कार्यक्रम के बड़े ढांचे में एकीकृत किया जा सकता है, जिससेः

पासपोर्ट डेटा की बुद्धिमत्तापूर्ण और समय पर व्याख्या के माध्यम से ऐसे एथलीट्स की पहचान की जा सकती है, जिनपर अतिरिक्त ध्यान दिए जाने की जरूरत होती है। एबीपी से मूल्यवान जानकारी मिलती है, जिसका उपयोग डोप रोधी तिविधियों जैसे कि लक्ष्य परीक्षण या जांच को अधिक प्रभावी ढंग से निर्देशित करने के लिए किया जा सकता है; तथा विश्व डोप रोधी संहिता के अनुच्छेद 2.2 (किसी एथलीट द्वारा प्रतिबंधित पदार्थ या प्रतिबंधित विधि का उपयोग या उपयोग का प्रयास) के अनुसार संभावित डोप नियम उल्लंघन (एडीआरवी) का पता लगाया जा सकता है।

एबीपी के बारे में अधिक जानकारी के लिए, नाडा की वेबसाइट https://nadaindia.yas.gov.in पर जाएं।

सूखे रक्त के धब्बे (डीबीएस) नमूना संग्रह

डीबीएस एक ऐसी विधि है जिसमें एथलीट की उंगली में चुभन करके रक्त की कुछ बूंदें एकत्र की जाती हैं। बूंदों को वाडा–मान्यता प्राप्त प्रयोगशालाओं में विश्लेषण के लिए विशेष फिल्टर पेपर कार्ड में रखा जाता है। एक डीसीओ या बीसीओ जो केशिका रक्त के नमूने लेने में प्रशिक्षित है और जिसके पास पर्याप्त योग्यता है, वह नमूना एकत्र करेगा।

सूखे रक्त धब्बे (डीबीएस) विश्लेषण के लिए, बीसीओ छिद्र के लिए सबसे उपयुक्त स्थान का आकलन करेगा जो एथलीट या उनके खेल प्रदर्शन को प्रतिकूल रूप से प्रभावित करने की संभावना नहीं है। एथलीट नमूना संग्रह स्थल को गर्म करेगा। बीसीओ रक्त के नमूने वाली जगह को एक जीवाणुहीन कीटाणुनाशक पैड या पट्टी से कीटाणुरहित करेगा। बीसीओ उंगलियों से या ऊपरी बांह से रक्त लेगा। बीसीओ डीबीएस नमूनों को एक सुरक्षित किट में स्थानांतरित करेगा जिसे 'ए' और 'बी' के रूप में लेबल किया गया है।



एथलीट निवास स्थान

पता–ठिकाना वह जानकारी है जो परीक्षण के लिए एथलीट्स को खोजने में मदद करती है। यह जानकारी उन लोगों द्वारा उपयोग की जाती है जिनके पास एथलीट्स का परीक्षण करने का अधिकार है। जानकारी न देना या गलत या भ्रामक जानकारी देना परिणामकारी हो सकता है।

आरटीपी में सभी एथलीट्स को हर तिमाही में सटीक पता–ठिकाना जानकारी पहले से उपलब्ध करानी होगी। यात्रा के दौरान – नियोजित या अनियोजित, एंटी–डोपिंग प्रशासन और प्रबंधन प्रणाली (एडीएएमएस) का उपयोग किया जाना चाहिए, यहां तक कि अनियोजित आपात स्थितियों के लिए भी। आपको आसानी से खोजने में मदद करने के लिए स्पष्ट निर्देश दिए जाने चाहिए।

आरटीपी एथलीट

नाडा इंडिया पंजीकृत परीक्षण पूल (आरटीपी) में एथलीट्स को रखने के लिए अंतिम निर्णय लेने वाला है। यह चयन वाडा द्वारा प्रकाशित परीक्षण और जांच के लिए अंतर्राष्ट्रीय मानक के अनुसार है। नाडा इंडिया नियमित रूप से आरटीपी के मानदंडों की समीक्षा और उनको अद्यतन करता है तथा प्रासंगिक मानदंडों के अनुसार सूची को संशोधित करता है।

आरटीपी में प्रत्येक एथलीट के लिए यह आवश्यक है:

- अंतर्राष्ट्रीय परीक्षण मानक (आईएसटीआई) द्वारा निर्दिष्ट तरीके से, तिमाही आधार पर नांडा इंडिया को अपने पता–ठिकाने के बारे में सूचित करें
- सदैव सटीक और पूरी जानकारी अपडेट करें
- जब भी आवश्यक हो, उन पता–ठिकानों पर परीक्षण के लिए स्वयं को उपलब्ध कराएं।

स्पीक अप

स्वच्छ खेलों की रक्षा करना हर किसी का कर्तव्य है। स्वच्छ खेलों में भाग लेने के लिए खेल से जुड़े लोगों को डोपिंग का संदेह होने पर बोलना चाहिए। अगर एथलीट या कोच को संदेह है, गवाह है या किसी ऐसी गतिविधि के बारे में जानता है जो स्वच्छ खेलों के विरूद्ध है, तो इसकी रिपोर्ट करना उनकी जिम्मेदारी है। स्वच्छ खेलों की रक्षा के लिए रिपोर्ट करने और जानकारी साझा करने के अलग–अलग तरीके हैं।

स्पीक अप WADA का रिपोर्टिंग प्लेटफॉर्म

WADA का स्पीक अप प्लेटफॉर्म किसी व्यक्ति या संगठन के बारे में किसी भी जानकारी की रिपोर्टिंग को पूरी तरह गोपनीय तरीके से करने की अनुमति देता है। आप https://speakup-wada&ama-org/frontpage के जरिए संदिग्ध डोपिंग – किसी भी ADRV या किसी भी ऐसे कार्य या चूक की रिपोर्ट कर सकते हैं जो स्वच्छ खेल के विरुद्ध जा सकता है।

NADA इंडिया का स्पीक अप प्लेटफॉर्म

स्पीक अप प्लेटफॉर्म NADA इंडिया द्वारा एक आवश्यक पहल है जिसे एथलीट्स सहाक कर्मियों और व्यापक खेल समुदाय को किसी भी संदिग्ध। DRVs की गोपनीय रूप से रिपोर्ट करने के लिए सशक्त बनाने के लिए डिजाइन किया गया है। यह प्लेटफॉर्म वैश्विक सर्वोत्तम प्रथाओं के अनुरूप है और खेलों की अखंडता को बनाए रखने के लिए भारत की प्रतिबद्धता को पुष्ट करता है। यह प्लेटफॉर्म प्रदान की गई जानकारी की गोपनीयता और सुरक्षा सुनिश्चित करता है, जिससे मुखबिर प्रतिशोध के डर के बिना सद्भावनापूर्वक रिपोर्ट कर सकते हैं। मुखबिर की सुविधा के आधार पर रिपोर्ट गुमनाम रूप से या संपर्क विवरण के साथ प्रस्तुत की जा सकती है। यदि आप डोपिंग से संबंधित कोई भी कदाचार देखते हैं, तो तुरंत इसकी रिपोर्ट करें speakup_nada@gov.in

यह पहल भारत में पारदर्शी, नैतिक और स्वच्छ खेलों की वातावरण के बढ़ावा देकर PLAY TRUE के व्यापक मिशन का समर्थन करती है।



सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म के लिए लिंक



Twitter (X)

https://x.com/NADAIndiaOffice

Instagram

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

Threads

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

LinkedIn

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

Facebook

https://www.facebook.com/NADAIndiaOfficial

क्यूआर कोड और लिंक ट्री तक पहुँचने के लिए लिंक

https://linktr.ee/NadaIndialinks

किसी प्रतिबंधित दवा को अपना खेल करियर बर्बाद न करने दें !

एथलीट नाडा इंडिया के "नो योर मेडिसिन" ऐप से किसी दवा या इसके अवयवों की प्रतिबंधित स्थिति की जानकारी आसानी से हासिल कर स्वयं को असावधानीवश डोपिंग का शिकार बनने से अपनी सुरक्षा कर सकते हैं

"नो योर मेडिसिन" ऐप

डाउनलोड करने के लिए स्कैन करें



नोट : किसी भी विसंगति की स्थिति में अंग्रेजी संस्करण मान्य होगा।

सत्यमेव जयते
भारत सरकार

निष्पक्ष खेल
Play fair

राष्ट्रीय डोप–रोधी एजेंसी भारत

रैम्प नंबर 02, हॉल नंबर 103–104, प्रथम तल,
जवाहरलाल नेहरू स्टेडियम कॉम्प्लेक्स, लोधी रोड, नई दिल्ली–110003
फोन : +91–11–24368274
ई–मेल: info.nada@nic.in , edu-nadaindia@gov.in

#डोपिंग को 'ना' कहें | आज और हर रोज