

सत्यमेव जयते
Government of India

निष्पक्ष खेल
Play fair

NATIONAL
ANTI DOPING
AGENCY
INDIA

ஃபேர் பிளே கைடு

நாடா இந்தியா

உண்மையாக விளையாடு,
ஃபேரை விளையாடு

லிங்க்ட்ரீக்கான
QR குறியீடு

சுஜாதா சதுர்வேதி, IAS,
செயலாளர்

Sujata Chaturvedi, IAS
Secretary

सत्यमेव जयते

இந்திய அரசாங்கம்
விளையாட்டுத்துறை
இளைஞர் விவகாரம் மற்றும்
விளையாட்டுத்துறை அமைச்சகம்
Government of India
Department of Sports
Ministry of Youth Affairs & Sports



முன்னுரை

விளையாட்டு, அது மக்களை ஒன்றிணைத்து எல்லைகளையெல்லாம் கடந்து, ஒவ்வொரு தனிநபர்களையும் சிறப்பாக செயல்பட பாடுபட வைக்கும் ஓர் ஆற்றல் மிக்க மீடியமாகும். இதன் மையக் கருவாக, விளையாட்டு நேர்மை, ஒருங்கிணைப்பு மற்றும் மதிப்பு மரியாதையின் பண்பம்சங்கள் மீது எழுப்பப் பட்டிருக்கிறது. இந்த மகத்தான பண்புகளை பராமரித்து பாதுகாக்க வேண்டுமானால், நாம் எல்லா கட்டங்களிலும் அனைவரையும் உள்ளடக்கிய மற்றும் நீடித்து நிலைக்கும் விளையாட்டின் மேம்பாட்டிற்காக நாம் கொண்டுள்ள உறுதிப்பாட்டில் உறுதியாக இருப்பது மிகவும் அவசியமாகும்.

இந்தியா, சர்வதேச விளையாட்டு போட்டிகளில் பங்கேற்கும் ஓர் உலக விளையாட்டு நாடாக, தொடர்ந்து உயர்ந்தோங்கி வரும் நிலையில் அப்பழுக்கற்ற ,தூய்மையான விளையாட்டிற்காக நாம் கொண்டுள்ள உறுதிப்பாடு என்பது வெறுமனே ஓர் ஒழுங்குமுறை அத்தியாவசியமாக மட்டுமல்லாமல் அது ஓர் தார்மீக ரீதியிலான கடமையுமாகும். டோப்பிங் எனப்படும் எல்லா வடிவிலான ஊக்க மருந்தை உட்செலுத்திக் கொண்டு விளையாட்டுகளில் பங்கேற்பது விளையாட்டுகளின் அடிப்படை அஸ்திவாரத்தையே அசைத்துப் பார்த்து நேர்மையான போட்டிகளின் அந்த மகத்தான உணர்வுகளையே மங்கச் செய்து விடுகிறது.

இத்தகையதோர் சூழலில் , விழிப்புணர்வு மிக ஆற்றல் மிக்க சாதனமாகும். ஊக்க மருந்தை போட்டுக் கொள்வதை தடுப்பது என்பது வெறுமனே அதை நடைமுறை படுத்துவதோடு மட்டும் நின்று போய் விடுவதில்லை, மாறாக ஆத்லெட்டுகள் மற்றும் விளையாட்டின் சுற்றுச்சூழல் அமைப்புகளுக்கிடையே விழிப்புணர்வு, பொறுப்புணர்வு மற்றும் நெறிமுறை ரீதியிலான முடிவு எடுப்பதில் வலுவான அஸ்திவாரத்தை கட்டி எழுப்புவது பற்றியதுமாகும்.

இந்த வழிகாட்டி ஆத்லெட்டுகள், கோச்சுகள் மற்றும் ஸப்போர்ட் ஸ்டாப்புகள் ஊக்க மருந்து தடுப்பு உபாயங்களின் முக்கியத்துவத்தையும், அதற்கு முரணாக நடப்பதால் ஏற்படக் கூடிய பின்விளைவுகள், விளையாட்டில் நேர்மை, நியாயம் மற்றும் ஒழுக்கம் ஆகியவற்றை நிலை நிறுத்தல் ஆகியவற்றை புரிந்து கொள்ள உதவுவதற்கான ஓர் விஸ்தீரணமான ஆதாரமாக செயல்படுகிறது. இது ஊக்குவிக்கும் கலாச்சாரத்தில் தூய்மையான, நேர்மையான போட்டிகளை கொண்டாடுகிறது, அங்கே வெற்றி என்பது திறமை, கடின உழைப்பு மற்றும் விடாமுயற்சியின் பலனாக கிடைத்தது என்று கருதப் படுகிறதே தவிர குறுக்கு வழிகளுக்கு அங்கு முற்றிலும் இடமேயில்லை.

நேர்மையான விளையாட்டை நோக்கி பயணித்துக் கொண்டிருக்கும் NADA இண்டியாவின் அசைக்க முடியாத அர்ப்பணிப்புக்காக நான் அதை மனதார பாராட்டுகிறேன். விளையாட்டில் நேர்மை, நியாயம், ஒருமைப்பாடு மற்றும் சிறப்புகளின் சித்தாந்தங்களை நிலைநிறுத்துவதற்காக தங்களையே அர்ப்பணித்துக் கொண்டிருக்கும் இத்துறை சார்ந்த எல்லாருக்கும் இந்த வழிகாட்டி ஓர் மதிப்புமிக்க ஆதாரமாக விளங்கும் என்று உறுதியாக நம்புகிறேன்.

11/4/23
(Sujata Chaturvedi)

அறை எண் 3, 'C' விங், சாஸ்திரி பவன், நியூ டில்லி -110001 போன்: 011-23388623
Room No. 3, 'C' Wing, Shastri Bhawan, New Delhi-110001 Tel.: 23388623
ஃபேக்ஸ்: 011-23388758, இ-மெயில்: secy-sports@nic.in



டைரக்டர் ஜெனலி ன் மெஸேஜ்

NADA இந்தியாவின் ஃபேர் பிளே கைடை உங்களுக்கு வழங்குவதில் நான் பெருமகிழ்ச்சியடைகிறேன். இந்த வழிகாட்டியானது இந்தியாவின் விளையாட்டுத்துறை சமூகத்தினரிடையே குறை ஏதும் இல்லாத ஸ்போர்ட், நெறிமுறை நடத்தை மற்றும் தகவல் தெரிவிக்கப்பட்ட முடிவுகள் எடுப்பது குறித்த கலாச்சாரத்தை வளர்த்தெடுக்க வேண்டும் என்பதற்காகவே உருவாக்கப்பட்டிருக்கும் ஓர் விஸ்தீரணமான மற்றும் எளிதில் பெறக்கூடிய ஆதாரமாகும்.

NADA இந்தியாவில் ஆத்லெட்டுகள், கோச்சுகள் மற்றும் ஸ்போர்ட் பர்சனல்களுக்கிடையே விழிப்புணர்வை வளர்ப்பது, கல்வியறிவு மற்றும் நெறிமுறை பண்பம்சங்களின் வாயிலாக நாங்கள் அப்பழுக்கற்ற ஸ்போர்ட்ஸை கட்டி எழுப்ப முயற்சிக்கும் அதே வேளையில் எங்களது இலட்சியம் அதற்கும் அப்பாற்பட்டதாக இருக்கிறது. இந்த பிரசுரத்தின் மூலமாக இதில் தொடர்புடையவர்களை அவர்கள் தொடர்ந்து இணக்கமாக நடந்து கொள்வதற்கு அவர்களுக்கு தேவைப்படும் அறிவாற்றலை அளித்து தற்செயலான அத்து மீறல்களை அவர்கள் தவிர்த்து அவர்களை நேர்மையான விளையாட்டின் தூதர்களாக வேண்டுமென்பதே எங்கள் விருப்பமாகும்.

இது விளையாட்டின் நிஜமான நேர்த்திதன்மையை, திறமை மற்றும் கடின உழைப்பின் மூலமாக மட்டும் சாதிக்க முடியும் என்பதோடு மட்டுமில்லாமல் ஒருமைப்பாடு மற்றும் சட்டதிட்டங்களை மதிப்பது மூலமாகவும் சாதிக்கலாம் என்ற எங்கள் நம்பிக்கையை பிரதிபலிக்கிறது.

விளையாட்டுத் துறையில் தொடர்புடையவர்கள் அனைவரும் இந்த வழிகாட்டியை ஓர் மதிப்புள்ள குறிப்பாக பயன்படுத்திக் கொண்டு விளையாட்டின் மாண்பையும், புனித்தையும் நிலைநாட்டுவதற்கான ஒருமித்த இலட்சியத்திற்கு தீவிர பங்களிக்குமாறு அவர்களை ஊக்குவிக்கிறேன்..

ஆனந்த் குமார்
டைரக்டர் ஜெனரல்
நேஷனல் ஆன்டி டோப்பிங் ஏஜன்ஜி, இந்தியா

உள்ளடக்கங்கள்

ஊக்க மருந்து எதிர்ப்பு ஓர் அறிமுகம்	1
நேர்மையான விளையாட்டோடு தொடர்புடைய கொள்கைகள் மற்றும் பண்புகள்	2-3
ஆத்லெட்டுகள் மற்றும் ஆத்லெட்டுகளின் ஸப்போர்ட் பர்சனல்களுக்குள்ள அதிகாரங்கள் மற்றும் அவர்கள் ஆற்ற வேண்டிய பொறுப்புகள்	4-6
கடுமையான பொறுப்பேற்பு கொள்கைகள்	7
ஊக்கமருந்து உபயோகத்தால் ஏற்படக் கூடிய பின்விளைவுகள்	8-9
ஆன்டி-டோப்பிங் சட்டங்களுக்கு புறம்பாக நடத்தல்	10-11
விளையாட்டுகளில் தடை செய்யப்பட்ட வஸ்துக்கள் மற்றும் உபாயங்களை புரிந்து கொள்வது	12-13
ஸப்ளிமென்ட் உபயோகத்துடன் தொடர்புடைய அபாயங்கள்	14-16
மருந்துகள் உபயோகம் மற்றும் சிகிச்சை உபயோகத்தின் விலக்குகள்	17-18
டோப்பிங் கட்டுப்பாடு செயலாக்கங்கள்	19-21
ஆத்லெட் வசிக்கும் இடம்	22
உண்மையை தெளிவாக எடுத்துத்துறையுங்கள்	23-25

ஊக்க மருந்து எதிர்ப்பு

ஓர் அறிமுகம்



ஆன்டி-டோப்பிங், ஆத்லெட்டுகள் விளையாட்டிகளில் வெற்றியை பெறுவதற்கு நியாயமில்லாத அனுகூலங்களை பெறுவதை தடுப்பதற்கு அவர்கள் தடைசெய்யப்பட்ட வஸ்துக்கள் அல்லது உபாயங்கள் உபயோகிப்பதை தடுக்கும் விதமாக அதற்கான விதிகள், பழக்க வழக்கங்கள் மற்றும் அதற்கான முயற்சிகளை கடைபிடிக்க ஒரு கட்டமைப்பை டிஸைன் செய்து வரையறுத்திருக்கிறது. இதன் முக்கிய அம்சமாக ஆன்டி-டோப்பிங் நியாயமான விளையாட்டு, ஆத்லெட்டின் ஆரோக்கியம் மற்றும் நெறிமுறை நடத்தைகளை மேம்படுத்தும் அதே வேளையில், போட்டிகளின் ஒற்றுமையை பாதுகாக்கும் குறிக்கோள்களைக் கொண்டிருக்கிறது.

உலக அரங்கில் , த வேர்ல்ட் ஆன்டி-டோப்பிங் ஏஜன்சி (WADA) ஆன்டி-டோப்பிங் கோடு மூலமாக இந்த முயற்சிகளை முன்னெடுத்து நடத்துகிறது- இது உலகெங்கும் ஸ்போர்ட்ஸ் அமைப்புகள் மற்றும் நாடுகள் பின்பற்ற வேண்டிய ஓர் ஒருங்கிணைந்த தொகுப்பாகும். நேஷனல் ஆன்டி டோப்பிங் ஏஜன்சி (NADA) இந்த ஒழுங்குமுறைகளை டெயல்படுத்தும் பிரிநஅசிபல் அதாரிடியாகும். இந்திய அரசாங்கத்தின் இளைஞர் விவகாரம் மற்றும் விளையாட்டுத்துறை அமைச்சகத்தின் கீழ் இயங்கி வரும் இது நேர்மையான விளையாட்டுகளின் கலாச்சாரத்தை வளர்ப்பதற்கு அர்ப்பணிக்கப்பட்ட தன்னாட்சி அமைப்பாக NADA செயல்படுகிறது.

NADA - வின் முக்கிய பொறுப்பகளில் ஸாம்ப்பிள் கலெக்ஷன், முடிவுகளை நிர்வகித்தல் மற்றும் தீர்ப்பு வழங்குவது, ஆன்டி-டோப்பிங் பற்றிய கல்வி மற்றும் விழிப்பணர்வு, தெரபியூடிக் உபயோக விலக்குகள் , சோஷியல் சமூக அறிவியல் ஆராய்ச்சி, சர்வதேச ஒத்துழைப்பு, புலன் விசாரணை மற்றும் புலனாய்வு ஆக்யவையும் உள்ளடங்கும் நெறிமுறைகளுக்கும் ஒற்றுமைக்கும் மாறாத உறுதிப்பாட்டுடன், NADA, விளையாட்டுகளில் போட்டிகள் திறமை, பயிற்சி மற்றும் உணர்வால் மட்டுமே நிர்ணயிக்கப்படும் இடத்தில் டோப்பிங் இல்லாத விளையாட்டு சூழலை கட்டி காத்திட முயற்சித்து வருகிறது.

நேர்மையான விளையாட்டோடு

தொடர்புடைய கொள்கைகள் மற்றும் பண்புகள்

விளையாட்டு உணர்வு என்பது, மானிட உணர்வு, உடல் மற்றும் உள்ளத்தை கொண்டாடும் ஓர் நிகழ்வு. அது பின்வரும் மதிப்புகளால் வகைப்படுத்தப் படுகிறது:

1. நெறிமுறை, நியாயமான விளையாட்டு மற்றும் நேர்மை
2. ஆரோக்கியம்
3. குதூகலம் மற்றும் மகிழ்ச்சி
4. செயலாற்றலில் சிறப்பு
5. நன்னடத்தை மற்றும் கல்வி
6. டீம்வொர்க்
7. அர்ப்பணிப்பு மற்றும் உறுதிப்பாடு
8. விதிகள் மற்றும் சட்ட திட்டங்களை மதித்தல்
9. சுய மற்றும் பங்கேற்கும் மற்றவர்களுக்கு மரியாதை
10. துணிவு
11. சமுதாயம் மற்றும் ஒற்றுமை

இந்த பண்பம்சங்களே நேர்மையான விளையாட்டுக்கு தேவைப்படும் அத்தியாவசியமான அஸ்திவாரமாகும். இந்த பண்பம்சங்கள் ஒரு ஆத்லெட் யாருடன் சேர்ந்து விளையாடுகிறாரோ அவரை மேம்படுத்தப்பட வேண்டும் மற்றும் அவர்களின் விளையாட்டு சூழலில் வேறு யாராவது இதர ஆத்லெட் ஸப்போர்ட் பர்சனலுடன் மேம்படுத்தப்பட வேண்டும்.

மூன்று முக்கிய விளையாட்டு பண்புகள் உள்ளன

1 மரியாதை

மதிப்பு—மரியாதை என்பது தனக்குத்தானே அதோடு மற்றவர்களுக்கும் கண்ணியத்தை கொண்டிருப்பது பற்றியதாகும். இது மரியாதையான நடத்தைகள், ஒருவரோடு உரையாடும் பேச்சாற்றல் மற்றும் நடத்தையை மேம்படுத்தும் நோக்கத்தைக் கொண்டிருக்கிறது. இது தன்மீதும் அதோடு மற்றவர்கள் மீதும் அக்கறை கொண்டிருப்பதைக் காட்டுவது மற்றும் உணர்வுகள், நெறிமுறைசார் சங்கடங்கள் மற்றும் விதிகளை பற்றிய எண்ணங்களை ஊக்குவிப்பது ஆகும்.

2 சம உரிமை

சம உரிமை-சம பங்கு என்பது சாதனை படைத்திட எல்லாருக்கும் தரப்படும் வாய்ப்பைப் பற்றியதாகும். இந்த பண்பம்சம், வாய்ப்புகளை உருவாக்குத் தருவதில் கவனம் செலுத்துகிறது. இதில் அனைவரும் தங்களின் முழு திறமைகளை பயன்படுத்தி சாதனை புரிய முடியும் மற்றும் லெவல் பிளேயிங் ஃபீல்டின் முக்கியத்துவத்தை புரிந்து கொள்வதாகும்.

3 உள்ளடக்கல்

உள்ளடக்கல் என்பது அனைவரின் பங்கேற்பு பற்றியதாகும். இது கொண்டாட்டம் மற்றும் பன்முகத்தன்மையை பாராட்டுவது, அனைவரையும் உள்ளடக்குவது மற்றும் அணுகலை மேம்படுத்துதல் மூலமாக அனைவரின் பங்கேற்க ஊக்குவிப்பதை நோக்கமாக கொண்டிருக்கிறது.

ஒவ்வொரு கிளாஸ்ரூம் டூல்கிட்டிலும் உள்ள ஸ்போர்ட் வேல்யூ, ஆசிரியர்கள் குழந்தைகளை (8 முதல் 12 வயது மாணவர்கள்) ஆக்டிவிடிகளில் ஈடுபடச் செய்வதன் மூலமாக மரியாதை, சம உரிமை மற்றும் அனைவரையும் உள்ளடக்கிய தன்மையின் மதிப்புகளை அவர்களின் உள்ளங்களில் பதிய வைக்க உதவும் விதமாக உருவாக்கப் பட்டிருக்கின்றன. SVIEC டூல்கிட் WADA ADeL பிளாட்ஃபார்மில் கிடைக்கிறது மற்றும் ரெஜிஸ்டர் செய்து கொண்டு அதை யார் வேண்டுமானாலும் அக்சஸ் செய்து கொள்ளலாம்.

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

WADA ஆன்டி-டோப்பிங் e லேர்னிங் (ADeL) போர்டலுக்கான லிங்க்

www.adel.wada-ama.org

ஆத்லெட்டுகள் மற்றும் ஆத்லெட்டுகளின் ஸப்போர்ட் பர்சனல்களுக்குள்ள அதிகாரங்கள் மற்றும் அவர்கள் ஆற்ற வேண்டிய பொறுப்புகள்

ஆத்லெட்டுகளின் அதிகாரங்கள் கீழ்க்கண்டவாறு

நடத்தை விதி மற்றும் சர்வதேச தர நிலைகள் மூலமாக ஆத்லெட்டுகளுக்கு கீழ்க்கண்ட அதிகாரங்கள் உள்ளன:



- சமநிலை வாய்ப்புகள்
- சமமான மற்றும் நியாயமான பரிசோதனை திட்டங்கள்
- மருத்துவ சிகிச்சைகள் மற்றும் உடல் நலன் உரிமைகள் பாதுகாப்பு
- நீதியை பெறுவதற்கு உரிமை
- பொறுப்புக் கோரலுக்கான உரிமை
- விசில் புளோயர்களின் உரிமை
- கல்வி பெறுவதற்கு அதிகாரம்
- டேட்டாக்களை பாதுகாப்பதற்கு அதிகாரம்
- நஷ்டஈடு பெறுவதற்கான அதிகாரம்
- பாதுகாக்கப்படுபவரிகளின் அதிகாரம்
- சாம்ப்பிள் சேகரிப்பு செஷனின் போது கிடைக்கும் அதிகாரங்கள்
- B சாம்ப்பிள் பரிசீலனைக்கு அதிகாரம்
- இதர உரிமைகள் மற்றும் பாதிக்கப்படாத சுதந்திரம்
- அப்ளிகேஷன்கள் மற்றும் ஸ்டாண்டிங்

சாம்ப்பிள் சேகரிப்பின்போது ஆத்லெட்டுகளுக்குள்ள உரிமைகள்

- டோப்பிங் கன்ட்ரோல் ஆஃபிசரின் (DCO) அடையாளத்தைப் பார்க்கவும்
- சாம்ப்பிள் கலெக்ஷன் செயலாக்கம் குறித்து, எந்த அதாரிடியின் கீழ் அது மேற்கொள்ளப் படும் மற்றும்எவ்வகையிலான் சாம்ப்பிள் கலெக்ஷன் என்பது பற்றிய கூடுதல் தகவல்களுக்கு கோரிக்கை வைத்திடுங்கள்.
- ஹைடிரேஷன் என்னும் நீரேற்றம் செய்து கொள்ளுங்கள்.
- துணைக்கு ஒரு பிரதிநிதியோடு வருவது, கிடைத்தால் ஒரு மொழி பெயர்ப்பாளரை கூட்டி வருவது.
- தகுதியான காரணங்களுக்காக டோப்பிங் கன்ட்ரோல் ஸ்டேஷனுக்கு ரிப்போர்ட் செய்வதை தாமதப்படுத்துவதற்கு ரெக்வெஸ்ட்.
- குறைபாடுகளுள்ள ஆத்லெட்டுகளுக்கு (பொருந்துமானால்) மாற்றியமைத்துக் கொள்வ தற்கு ரெக்வெஸ்ட்.
- அவர்களின் அதிகாரங்கள் மற்றும் அவர்களுடைய பொறுப்புகள் குறித்து விவரம் அறிந்த வராக இருங்கள்.
- பிராசஸ் ரெகார்டுகளின் பிரதியை பெறுங்கள்.
- பாதுகாக்கப்பட்ட நபர்களுக்காக'' அவர்கள் வயது அல்லது சட்டபூர்வமான கெபாசிடியில் குறைபாடு இருப்பதால் மேலும் அதிக பாதுகாப்புகளை கொண்டிருங்கள்.

ஆத்லெட்டுகள் ஆற்ற வேண்டிய பொறுப்புகள் கீழ்க்கண்டவாறு

- வேர்ல்ட் ஆன்டி-டோப்பிங் விதிக்கு இசைவான NADA-வின் நேஷனல் ஆன்டி-டோப்பிங் சட்டங் களுக்கு இணக்கமாக நடத்தல்.
- போட்டியோ அல்லது போட்டிக்கு வெளியேயோ சாம்ப்பிள் கலெக்ஷனுக்கு தயாராக இருத்தல்.
- அறிவிக்கப்பட்டது தொடங்கி சாம்ப்பிள் சேகரிப்பு பிராசஸ் முடிவடையும் வரை டோப்பிங் கன்ட்ரோல் ஆஃபீசர் (DCO) அல்லது சேப்பர்ஒன்னில் எப்போதும் நேரடி கண்காணிப்பில் தொடர்ந்து இருத்தல்.
- சாம்ப்பிள் கலெக்ஷன் பிராசஸின் போது ரெக்வெஸ்டின் பேரில் அடையாளத்தை வழங்குவது.
- ஆத்லெட்டுகளின் உடலில் தடை செய்யப்பட்டிருக்கும் எந்த வஸ்துவும் பிரவேசிக்க வில்லை மற்றும் அவர்கள் மேல் தடை செய்யப்பட்ட எந்த உபாயமும் மேற்கொள்ளப் படவில்லை என்பதையும் உறுதி படுத்துதல்.
- நடப்பிலுள்ள தடை செய்யப்பட்ட லிஸ்டின்படி எந்த சிகிச்சையும் தடை செய்யப் படவில்லை, இதை மருந்து எழுதித் தரும் மருத்துவர்களுடன் அல்லது தேவைப் படுமானால் அதை நேரடியாக ADO உடன் பரிசோதித்துக் கொள்வதை உறுதிபடுத்துதல்.
- அனுமதிக்கப்பட்ட மாற்று சிகிச்சைகளுக்கு சாத்தியமில்லை, மற்றும் தெராபியூடிக் யூஸ் எக்ஸம்ப்ஷன் (TUE) தேவைப்படுகிறது என்றால், NADAவுக்கு விண்ணப்பித்தல்.
- டோப்பிங் கன்ட்ரோலுக்கு தேர்வு செய்யப்பட்ட அறிவுப்புக்குப் பிறகு சாம்ப்பிள் கலெக்ஷனுக்கு உடனடியாக ரிப்போர்டிங் செய்வது.
- டோப்பிங் கன்ட்ரோல் படிவத்தில் (DCF) என்டர் செய்யப்பட்ட தகவல்கள் துல்லியமானவை தான் என்பதை உறுதி படுத்துதல்.
- ADRV's-ஐ விசாரிக்கும் ADOs-க்கு ஒத்துழைப்பு தருவது.
- கோச்சுகள், பியிற்சியாளர்கள், மருத்துவர்கள் அல்லது இதர ஸப்போர்ட் பர்சனல்களுடன் சேர்ந்து வேலை செய்யாமல் ADRV காரணத்தால் தகுதியில்லாதவர்கள் அல்லது கிரிமினல் ரீதியாக குற்றவாளியாக நிரூபிக்கப்பட்டவர் அல்லது ஊக்க மருந்து தொடர்பாக தொழில் ரீதியாக ஒழுங்கு படுத்தப்பட்டவர்.

ஆத்லெட் ஸப்போர்ட் பர்சனல்களின் உரிமைகள் மற்றும் அவர்கள் ஆற்ற வேண்டிய கடமைகள்

விதியின் கீழ் ஆத்லெட் ஸப்போர்ட் பர்சனல் மற்றும் இதர நபர்களின் அதிகாரங்களில் இவை உள்ளடங்கும்:

- தன்னிச்சையாக செயல்படும் பேனலுக்கு முன்பாக நியாயமான விசாரணைக்கு அதிகாரம்
- ஹியரிங் முடிவுகளை எதிர்த்து அப்பீல் செய்வதற்கான அதிகாரம்
- ISPPPI மற்றும் ஏதாவது பொருந்தக் கூடிய உள்ளூர் சட்டங்களின்படி டேட்டாவை பாதுகாத்துக் கொள்வதற்கான அதிகாரம்

விதிகளின் கீழ் ஆத்லெட் ஸப்போர்ட் பர்சனல், இதர நபர்கள் ஆற்ற வேண்டிய பொறுப்புகளில் இவை உள்ளடங்கும்:

- நேர்மையான விளையாட்டு நடத்தைகளை வளர்ப்பதற்கு ஆத்லெட்டின் பண்பம்சம் மற்றும் நடத்தைகளில் தங்கள் செல்வாக்கை பயன்படுத்துதல்.
- எல்லா பொருந்தக் கூடிய ஆன்டி-டோப்பிங் பாலிசிகள் மற்றும் சட்டங்களை அறிந்திருப்பதோடு அவற்றுக்கு இணக்கமாக நடத்தல்.
- ஆத்லெட் டோப்பிங் கன்ட்ரோல் புரோகிராமுக்கு ஒத்துழைத்தல்,
- ADRVs-ஐ விசாரணை செய்யும் NADAவுக்கு ஒத்துழைப்பு தருவது.
- கடந்த 10 ஆண்டுகளில் அவர்கள் ஓர் ADRV குற்றம் இழைத்திருந்தால் அதை ஏற்புடைய IF மற்றும்/அல்லது NADAவிற்கு தெரிவித்தல்.
- தடை செய்யப்பட்ட வஸ்துவை கைவசம் வைத்திருப்பதை தவிர்த்தல் (தடை செய்யப்பட்ட வஸ்து அல்லது உபாயம்), அத்தகைய வஸ்துவை அல்லது உபாயங்கள் ஆத்லெட்டுக்கு செலுத்துவது அல்லது ஈடுபட வைப்பது, அவற்றை கடத்துவது, ADRV-யை மூடி மறைப்பது அல்லது வேறு விதமான செயலுக்கு உடந்தையாக இருப்பது மற்றும் ஊக்க மருந்து உபயோகம் செய்த குற்றத்துக்காக தண்டனை பெற்றவரோடு சேர்ந்திருப்பது (தடை செய்யப்பட்ட கூட்டு).



கடுமையான பொறுப்பேற்பு கொள்கைகள்

போட்டி நடைபெறும்போது, ஆத்லெட்டுகள் தங்களின் செயலாபாடுகள் குறித்து பொறுப்புள்ளவர்களாக இருக்க வேண்டும். அதே விதமாக, ஏதாவது வஸ்துக்கள் அவர்கள் உடலில் இருப்பது கண்டறியப் பட்டால் அதற்கும் அவர்களே பொறுப் பாளிகளாக இருப்பார்கள். தடை செய்யப் பட்ட ஊக்க மருந்து வஸ்துவை அவர்கள் உபயோகித்தாலோ அல்லது அதை உபயோகிக்க முயற்சித்தாலோ அல்லது அது அவர்கள் உடலில் இருப்பது கண்டறியப் பட்டாலோ, அந்த ஊக்க மருந்து அவர்கள் உடலுக்குள் எவ்விதமாக பிரவேசித்திருக்கும் அல்லது ஏமாற்றும் நோக்கில் அதை பயன்படுத்தியிருப்பாரோ என்பதையெல்லாம் பொருட்படுத்தாமல் அவரின் அந்த செயலுக்கு அவரே பொறுப்பாளியாவார். எனவே விளையாட்டில் எந்தெந்த ஊக்க மருந்துகள் மற்றும் உபாயங்கள் தடை செய்யப்பட்டிருக்கின்றன மற்றும் இவற்றி லிருந்து தங்களை எவ்வாறு பாதுகாத்துக் கொள்ள வேண்டும் என்பதையெல்லாம் அவர்கள் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

ஊக்கமருந்து

உபயோகத்தால் ஏற்படக் கூடிய பின்விளைவுகள்

ADRV குற்றம் இழைத்தவர் யாராக இருந்தாலும் சரி, அந்த நபர் விளையாட்டுகளில் இருந்து தகுதி நீக்கம் செய்யப்படுவார் என்பது அவர் அறிந்த ஒன்றாகும். இதோடு மட்டுமில்லாமல் அத்தகைய குற்றத்தால் பல பின்விளைவுகளும் ஏற்படும்.

1. தற்காலிக இடைநீக்கம்: ஆத்லெட் அல்லது இதர ஒரு நபர், ஊக்க மருந்து உபயோகித்த குற்றம் சாட்டப்பட்டு தீர்ப்பு முடிவுக்கு காத்திருக்கும்போது, நிர்வாக செயல்பாடுகள் பூர்த்தியாக வேண்டிய நிலையில் இருக்கும்போது அல்லது இறுதி முடிவு அறிவிக்கப்படும் வரை அந்த நபர் ஏதாவது போட்டி அல்லது ஆக்டிவிடியில் பங்கேற்பதற்கு தடை செய்யப்படுவார்.

2. தகுதியின்மை: ஆத்லெட் அல்லது இதர நபர் போட்டியிட அல்லது பயிற்சி, கோச்சிங் அல்லது ADRV-க்கு நிலுவையிருக்கும் ஃபண்டிங்கை அக்சஸ் செய்வது போன்ற எந்த ஆக்டிவிடியிலும் பங்கேற்பதற்க அனுமதிக்கப்பட மாட்டார்.

3. தகுதி நீக்கம் குறித்த முடிவுகள்: ஒரு குறிப்பிட்ட காலத்தில், போட்டியின்போது அல்லது நிகழ்வுகளின்போது ஆத்லெட்டின் முடிவுகள் அவரை தகுதியற்றவர் என்றால் அதனால் அவர் ஏதாவது மெடல்கள், பாய்ன்டுகள் மற்றும் பரிசுகளை இழக்க நேரிடும்.

4. பொது அறிக்கையிடல்: ஆன்டி-டோப்பிங் ஆர்கனைசேஷன் (ADO) இது குறித்து பொதுமக்களுக்கு தெரியப்படுத்தும்.

5. அபராதங்கள்

6. உடல் நலக் குறைவால் ஏற்படும் பின்விளைவுகள்: ஒரு குறிப்பிட்ட உடல் நிலவரம் அல்லது சுகவீனத்திற்கு சிகிச்சையளிப்பதற்கு மருந்து-மாத்திரைகள் மற்றும் மருத்துவ தலையீடுகள் உருவாக்கப் பட்டிருக்கின்றன. ஊக்க மருந்தின் தீவரத்தன்மையைப் பொறுத்து டோஸேஜ் மற்றும் எத்தனை முறை எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும் என்பது முடிவு செய்யப்படும், ஊக்க மருந்து புராடக்டுகள் உடல் ஆரோக்கியத்தில் குறிப்பிட்ட பாதகமாக பக்க விளைவுகளை ஏற்படுத்தக் கூடும்.

7. மனநல ரீதியாக ஏற்படும் பின்விளைவுகள்: ஒருசில ஊக்க மருந்து வஸ்துக்கள் ஆத்லெட்டின் மன நலனில் பாதிப்பை ஏற்படுத்தக் கூடும். கவலை, வெறித்தனமாக பித்துப் பிடித்தது போன்ற உடல் கோளாறு, மனநோய் ஆகியவை ஊக்க மருந்து எஏடுத்துக் கொள்வதால் ஏற்படக் கூடிய நேரடியான பின்விளைவுகளாகும்.

8. சமூக ரீதியாக ஏற்படக் கூடிய பின்விளைவுகள்:

a) பெயருக்கும் புகழுக்கும் களங்கம் உண்டாகும், அதனால் சமூக ஊடகங்களின் கவனம் கண்கொத்திப் பாம்பாக உங்களை துரத்தும், அப்படியே பாதிப்புக்கு உள்ளான அந்த ஆத்லெட் எதிர்கால போட்டிகளில் பிரமாதமாக பெர்ஃபார்மென்ஸ் செய்தாலும் கூட அப்போதும் அந்த ஆத்லெட்டின் திறமை, சாதனையின் மேல் ஒரு சந்தேகப் பார்வை விழச் செய்யும்.

b) எதிர்கால தொழில் வாய்ப்புகளுக்கு சேதம் உண்டாகும்.

c) சகாக்கள், முதல்வர்கள் மற்றும் விளையாட்டுகளில் இருந்து தனித்து விடப்படும் சூழல்.

d) நண்பர்கள் மற்றும் குடும்பத்தினருடனான உறவு பாழாகி விடும்.

e) உணர்வு பூர்வ ரீதியில் மற்றும் உளவியில் உடல் நலன் ரீதியில் பாதிப்பு.

f) கௌரவம், பெயர், புகழ், மரியாதையை இழந்து தலைகுனிவு மற்றும் நம்பகத்தன்மை இழப்பு.

9. பொருளாதார ரீதியாக ஏற்படும் பின்விளைவுகள்:

a) ஆன்டி-டோப்பிங் ஆர்கனைசேஷன் (ADO) விதிக்கும் அபராதங்களில், அவர்களின் ஆன்டி-டோப்பிங் சட்டங்களில் சேர்க்கப்பட்டிருப்பதில், ADRV உடன் தொடர்புடைய செலவுகளும் உள்ளடங்கும்.

b) போட்டிகளில் கலந்து கொள்ளாததால் அரசாங்க ஃபண்டிங், பொருளாதார ஆதரவின் இதர வடிவங்கள் போன்ற வருமானம்/ பொருளாதார ரீதியிலான ஆதரவு இழப்பு,

c) ஸ்பான்சர் விலகிக் கொண்டதால் ஏற்படும் பொருளாதார ரீதியிலான இழப்பு

d) ஒப்பந்தத்தில் சேர்க்கப் பட்டிருக்குமானால்,ஸ்பான்சர் செய்த செலவுகளை திரும்ப செலுத்தி ஈடு கட்ட வேண்டியிருக்கும்.

e) பரிசு தொகைக்கு ஆன செலவுகளை திரும்ப செலுத்தி ஈடு கட்ட வேண்டியிருக்கும்.

f) எதிர்காலத்தில் கரீயர் வாய்ப்புகளில் நற்பெயருக்கு ஏற்பட்ட களங்கத்தின் பாதிப்பு.

10. சட்ட ரீதியாக ஏற்படும் பின்விளைவுகள்:

a) ஒருசில நாடுகள் வேர்ல்ட் ஆன்டி-டோப்பிங் விதிகளுக்கும் அப்பால் சென்று தடை செய்யப்பட்ட ஊக்க மருந்துகளின் உபயோகத்தை கிரிமினல் குற்றமாக்கியுள்ளன. (உதாரணமாக ஆஸ்திரியா, இத்தாலி, பிரான்ஸ் போன்ற நாடுகள்).

b) சில நாடுகளில், தடைசெய்யப்பட்ட பொருள் அல்லது தடைசெய்யப்பட்ட பட்டியலில் உள்ள சில பொருட்களை கடத்தல், வைத்திருத்தல் அல்லது நிர்வகித்தல் தொடர்பான ADRVகள் குற்றவியல் குற்றமாகக் கருதப்படுகின்றன.

ஆன்டி-டோப்பிங்
சட்டங்களுக்கு புறம்பாக நடத்தல்

டோப்பிங் என்பது வெறுமனே ஓர் பாசிடிவ் பரிசோதனையல்ல. இது கீழ்க்கண்ட ஒன்று அல்லது அதற்கும் அதிகமான ஆன்டி-டோப்பிங் விதிகளை மீறுவதை வரையறுக்கிறது. NADA இண்டியா நேஷனல் ஆன்டி-டோப்பிங் விதி, 2021-ன்படி 11 வகையான ADRVs உள்ளன.

NADR ஆர்டிகிள் நெ.	மீறல்களின் வகை	யாருக்கு பொருந்தும்
2.1	தடை செய்யப்பட்ட ஊக்க மருந்து ஆத்லெட்டின் ஸாம்ப்பிளில் இருப்பது	ஆத்லெட்டுகள் மட்டும்
2.2	தடை செய்யப்பட்ட ஊக்க மருந்து வஸ்துவை ஆத்லெட் உபயோகிப்பது அல்லது உபயோகிக்க முயற்சிப்பது	ஆத்லெட்டுகள் மட்டும்
2.3	ஸாம்ப்பிள் கலெக்ஷனை சமர்ப்பிக்க தவிர்ப்பது, மறுப்பது அல்லது அதை கொடுக்க தவறுவது	ஆத்லெட்டுகள் மட்டும்
2.4	ரெஜிஸ்டர்டு பரிசோதனை மையத்தில் 12 மாத காலத்திற்குள் ஆத்லெட் ஏதாவது காம்பினேஷனின் மூன்று தவற விட்ட பரிசோதனைகள் மற்றும்/அல்லது அதை ஃபைலிங் செய்வதை தவற விடுவது அவரது இருப்பிடம் அறியாத நிலைமை தவறாக கருதப்படும்.	ஆத்லெட்டுகள் மட்டும்
2.5	டோப்பிங் கன்ட்ரோலின் ஏதாவது பாகத்தில் குளறுபடி செய்வது அல்லது குளறுபடி செய்ய முயற்சிப்பது	ஆத்லெட்டுகள், ஆத்லெட்டுகளின் ஸப்போர்ட் பரசனல் மற்றும் நபர்கள்
2.6	தடை செய்யப்பட்ட ஏதாவது ஊக்க மருந்து வஸ்துக்கள் அல்லது உபாயங்களை கைவசம் வைத்திருப்பது	ஆத்லெட்டுகள், ஆத்லெட்டுகளின் ஸப்போர்ட் பர்சனல்
2.7	ஏதாவது தடை செய்யப்பட்டிருக்கும் வஸ்துக்கள் அல்லது தடை செய்யப்பட்டிருக்கும் உபாயங்களை கடத்துவது அல்லது கடத்த முயற்சிப்பது	ஆத்லெட்டுகள், ஆத்லெட்டுகளின் ஸப்போர்ட் பர்சனல் அல்லது நபர்கள்



2.8	யாராவது ஆத்லெட்டுக்கு தடைசெய்யப்பட்ட வஸ்துவை அல்லது உபாயத்தை செலுத்துவது அல்லது செலுத்த முயற்சிப்பது	ஆத்லெட்டுகள், ஆத்லெட்டு-களின் ஸப்போர்ட் பர்சனல்
2.9	ஏதாவது ADRV அல்லது ஏதாகிலும் முயற்சிக்கப்பட்ட ADRV-யில் திட்டமிட்ட கூட்டுச் செயல் வகை அல்லது திட்டமிட்ட கூட்டுச் செயல் வகையில் ஈடுபட வைப்பதில் உதவுவது. தூண்டுவது, உடந்தையாக இருப்பது, சதி செய்வது அல்லது அதை மூடி மறைப்பது.	ஆத்லெட்டுகள், ஆத்லெட்டுகளின் ஸப்போர்ட் பர்சனல் அல்லது நபர்கள்
2.10	தடை விதிக்கப்பட்ட கோச், மருத்துவர், பிசியோ அல்லது டிரெய்னர் போன்ற புரொஃபஷனல் அல்லது ஸ்போர்ட் தொடர்புடைய பதவி வகித்த நபர்களோடு தொடர்பு வைப்பது அல்லது டோப்பிங் மீறலுக்காக கிரிமினல் குற்றம் சாட்டப்பட்டவர், ஒழுங்கு மீறலுக்கு இணையான குற்றம் இழைத்திருப்பவரோடு தொடர்பு	ஆத்லெட்டுகள், ஆத்லெட்டுகளின் ஸப்போர்ட் பர்சனல் அல்லது நபர்கள்
2.11	டோப்பிங் குறித்த தகவல்களை பகிர்ந்து கொள்வதிலிருந்து அவர்களை மனம் தளரச் செய்து அச்சுறுத்துவது அல்லது மற்றவர்களை சிக்க வைப்பது ---ஆத்லெட்டுகள், ஆத்லெட்டுகளின் ஸப்போர்ட் பர்சனல், நபர்கள் (அதோடு இது விசில் புளோயிங் அல்லது அவற்றை செய்வதற்கு மற்றவரை பழிவாங்குவது என்றும் குறிப்பிடப் படுகிறது)	ஆத்லெட்டுகள், ஆத்லெட்டுகளின் ஸப்போர்ட் பர்சனல் அல்லது நபர்கள்



விளையாட்டுகளில் தடை செய்யப்பட்ட வஸ்துக்கள் மற்றும் உபாயங்களை புரிந்து கொள்வது

தடை செய்யப்பட்டிருக்கும் வஸ்துக்கள் மற்றும் உபாயங்கள் தடை செய்யப்பட்ட பட்டியலில் (லிஸ்ட்) சேர்க்கப்பட்டிருக்கின்றன. வேர்ல்ட் ஆன்டி-டோப்பிங் ஏஜன்சி (WADA) தடை செய்யப்பட்ட பட்டியலை ஆண்டுதோறும் வெளியிடுகிறது. அது விளையாட்டில் தடை செய்யப்பட்டிருக்கும் ஊக்க மருந்துகள் மற்றும் உபாயங்களை அடையாளம் காண்கிறது. ஆண்டுதோறும் அக்டோபர் மாதத்தில், WADA அதனைத் தொடர்ந்து வரும் ஆண்டிற்கான அப்டேட் செய்யப்பட்ட தடை செய்யப்பட்டிருக்கும் பட்டியலை வெளியிடுகிறது. இந்த பட்டியல் அடுத்த வரவிருக்கும் ஆண்டு ஜனவரி க-ந் தேதி முதல் நடைமுறைக்கு வருகிறது,

இந்த பட்டியல் எல்லா காலங்களுக்கும் பொருந்துவதாக உள்ளது.

இந்த பட்டியலில் அடங்கியுள்ள ஊக்க மருந்து வஸ்துக்கள் மற்றும் உபாயங்கள் கீழ்க்கண்டவாறு:

- எல்லா காலத்திற்கும் தடை செய்யப்பட்டிருப்பவை (போட்டிக்கு உள்ளே மற்றும் போட்டிக்கு வெளியே இரண்டிற்கும்)
- போட்டியில் மட்டுமே தடை செய்யப்பட்டவை
- குறிப்பிட்ட விளையாட்டுகளில் தடை செய்யப்பட்டவை (ஆர்ச்சரி, கோல்ஃப் மற்றும் ஷூட்டிங்)
- நிபந்தனை – ஆத்லெட்டுகள் குறிப்பிட்ட டோஸை எடுத்துக் கொள்ள அனுமதிக்கப் படுகிறார்கள் அல்லது குறிப்பிட்ட ரேன்ஜுக்குள், அந்த டோஸ் அல்லது ரேன்ஜிற்கு வெளியே அது தடை செய்யப்பட்டிருக்கிறது (உதாரணமாக, ஆஸ்துமா இன்ஹேலர்களில் ஒருசில உட்பொருட்கள் காணப்பட்டன). நிபந்தனையோடு கூடிய இதர வஸ்துக்கள் அதை எடுத்துக் கொள்ளும் விதத்திற்கு மட்டுமே தடை செய்யப்பட்டுள்ளன (உடலுக்குள் செலுத்தும் ரூட்) உதாரணமாக, கிரீமாக தேய்ப்பது, அல்லது உள்ளுக்குள் விழுங்குவது அல்லது முகர்வது.

அதிகாரப்பூர்வ பட்டியல் WADA வலைத்தளம்: www.wada-ama.org மற்றும் NADAவின் வலைத்தளம் https://nadaindia.yas.gov.in/ இல் வெளியிடப்பட்டுள்ளது

இந்த முக்கியமான விஷயங்களை நீங்கள் கண்டிப்பாக நினைவில் கொள்ள வேண்டும்:

ஆத்லெட் எடுத்துக் கொள்ளும் மருந்தில் தடை செய்யப்பட்ட ஒரு வஸ்து இருக்க கூடும். அதனால் அத்தகைய மருந்தை எடுத்துக் கொள்வதற்கு முன் எப்போதும் மருத்துவ ஆலோசனையை நாட மறவாதீர்கள் மற்றும் அந்த மருந்தில் WADA-வால் தடை செய்யப்பட்ட வஸ்துக்கள் அடங்கியுள்ளனவா என்று பாருங்கள்.

• இந்தியாவில் போட்டியிடும் ஆத்லெட்டுகளுக்கு, NADAவின் நோ யுவர் மெடிஸின் (KYM) ஏப், மருந்துகளின் நிலவரத்தை சரி பார்ப்பதற்கான ஓர் உபயோகமான சாதனமாகும்: https://kym,nadaindia.yas.gov.in இது கூகுள் பிளே ஸ்டோரிலும் கிடைக்கிறது.

• இந்தியாவுக்கு வெளியே முக்கிய விளையாட்டுகளில் பங்கேற்கும் ஆத்லெட்டுகள் கீழ்க்கண்டவை போன்ற WADA-வால் அங்கீகரிக்கப்பட்ட இன்டர்நேஷனல் டூல்ஸ்களை உபயோகிக்கவும்: குளோபல் DRO (டிரக் ரெஃபரன்ஸ் ஆன்லைன்): www.globaldro.com

• இது இங்கிலாந்து, கனடா, அமெரிக்கா, ஸ்விட்சர்லாந்து மற்றும் இதர நாடுகள் உள்ளிட்ட நாடுகளால் உபயோகிக்கப் படுகிறது.

• லோக்கல் மருத்துவ வழிகாட்டுதல்களுக்கு, போட்டிகளை ஏற்பாடு செய்து நடத்தும் நாடு அல்லது நிகழ்ச்சி ஏற்பாட்டாளர்களின் ஆன்டி-டோப்பிங் ஏஜன்சியின் ஆலோசனைகளை நாடுங்கள்.

• தேவைப்படுமானால், தொடர்புடைய அதிகாரியால் முன் கூட்டியே அங்கீகரிக்கப்பட்ட ஒரு தெராபியூடிக் யூஸ் எக்ஸம்ப்ஷனை (TUE) எப்போதும் உங்களுடன் எடுத்துச் செல்லுங்கள்,

• வஸ்து எப்போது எடுத்துக் கொள்ளப்பட்டது என்பது முக்கியமல்ல. ஒரு வஸ்து போட்டிக்காக மட்டுமே தடை செய்யப்பட்டிருக்கிறது அதை போட்டிக்கு வெளியே எடுத்துக் கொள்ளப் படுகிறது என்றால், அது ஆத்லெட்டின் சிஸ்டத்தில் இன்னும் இருக்கிறது என்றால் அந்த டெஸ்ட் பாசிடிவ் என்றே காட்டும், மேலும் அவர்கள் போட்டி பரிசோதனைக்கு தேர்வு செய்யப்படுவார்கள்.

• தனது சொந்த நாட்டிலிருந்து போட்டியை ஏற்பாடு செய்து நடத்தும் நாட்டிற்கு ஏதாவது மருந்துகளை எடுத்துச் செல்கிறீர்கள் என்றால் தொடர்புடைய கஸ்டம்ஸ் அறிவுறைகளை மறுபரிசீலனை செய்யுங்கள். இந்த தகவல் பொதுவாக கேம்ஸ் ஆர்கனைஸிங் கமிட்டியால் விநியோகிக்கப்படும் கஸ்டம்ஸ் அண்ட் ஃப்ரைட் கைடில் தரப்பட்டிருக்கிறது. உங்களுக்கு இது குறித்து நிச்சயமாக தெரியவில்லையென்றால், உங்கள் இண்டியன் ஒலிம்பிக் அசோஸியேஷனை (IOA) கேட்டு தெரிந்து கொள்ளுங்கள்.

• மறக்க வேண்டாம், நீங்கள் ஏதாவது மருந்துகளை எடுத்துச் செல்கிறீர்கள் என்றால் அதை உங்கள் டீம் டாக்டரிடம் வெளிப்படுத்த வேண்டும், அதன் மூலமாக அவர்கள் உங்களுக்கு உரிய ஆலோசனையை வழங்க முடியும்.

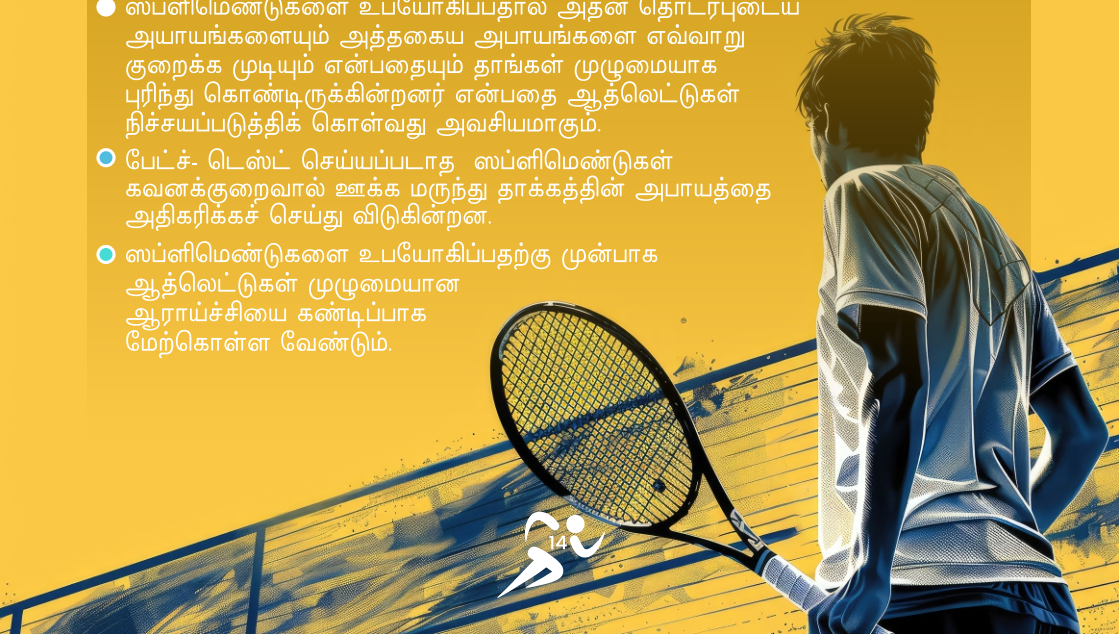
ஸப்ளிமெண்ட் உபயோகத்துடன் தொடர்புடைய அபாயங்கள்

போஷாக்கு இணை உணவுகள், உணவுக்கு இணை உணவாக கருதப்படும் புராடக்டுகளாகும், அவற்றில் விட்டமின்கள், மினரல்கள், அமீனோ ஆஸிடுகள், மூலிகைகள் அல்லது மற்ற தாவரங்கள் போன்ற ஒன்று அல்லது அதற்கும் அதிகமான டயட்ரி உட்பொருட்கள் அடங்கியுள்ளன. அவை கேப்சூல்கள், பவுடர்கள், லிக்விடுகள் அல்லது ஸாஃப்ட் ஜெல்கள் வடிவில் கிடைக்கின்றன மற்றும் அவை உங்களுக்கு கூடுதல் போஷாக்கை வழங்குவதற்கானதாகும்.

இத்தகைய இணை உணவுகளின் உபயோகத்துடன் தொடர்புடைய அபாயங்கள் உள்ளன. டயட்ரி ஸப்ளிமெண்டுகள் ஆபத்தானவை, காரணம் அவைகளில் தடை செய்யப்பட்ட வஸ்துக்கள் அடங்கியிருக்கலாம், அவை ஆத்லெட்டுகள் தாங்கள் வேண்டுமென்றே இல்லாமல் ADRV குற்றத்தை செய்ய காரணமாக இருந்து ஆத்லெட்டுகள் முறையே தங்களின் விளையாட்டுகளிலிருந்து தடை செய்யப்பட வழி செய்து விடும்.

ஸப்ளிமெண்டுகள் கீழ்க்கண்டவற்றின் தாக்கங்களை கொண்டிருக்கலாம்:

- அவற்றில் தடை செய்யப்பட்ட வஸ்துக்கள் அடங்கியிருக்கலாம்.
- அவற்றை தயாரிக்கும்போது அவை தடை செய்யப்பட்ட ஊக்க மருந்துகளால் மாசு ஆகி இருக்கலாம்.
- பட்டியலில் அவை எவ்வாறு தோன்றியிருக்கும் என்பதற்கு வித்தியாசமான பெயர் கொண்ட உட்பொருள் அடங்கியிருக்கும்
- WADA—வால் அங்கீகரிக்கப்பட்டது அல்லது "ஆத்லெட்டுகளுக்கு பாதுகாப்பானது" போன்ற பொய்யான தாவாக்களை அவை கொண்டிருக்கலாம்.
- இன்டர்நெட் மூலமாக போலி புராடக்டாக விற்பனை செய்யப்பட்டிருக்கலாம்.
- ஸப்ளிமெண்டுகளை உபயோகிப்பதால் அதன் தொடர்புடைய அயாயங்களையும் அத்தகைய அபாயங்களை எவ்வாறு குறைக்க முடியும் என்பதையும் தாங்கள் முழுமையாக புரிந்து கொண்டிருக்கின்றனர் என்பதை ஆத்லெட்டுகள் நிச்சயப்படுத்திக் கொள்வது அவசியமாகும்.
- பேட்ச்- டெஸ்ட் செய்யப்படாத ஸப்ளிமெண்டுகள் கவனக்குறைவால் ஊக்க மருந்து தாக்கத்தின் அபாயத்தை அதிகரிக்கச் செய்து விடுகின்றன.
- ஸப்ளிமெண்டுகளை உபயோகிப்பதற்கு முன்பாக ஆத்லெட்டுகள் முழுமையான ஆராய்ச்சியை கண்டிப்பாக மேற்கொள்ள வேண்டும்.



ஆத்லெட்டுகளுக்கான பரிந்துரைகள்:

ஆத்லெட்டு பல்வேறு முன்னெச்சரிக்கைகளை எடுத்துக் கொண்டு அதன் மூலமாக இந்த அபாயங்களை களைய முடியும்:

• புரொஃபஷனல்களின் ஆலோசனையை நாடுவது: ஏதாவது இணை உணவை எடுத்துக் கொள்ளும் திட்டத்தை தொடங்குவதற்கு முன் எப்போதுமே டாக்டர், நியூட்ரீஷனிஸ்ட் அல்லது ஹெல்த்கேர் புரொஃபஷனலின் ஆலோசனையை கேளுங்கள்.

• லேபிள்களை மிக கவனமாக பரிசோதித்தல்: பட்டியலிடப்பட்டிருக்கும் எல்லா உட்பொருட்களின் விவரங்களையும் முழுமையாக படித்துப் பார்த்து அவற்றை மீண்டும் சரிபார்த்து அதை WADA-வால் வழங்கப்பட்டுள்ள தற்போது தடை செய்யப்பட்டிருக்கும் ஊக்க மருந்து பட்டியலோடு ஒப்பிட்டுப் பார்க்க வேண்டும்.

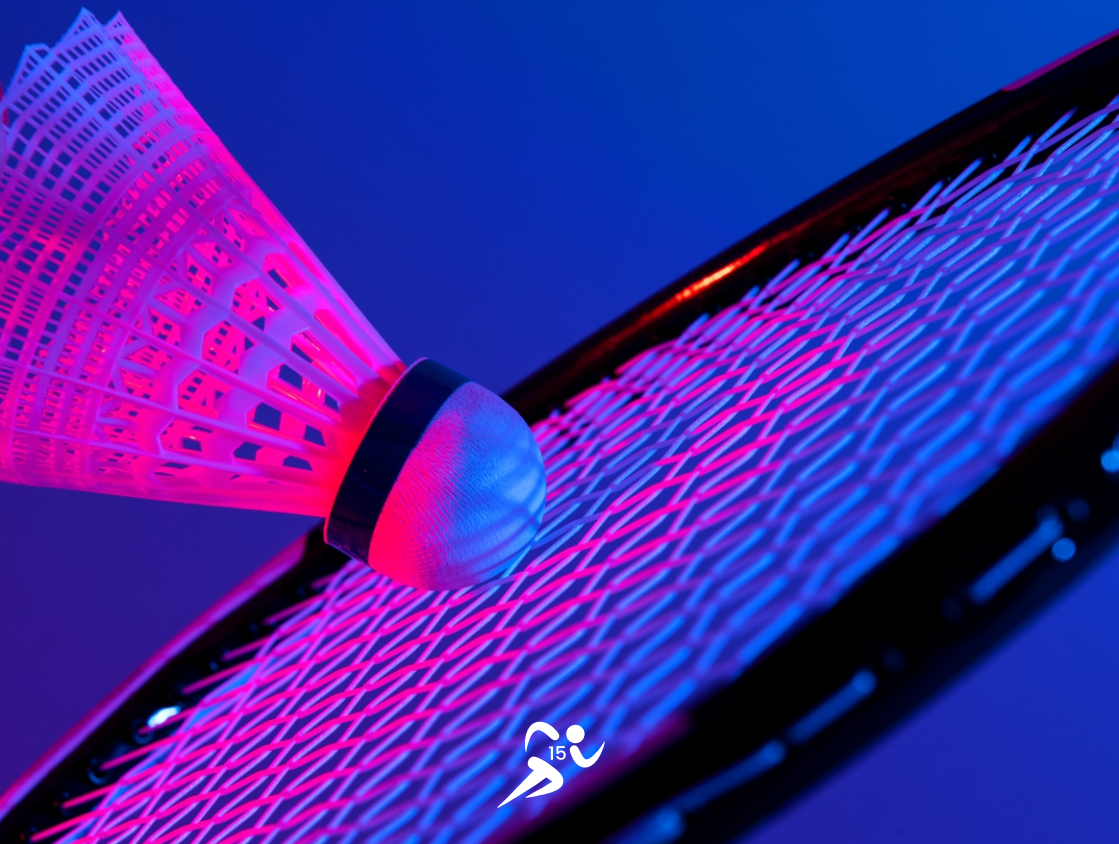
• மூன்றாந்தரப்பு பார்டியின் சான்றிதழ்: லேபிளில் தரப்பட்டிருக்கும் விவரங்களுக்கு நம்பகமான மூன்றாந்தரப்பு பார்டியின் சான்றிதழை சரிபார்க்கவும்.

• டோஸேஜ் வழிகாட்டுதல்களை கடைபிடிக்கவும்: பரிந்துரைக்கப்பட்ட டோஸேஜ்களை கடுமையாக பின்பற்றி அதிக டோஸேஜ் எடுத்துக் கொள்வதை தவிர்க்கவும்.

• ஸப்ளிமெண்ட் உபயோகத்தை முடித்துக் கொள்வது பற்றி யோசித்துப் பார்க்கவும்: கூடுமானால் ,இணை உணவின் ஒட்டுமொத்த உபயோகத்தையே நிறுத்தி விடுவது பற்றி யோசிக்கவும்.

• ஆன்லைனில் வாங்குவதை தவிர்க்கவும்: போலி புராடக்டுகள் வாங்கும் அபாயங்களை தவிர்ப்பதற்கு ஸப்ளிமெண்டுகளை ஆன்லைனில் வாங்காமல் நிறுத்திக் கொள்ளுங்கள்.

• நீங்கள் வாங்கும் ஸப்ளிமெண்டில் சந்தேகத்துக்கு இடமளிக்கும் உட்பொருட்கள் இருக்கிறதா என்று கவனியுங்கள்: நீங்கள் வாங்கும் ஸப்ளிமெண்டுகளில் எண்கள் மற்றும் கிரேக்க எழுத்துக்களின் காம்பினேஷன் அல்லது குறிப்பிட்ட இணைப்பு எழுத்துகள் போன்ற குறிப்பிட்ட வஸ்துக்கள் அடங்கியிருக்கிறதா என்பது குறித்து மிகவும் எச்சரிக்கையாக இருங்கள்.



நீங்கள் ஸப்ளிமெண்டை உபயோகிக்கிறீர்கள் என்றால்

1. சொற்ப அளவை வைத்துக் கொள்ளுங்கள் — பரிசோதனையில் நீங்கள் பாசிடிவ்வாக கண்டறியப்பட்டால், மீதமிருக்கும் சாம்ப்பிளை அதில் மாசு உள்ளதா என்பதை பார்க்க அதை அறிவியல் ரீதியில் பரிசோதித்துப் பார்ப்பதற்கு உங்களுக்கு குறைந்தபட்சமாக ஒரு ஆப்ஷன் இருக்கிறது.

2. பேட்ச்-டெஸ்ட் ஸர்டிஃபிகேட்டை வைத்திருங்கள் — நீங்கள் உண்மையிலேயே ஸப்ளிமெண்டை எடுத்துக் கொள்கிறீர்கள் என்றால், பேட்ச்-டெஸ்டட் புராடக்டையே தேர்வு செய்து அதன் மூலமாக உங்களுக்கு ஏற்படும் அபாயங்களை குறைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

3. ரசீது போன்ற புராடக்டை வாங்கியதற்கான சான்றை கைவசம் வைத்திருங்கள்.
இயற்கையாக கிடைக்கும் போஷாக்கு உணவுக்கு மாற்று இல்லை. சரியான உணவை, உரிய நேரத்தில், சரியான அளவில் எடுத்துக் கொள்வதே மிகச் சிறந்த கொள்கையாகும்.

இயற்கையாக கிடைக்கும் போஷாக்கு உணவுக்கு மாற்று இல்லை. சரியான உணவை, உரிய நேரத்தில், சரியான அளவில் எடுத்துக் கொள்வதே மிகச் சிறந்த கொள்கையாகும்.



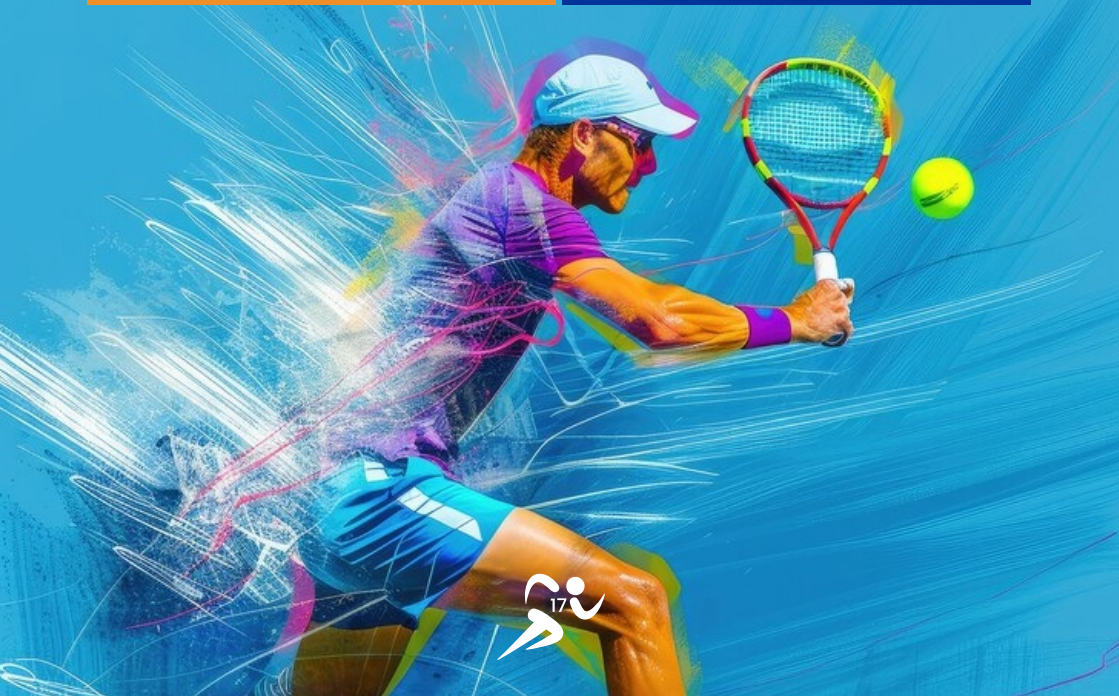
மருந்துகள் உபயோகம் மற்றும் சிகிச்சை உபயோகத்தின் விலக்குகள்

ஒரு ஆத்லெட்டாக, உங்கள் உடல் ஆரோக்கியமா மிகவும் முக்கியமானதாகும். ஒரு ஆத்லெட் சட்டப்படியான மருத்துவ ரீதியான காரணங்களுக்காக தடை செய்யப்பட்ட வஸ்துக்கள் அடங்கிய மருந்துகளை எடுத்துக் கொள்ள வேண்டியிருக்கிறது. அல்லது அவர் தடைசெய்யப்பட்டிருக்கும் உபாயங்களையும் பின்பற்ற வேண்டியிருக்கிறது. உடல் நலமின்றியோ அல்லது உடல் சுகவீன நிலவரங்களிலோ இருக்கும் ஓர் ஆத்லெட் தடை செய்யப்பட்டிருக்கும் பட்டியலிலுள்ள உட்பொருட்கள் அடங்கிய மருத்துகளை எடுத்துக் கொள்ளும் அவசியம் இருக்கிறது. அந்நிலையில் அவர் தெரபியூடிக் யூஸ் எக்ஸம்ப்ஷனை (TUE) பெற வேண்டியுள்ளது.

அத்தகைய TUE, ஆத்லெட்டுக்கு தரப்படும் சிகிச்சையில் தடை செய்யப்பட்டிருக்கும் ஊக்க மருந்து அல்லது உபாயத்தின் உபயோகத்தை உட்படுத்த வேண்டியிருக்கிறது என்றாலும் கூட அனுமதிக்கப்படும் அபாயத்தை தவிர்க்கும் வேளையில் ஆத்லெட்டுகள் தங்களின் மருத்துவ நிலவரங்களுக்காக சிகிச்சையளிக்கப்படலாம் என்பதை உறுதி படுத்துகிறது.

TUE இவற்றுக்காக அனுமதிக்கப்படுகிறது:

- கண்டறியப்பட்ட மருந்துவ நிலவரம்
- குறிப்பிட்ட கால கட்டம்
- ஸெட் டோஸ் மற்றும் எத்தனை தடவை உபயோகிக்க வேண்டும் என்ற விவரம்
- அந்த மருந்து எந்த வழியாக உட்செலுத்தப்படுகிறது



ஏதாவது மருந்துகளை எடுத்துக் கொள்வதற்கு முன், ஒரு ஆத்லெட்டாக நீங்கள் லிஸ்டில் உள்ள அந்தஸ்தை அல்லது NADA லிஸ்டுடன் ஒப்பிட்டு சரி பார்க்க வேண்டும். அந்த வஸ்து தடை செய்யப்பட்டதாக இருந்தால், TUE-விற்கு விண்ணப்பிப்பதற்கான பிராசஸை நீங்கள் பின்பற்ற வேண்டும்.

TUE செயல்முறை



மருத்துவர்

ஆத்லெட்டுகள் மருத்துவரை சந்திக்கின்றனர். தடை செய்யப்பட்ட வஸ்துக்கள் அல்லது உபாயங்களை உபயோகிக்க தேவையுள்ள மருத்துவ நிலவரம் அவர்களுக்கு இருப்பது கண்டறியப்படுகிறது.

ஆத்லெட்

TUE-வுக்கு அப்ளை செய்கிறார்

ADO TUE மேனேஜர்/ அட்மின்ஸ்ட்ரேட்டர்

பூர்த்தி செய்த அப்ளிகேஷனை ADO TUEC-க்கு சமர்ப்பிக்கிறார்

TUEC

முடிவை தெரிவிக்க 21 நாட்கள் ஆகிறது

ADO TUE மேனேஜர்/ அட்மின்ஸ்ட்ரேட்டர்

TUEC எடுத்த முடிவு ஆத்லெட்டுக்கு தெரிவிக்கப்பட்டு ADAMS-ல் ரெகார்ட் செய்யப் படுகிறது



மருத்துவ ரீதியாலான மருந்துகள் அல்லது உடலுக்குள் செலுத்தப்படுவது பற்றி எழுதிக் கொடுத்த பிறகு ஆத்லெட்டுகள் கூடுமானவரை விரைவில் TUE-க்கு அப்ளை செய்ய வேண்டும். அந்த ஊக்க மருந்து வஸ்து போட்களுக்கு மட்டுமே தடை செய்யப்பட்டிருந்தால், போட்டி நடப்பதற்கு குறைந்தபட்சம் 30 நாட்களுக்கு முன் அப்ளை செய்வதை நிச்சயப் படுத்திக் கொள்ளுங்கள்.

டோப்பிங் கட்டுப்பாடு செயலாக்கங்கள்

ஆத்லெட்டுகள் எப்போது, எங்கு வேண்டுமானாலும் பரிசோதிக்கப்படலாம். பரிசோதனையானது போட்டியின்போது, போட்டிக்கு வெளியே, பயிற்சி நடைபெறும் இடங்கள் அல்லது ஏன் ஆத்லெட்டின் வீட்டிலேயே கூட அல்லது தற்போது வசிக்கும் இடத்தில் கூட மேற்கொள்ளப்படலாம். பரிசோதனை எவ்வித முன்னறிவிப்புமின்றி நடத்தப்படும்.

டோப்பிங்கிற்காக ஆத்லெட்டுகள் தேர்வாகும்போது, அவர்கள் கீழ்க்கண்ட பிராசஸிற்கு உட்பட வேண்டும்:

சிறுநீர் ஸாம்ப்பிள் கலெக்ஷன்





- ஆத்லெட்டுகள் ஸாம்ப்பிள் கலெக்ஷன் வெஸலை தேர்வு செய்ய வேண்டும் — அது ஸீல் செய்யப்பட்டு அப்படியே இருப்பதை நிச்சயப் படுத்துங்கள்.
- ஆத்லெட்டின் அதே பாலினத்தை சேர்ந்த ஒரு DCO ஸாம்ப்பிள் தரப்படுவதற்கு சாட்சியாக இருப்பார்.
- ஆத்லெட் ஒரு ஸாம்ப்பிள் கலெக்ஷன் கிட்டை தேர்வு செய்வார் — அது ஸீல் செய்யப்பட்டு அப்படியே இருப்பதையும், இரண்டு பாட்டில்களிலும் இருக்கும் நம்பர்கள் (கோடுகள்) ஒன்றுதான் என்பதை நிச்சயப்படுத்தவும்.
- ஆத்லெட்டுகள் சிறுநீர் ஸாம்ப்பிளை 'A' மற்றும் 'B' பாட்டில்களில் பிரித்து அவற்றை ஸீல் செய்வார்கள்.
- ஆத்லெட்டுகள் டோப்பிங் கன்ட்ரோல் படிவத்தில் (DCF) இருக்கும் விவரங்களை பரிசீலனை செய்து அதில் அவர்களின் கோச், கடந்த எ நாட்களில் அவர்கள் எடுத்துக் கொண்ட மருந்துகள் மற்றும் ஸப்ளிமென்டுகள் போன்ற சில தகவல்களை சேர்ப்பார்கள் - அதன் ஒரு பிரதி அவர்களின் இமெயில் முகவரிக்கு அனுப்பி வைக்கப்படும்.

டோப்பிங் கன்ட்ரோல் பிராசஸில் ஏதாவது சந்தேகங்கள் இருந்தால், ஆத்லெட்டுகள் அவற்றை DCF அல்லது ஒரு ஸப்ளிமென்டரி ரிப்போர்ட் ஃபார்மில் எழுத வேண்டும்.

ஸாம்ப்பிள்கள் WADA அங்கீகரித்திருக்கும் பரிசோதனைக்கூடங்களுக்கு ரகசியமாக அனுப்பி வைக்கப்படும், இதற்கு அவர்களுக்கு ஆத்லெட்டின் பெயரோ அவர் எந்த நாட்டைச் சேர்ந்தவர் என்பதோ தெரிய வராது என்றே இதற்கு அர்த்தமாகும். அதி ஸாம்ப்பிள் நம்பர் மட்டுமே இருக்கும்.

• A ஸாம்பிள் திறக்கப்பட்டு பரிசீலிக்கப்படும்
• A ஸாம்ப்பிள் நெகடிவ்வாக இருந்தால், அத்துடன் பிராசஸ் முடிந்து விடும்
• அந்த ஸாம்ப்பிள்கள் 10 ஆண்டு காலம் வரை ஸ்டோர் செய்து வைக்கப்பட்டு மேற்கொண்டு பரிசீலிக்கப்படும்
• B ஸாம்ப்பிள் பத்திரமாக ஸ்டோர் செய்து வைக்கப்படும்

A ஸாம்ப்பிள் பாசிடிவ்வாக இருந்தால்

• ஆத்லெட் ரெக்வெஸ்ட் செய்கிறார் என்றால் B ஸாம்ப்பிளை திறக்கும் தேதி, நேரம் மற்றும் இடம் போன்ற விவரங்கள் ஆத்லெட்டுக்கு தெரிவிக்கப்படும்.
• B ஸாம்ப்பிளை பரிசீலிக்க வேண்டாம் என்பதை ஆத்லெட் தேர்வு செய்து கொள்ள முடியும்.
• ஆத்லெட் மற்றும்/அல்லது அவரது பிரதிநிதி B ஸாம்ப்பிள் திறப்பதில் கலந்து கொள்ளும் வாய்ப்பைப் பெறுவார்கள்.
• B ஸாம்ப்பிள் திறக்கப்படும்போது ஆத்லெட்டுகள் அந்த நேரத்தில் இருப்பதை தள்ளுபடி செய்ய முடியும்.

B ஸாம்ப்பிள் பாசிடிவ்வாக இருந்தால்

• B ஸாம்ப்பிள், A ஸாம்ப்பிளில் தெரிய வந்ததை உறுதி செய்தால், அல்லது B ஸாம்ப்பிளை பரிசீலிக்க வேண்டியதில்லை என்று ஆத்லெட் முடிவு செய்தால், அந்நிலையில் A ஸாம்ப்பிள் குற்றம் சாட்டப்பட்ட ADRV-யை கொண்டிருக்கும் என்று முடிவு செய்யப்படும்.

பிளட் ஸாம்ப்பிள் கலெக்ஷனுக்கு

சில நேரங்களில் இரத்தம் சேகரிக்கப்படும். அந்த பிராசஸ் அதே போன்றதாகவே இருக்கும்.

• இரத்தம், இரத்தம் எடுப்பதில் பயிற்சியும், போதுமான தகுதியும் உள்ள ஒரு பிளட் கன்ட்ரோல் ஆஃபீசரால் (BCO) சேகரிக்கப்படும்.

• ஆத்லெட்டுகள் பிளட் ஸாம்ப்பிள் கலெக்ஷன் கிட்டை தேர்வு செய்து கொள்வார்கள் — அந்த கிட் ஸீல் செய்யப்பட்டு அப்படியே இருப்பதையும், எல்லா வியல்களிலும் இருக்கும் எண்கள் ஒன்றே என்பது உறுதி படுத்தப்பட வேண்டும்.

• இரத்தம் எடுப்பதற்கு முன் ஆத்லெட்டுகள் 10 நிமிடங்களுக்கு உட்கார்ந்திருக்க (ஓய்வாக) வேண்டும்.

• ஆத்லெட் பயாலாஜிகல் பாஸ்போர்ட் (ABP) இரத்த பரிசோதனை சேகரிக்கப்படும்போது, ஆத்லெட் அதற்கு இரண்டு மணி நேரத்திற்கு முன்பாக போட்டியிட்டிருக்க கூடாது அல்லது பயிற்சியில் ஈடுபட்டிருக்க கூடாது. ஆகவே, ஆத்லெட் அண்மையில் ஆக்டிவ்வாக இருந்திருக்கிறார் என்றால் அவர் நீட்டிக்கப்பட்ட நேரத்திற்கு கண்காணிக்கப்பட வேண்டும்.



ஆத்லெட்டின் பயாலாஜிகல் பாஸ்போர்ட்

ஆத்லெட்டின் பயாலாஜிகல் பாஸ்போர்டின் (ABP) அடிப்படை சித்தாந்தமே, டோப்பிங் வஸ்துகள் அல்லது உபயோகங்களை கண்டறிவதற்கு பதிலாக கடந்த காலங்களில் டோப்பின் தாக்கத்தை மறைமுகமாக வெளிப்படுத்திக் காட்டிய குறிப்பிட்ட பயாலாஜிகல் வேரியபிள்ஸை கண்காணிப்ப தாகும். இவற்றை பெறும் பொருட்டு ADOs ABP-யை கட்டுறுதியான ஆன்டி டோப்பிங் புரோகிராமில் ஒன்றிணைக்க முடியும்:

- உளவு மற்றும் உரிய நேரத்தில் பாஸ்போர்ட் டேட்டாவின் மொழியாக்கம் வாயிலாக மேற்கொண்டு கவனம் செலுத்த வேண்டிய ஆத்லெட்டுகளை அடையாளம் காண்பது. ABP டார்கெட் டெஸ்டிங் அல்லது புலன் விசாரணைகளை மேலும் பயனுள்ளதாக்குவது போன்ற ஆன்டி-டோப்பிங் நடவடிக்கைகளுக்கு ஆணையிடு உபயோகித்துக் கொள்ளும் விதமாக நல்ல மதிப்புள்ள தகவல்களை வழங்குகிறது. அதோடு வேர்ல்ட் ஆன்டி-டோப்பிங் கோடின் (கோடு) ஆர்டிகிள் 2.2-க்கு ஏற்ப (தடை செய்யப்பட்ட ஊக்க மருந்து அல்லது தடை செய்யப்பட்ட உபாயங்களை ஆத்லெட் உபயோகிக்கிறார் அல்லது முயற்சி செய்கிறார்) சாத்தியமாகும் ஆன்டி-டோப்பிங் சட்ட மீறல்களை (ADRVs) தொடர்வது.
- ABP பற்றிய கூடுதல் தகவலுக்கு, https://nadaindia.yas.gov.in என்ற NADA வலைத்தளத்தைப் பார்வையிடவும்.

டிரைடு பிளட் ஸ்பாட் (DBS) ஸாம்ப்பிள் கலெக்ஷன்

DBS என்பது, ஆத்லெட்டின் கைவிரலில் லேசாக குத்தி ஒருசில சொட்டு இரத்தம் எடுக்கும் முறையாகும். அந்த இரத்த துளிகள், WADA-வால் அங்கீகரிக்கப்பட்ட பரிசோதனைக்கூடங்களில் பரிசீலிப்பதற்காக ஒரு ஸ்பெஷல் ஃப்ல்ட்டர் பேப்பர் கார்டுகளில் வைக்கப்படும். கேப்பிலரி ஸாம்ப்பிள்களை எடுப்பதற்கு பயிற்சி எடுத்த மற்றும் போதுமான கல்வித் தகுதி பெற்ற DCO அல்லது BCO அந்த ஸாம்ப்பிளை எடுப்பார்.

'டிரைடு பிளட் ஸ்பாட் (DBS) பரிசீலனைக்காக ஆத்லெட்டிடமிருந்து இரத்தம் எடுக்க BCO ஆத்லெட்டையோ அவரது விளையாட்டு பெர்ஃபார்மென்ஸையோ கடுமையாக பாதிக்காத விதமாக மிகவும் பொருத்தமான இடத்தை கணிப்பார். அப்போது ஸாம்ப்பிள் கலெக்ஷன் எங்கிருந்து எடுக்கப் படுகிறதோ அந்த இடத்தை கதகதப்பாக்கிக் கொள்வார். BCP இரத்த ஸாம்ப்பிள் எடுக்கும் இடத்தை ஸ்டெரைல் டிஸ்இன்ஃபெக்டென்ட் பேடு அல்லது ஸ்வாப் உபயோகித்து டிஸ்இன்ஃபெக்ட் செய்வார். BCO விரல் நுனியிலிருந்து அல்லது மேல்புற தோள்பட்டையிலிருந்து இரத்தத்தை சேகரித்துக் கொள்வார். BCO, DBS ஸாம்பிள்களை 'A' & 'B' என்று லேபிள் செய்யப்பட்ட ஒரு பாதுகாப்பான கிட்டில் டிரான்ஸ்ஃபர் செய்வார்.



ஆத்லெட் வசிக்கும் இடம்

இருக்கும் இடம் என்பது பரிசோதனைக்காக அனுமதிக்க கூடிய தகவலாகும். இந்த தகவல் ஆத்லெட்டை பரிசோதனை செய்ய அதிகாரம் கொண்ட நபர்களால் உபயோகித்துக் கொள்ளப்படும். அந்த தகவல்களை தராமல் இருப்பது அல்லது தவறான அல்லது தவறான தகவலை அளிப்பது பின்விளைவுகளை ஏற்படுத்தி விடும்.

RTP-யில் இருக்கும் எல்லா ஆத்லெட்டுகளும் ஒவ்வொரு காலாண்டிலும் தாங்கள் எங்கே வசிக்கின்றனர் என்பது பற்றிய துல்லியமான தகவல்களை முன்கூட்டியே தருவது அவசியமாகும். பயணம் செய்யும்போது- அது திட்டமிட்டதோ அல்லது திட்டமிடப்படாததோ, திட்டமிடாத அவசர நிலைகளுக்கும் கூட ஆன்டி-டோப்பிங் அட்மினிஸ்ட்ரேஷன் அண்ட் மேனேஜ்மெண்ட் ஸிஸ்டம் (ADAMS) உபயோகிக்கப்பட வேண்டும். உங்களை எளிதாக கண்டு கொள்வதற்கு தெளிவான அறிவுறுத்தல்கள் தரப்பட வேண்டும்.

A மாதிரி சோதனையில் பாசிட்டிவ் என வந்தால்

NADA இண்டியாவே, ஆத்லெட்டை ரெஜிஸ்டர்டு டெஸ்டிங் பூலில் (RTP) வைக்கும் இறுதி முடிவு செய்யும் அதாரிடியாகும். இந்த தேர்வானது, WADA-வால் வெளியிடப்பட்டுள்ள பரிசோதனை மற்றும் விசாரணைக்கான இன்டர்நேஷனல் ஸ்டாண்டர்டுக்கு இசைவானதாக இருக்கும். NADA இண்டியா RTP-க்கான தகுதி வரம்பை ரெகுலராக மறுஆய்வு செய்து அப்டேட் செய்து தொடர்புடைய வரம்புக்கு ஏற்ப பட்டியலை திருத்தம் செய்யும்.

ரெஜிஸ்டர்டு டெஸ்டிங் பூலில் இருக்கும் ஒவ்வொரு ஆத்லெட்டும் இவற்றை தர வேண்டியிருக்கும்:

இன்டர்நேஷனல் ஸ்டாண்டர்டு ஃபார் டெஸ்டிங் (ISTI) வரையறுத்திருக்கும் வகையில் ஆத்லெட்டுகள் ஒவ்வொரு காலாண்டிலும் தாங்கள் எங்கே இருக்கிறார்கள் என்ற விவரத்தை NADA இண்டியாவுக்கு தெரிவிக்க வேண்டும்.

எல்லா காலத்திலும் முழு தகவல்களை துல்லியமாக அப்டேட் செய்ய வேண்டும்

தேவைப்படும்போதெல்லாம் அந்த இருப்பிட இடங்களில் பரிசோதனை செய்யும் பொருட்டு அவர்கள் அந்த இடத்தில் இருக்குமாறு பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.



உண்மையை தெளிவாக எடுத்துத்துறையுங்கள்

நேர்மையான விளையாட்டுகளை போற்றிப் பாதுகாப்பது ஒவ்வொருவரின் கடமையாகும். நேர்மையான விளையாட்டுகளில் பங்கேற்கும் நபர்களுக்கு டோப்பிங் குறித்து சந்தேகம் எழும்போது அதை மூடி மறைக்காமல், துணிந்து தெளிவாக பேச வேண்டும். நேர்மையான விளையாட்டுக்கு களங்கம் விளைவிக்கும் வகையில் ஏதாவது சந்தேகத்துக்கு இடமான ஆக்டிவிடிகள் நடப்பதை பார்த்தால் அல்லது அதுபற்றி அறிந்திருந்தால் அதை தெரிவிக்க வேண்டிய பொறுப்பு அவர்களுக்கு இருக்கிறது. நேர்மையான விளையாட்டை பாதுகாத்திட அத்தகைய தீச்செயல்களை தெரிவிக்க அல்லது அது பற்றிய விவரங்களை பகிர்ந்து கொள்வதற்கு பல்வேறு வழிகள் உள்ளன.

உண்மையை எடுத்துரைப்பது-WADA-வின் ரிப்போர்டிங் பிளாட்ஃபார்ம்

WADA-வின் ஸ்பீக் அப் பிளாட்ஃபார்ம், யாராவது தனி நபர் அல்லது நிறுவனம் குறித்த தகவல்களை தெரிவிப்பதை அனுமதித்து அதை மிகவும் கடுமையான ரகசிய முறையில் வைத்துக் கொள்கிறது. நேர்மையான விளையாட்டுக்கு எதிரான சந்தேகத்துக்கு இடமளிக்கும் டோப்பிங் - ஏதாவது ADRV அல்லது செயல் அல்லது புறக்கணிப்புகளை நீங்கள் இதன் வாயிலாக தெரிவிக்கலாம் https://speakup.wada.ama.org/frontpage.

NADA இண்டியாவின் ஸ்பீக்-அப் பிளாட்ஃபார்ம்

இந்த ஸ்பிக் அப் பிளாட்ஃபார்ம், ஆத்லெட்டுகள், ஸப்போர்ட் பர்சனல் மற்றும் விரிந்து பரவியுள்ள விளையாட்டு சமுதாயம் ஏதாவது சந்தேகத்துக்கு இடமளிக்கும் ADRVs பற்றி தெரிவிக்க அதிகாரம் அளிக்கும் விதமாக NADA இண்டியாவால் உருவாக்கப்பட்டிருக்கும் ஓர் அத்தியாவசியமானதாகும். இந்த பிளாட்ஃபார்ம் உலகெங்கும் பின்பற்றப்படும் மிகச் சிறந்த நடைமுறைகளுக்கு இசைவாக செயலாற்றி விளையாட்டின் ஒருமைப்பாட்டை போற்றிப் பராமரிப்பதற்காக இந்தியாவின் உறுதிப்பாட்டை வலியுறுத்துகிறது.

இந்த பிளாட்ஃபார்ம், தரப்படும் விவரங்களின் ரகசியக்காப்பு மற்றும் பத்திரத்தன்மையை நிச்சயப்படுத்தி பழிவாங்கப்படுவோம் என்ற அச்சம் எதுவுமின்றி நல்லெண்ணத்தோடு தெரிவிக்க விசில் புளோயர்களை அனுமதிக்கிறது. விசில்புளோயரின் சௌகரியத்தைப் பொறுத்து அந்த தவறான செயல்களை அவர்கள் அநாமதேயமாக அல்லது காண்டாக்ட் விவரங்களுடன் தெரிவிக்கலாம். டோப்பிங்க தொடர்புடைய ஏதாவது ஒழுங்குக்கு புறம்பான செயல்கள் நடப்பதை நீங்கள் கவனித்தீர்கள் என்றால் அதை உடனடியாக speakup-nada@gov.in-ல் தெரிவியுங்கள்.

இம்முயற்சியானது இந்தியாவில் வெளிப்படையான, நெறிமுறையான மற்றும் நேர்மையான விளையாட்டு சுழலை மேம்படுத்த உண்மையாக விளையாடும் பரந்த இலக்கை ஆதரிக்கிறது.

சோஷியல் பிளாட்ஃபார்முகளுக்கான லிங்க்குகள்:





ட்விட்டர் (x)

https://x.com/NADAIndiaOffice

இன்ஸ்டாகிராம்

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

தரேட்ஸ்

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

லிங்க்டுஇன்

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

பேஸ்புக்

https://www.facebook.com/NADAIndiaOfficial

லிங்க் ட்ரீயை அக்சஸ் செய்வதற்கு QR கோடு மற்றும் லிங்க்:

https://linktr.ee/NadaIndialinks

தடை செய்யப்பட்ட ஊக்க மருந்துகள் உங்கள் ஸ்போர்டிங் கரீயரை பாழாக்க அனுமதிக்காதீர்கள்

ஆத்லெட்டுகள், தடை செய்யப்பட்டிருக்கும் மருந்துகள் அல்லது அதன் உட்பொருட்களின் நிலவரங்களை NADA இண்டியா உடன் எளிதாக தேடி கவனக்குறைவான டோப்பிங்கிலிருந்து தங்களை பாதுகாத்துக் கொள்ள முடியும்.

உங்கள் மெடிக்கல் ஏப்-ஐ தெரிந்து கொள்ளுங்கள்

டவுன்லோடு செய்ய இங்கே ஸ்கேன் செய்யவும்



குறிப்பு: ஏதாவது பிழை இருந்தால், இந்த கைப்பிரதியின் ஆங்கில வெர்ஷனே இறுதியானதாக கருதப் படும்.

सत्यमेव जयते
Government of India

निष्पक्ष खेल
Play fair

நேஷனல் ஆன்டி டோப்பிங் ஏஜன்சி இண்டியா

ரேம்ப் நெ.oஉ, ஹால் நெ. 103-104, முதல் தளம்,
ஜவஹர்லால் நேரு ஸ்டேடியம் காம்ப்ளெக்ஸ், லோது ரோடு, நியூ டில்லி-110003
போன்: +91-11-24368274, ஈமெயில்: info.nada@nic.in,edu-nadaindia@gov.in

#SAYNO TODOPING

இன்றும் மற்றும் என்றென்றும்