

АПТЕЧКА СПОРТСМЕНА: КАК СОБРАТЬ И НЕ НАРУШИТЬ АНТИДОПИНГОВЫЕ ПРАВИЛА?

Аптечка спортсмена: как собрать и не нарушить антидопинговые правила?

Собираетесь в отпуск или на сборы?

Не забудьте главное – проверить содержимое аптечки с точки зрения антидопинговых правил. Помните: принцип строгой ответственности работает 24/7, даже на пляже.

Пять правил безопасной аптечки:

- Проверяйте каждый препарат через list.rusada.ru;
- Сообщайте врачу о том, что вы спортсмен - для лечения запрещенными веществами может потребоваться разрешение на ТИ;
- Читайте состав, а не только название - в Запрещенном списке перечислены действующие вещества, а не торговые названия лекарств;
- Собирайте лекарства на все случаи жизни - сервисы по проверке лекарств доступны не во всех странах;
- Храните свои лекарства отдельно – собирайте аптечку так, чтобы в ней были только ваши лекарства.

Обратите особое внимание на:

- ◆ Противопростудные (псевдоэфедрин)
- ◆ Спреи от насморка (Ринофлуимуцил)
- ◆ БАДы и спортивные добавки — зона повышенного риска

SOS Заболели на отдыхе?

Не занимайтесь самолечением! Обратитесь к врачу и обязательно проверьте назначенные препараты перед использованием.

Помните: незнание состава препарата не освобождает от ответственности. Но внимательность и пара минут на проверку могут спасти карьеру.

Будьте внимательны и отдыхайте спокойно!