

Deutscher Schachbund engagiert sich gegen Doping

Auf der Hauptausschusssitzung des Deutschen Schachbundes in Dresden am 22. November 2008 stimmten die Mitgliedsverbände mehrheitlich für ein Anti-Doping-Regelwerk. Damit einher geht die Verpflichtung, ab dem 1. Januar 2009 Informationen zur Dopingbekämpfung auf den Internetseiten des Verbandes zu veröffentlichen. Eine Aufnahme des Anti-Doping-Codes der WADA (Welt-Anti-Doping-Agentur) in die Satzung soll folgen. Vom Bundesrechtsberater Ernst Bedau liegt mir jetzt ein erster längerer Aufsatz vor. So werden durch die NADA (Nationale Anti-Doping-Agentur) jeweils drei Teilnehmer bzw. Teilnehmerinnen der Deutschen Einzelmeisterschaften (Frauen, Männer, U18 männlich und weiblich) kontrolliert. Die erste Kontrolle wird es demzufolge bei der Deutschen Einzelmeisterschaft vom 5. - 15. Februar in Saarbrücken geben. Darüber hinausgehende Kontrollen sind derzeit nicht geplant. Eigens für das Thema Doping habe ich im Intern-Menü einen Unterpunkt eingerichtet. Dort finden Sie im Laufe der nächsten Monate weiteres Material, worauf auch auf der Homepage hingewiesen wird. Ernst Bedau

Was ist Doping?

Eine einfache Definition für den Begriff Doping gibt es nicht. Verbotenes Doping ist nicht gleichzusetzen mit einer verbotswidrigen Herbeiführung einer Leistungssteigerung. Die meisten von uns Schachsportlern assoziieren mit Doping den Läufer oder den Kugelstoßer oder den Leichtathleten, der mit verbotenen Substanzen seinen Muskelaufbau fördert. Dies ist aber nur ein Aspekt von Doping.

Der Begriff Doping

Das Wort Doping stammt ursprünglich aus Südafrika und bezeichnete einen starken Schnaps, den die Eingeborenen bei Festen und Kulthandlungen getrunken haben. Der Begriff Doping wurde von den Buren (weiße Einwanderer Südafrikas) und später von den Engländern übernommen und bezeichnet in der Folgezeit generell Getränke mit stimulierender Wirkung. Im Jahr 1889 tauchte der Begriff Doping zum ersten Mal in einem englischsprachigen Lexikon auf. Nach der Definition dieses Lexikons handelt es sich beim Doping um eine Mischung aus Opium und Narkotika, die in dieser Zeit bei Pferderennen den Pferden verabreicht wurde.

Definition von Doping

Nach der offiziellen Definition der Nationalen Anti Doping Agentur (NADA) gilt als Doping:

- das Vorhandensein eines verbotenen Wirkstoffes, seiner Stoffwechselprodukte oder Marker in den Körpergewebe- oder Körperflüssigkeitsproben,
- die Anwendung oder der Versuch der Anwendung eines verbotenen Wirkstoffes oder einer verbotenen Methode,
- die Verweigerung oder das Unterlassen einer Dopingkontrolle ohne zwingenden Grund,
- der Verstoß gegen die Meldevorschriften einschließlich der Angaben zum Aufenthaltsort bei Kontrollen außerhalb der Wettkämpfe,
- die heimliche Beeinflussung der Dopingkontrolle,
- der Besitz eines verbotenen Wirkstoffes/Hilfsmittel oder einer verbotenen Methode, auch durch das Hilfspersonal des Sportlers,
- der Verkauf oder die Weitergabe von verbotenen Wirkstoffen oder verbotenen Methoden,
- die Verabreichung/Anwendung oder versuchte Verabreichung/Anwendung von verbotenen Wirkstoffen oder verbotenen Methoden,
- in Deutschland: Teilnahme an einem Wettkampf während einer Sperre.

Wo finde ich die verbotenen Wirkstoffe und Methoden?

Die verbotenen Wirkstoffe Methoden sind in der Verbotensliste der World Anti-Doping Agency (WADA) der Prohibited List aufgeführt. Diese wird jährlich aktualisiert. World Anti-Doping Agency (WADA) Stock Exchange Tower 800 Place Victoria (Suite 1700), P.O. Box 120, Montreal (Quebec) H4Z 1B7 Kanada www.wada-ama.org Eine deutschsprachige Version der Listen findet man auf den Internetseiten der NADA, Nationale Anti Doping Agentur (NADA), Heussallee 38, 53113 Bonn www.nada-bonn.de Wichtig: Es ist die Pflicht eines jeden Sportlers, sich zu erkundigen ob es eine neue Version der Verbotensliste gibt.

Internetangebot der NADA für Schachspielerinnen und Sportler

Der WADA-Code und der NADA-Code Die Welt Anti Doping Agentur (WADA) und in Deutschland die Nationale Anti Doping Agentur (NADA) haben ein Regelwerk erstellt. Maßgebend ist der WADA-Code, Sportlerinnen und Sportler sollten diesen Code kennen und sich mit dem Regelwerk vertraut gemacht haben.

Das sollen Sie aus Kapitel I des NADA-Codes wissen:

Der erste Teil des NADA-Codes unterteilt sich in fünf Artikel, in denen die wichtigsten Aspekte des Dopings beschrieben sind:

Artikel 1 - Definition des Begriffes Doping

Als Doping wird nicht nur die Einnahme verbotener Substanzen bezeichnet, sondern auch bestimmte Methoden oder Verhaltensweisen. Was in diesem Sinne also alles als Doping gewertet wird, finden Sie in Artikel 2.

Artikel 2 - Verstöße gegen die Doping-Bestimmungen

Ein Verstoß gegen die Anti-Doping-Bestimmungen liegt nicht nur vor, wenn bei einer Kontrolle Hinweise auf verbotene Substanzen gefunden werden. Die Anwendung oder versuchte Anwendung einer verbotenen Substanz oder Methode wird auch dann als Doping geahndet, wenn sie nicht zu einer Leistungssteigerung geführt hat. Auch der Besitz oder die Weitergabe von und der Handel mit verbotenen Wirkstoffen oder Hilfsmitteln für verbotene Methoden sowie die Anleitung, Vertuschung oder Unterstützung beim Doping gilt als Verstoß gegen die Anti-Doping-Bestimmungen. Weitere Verstöße sind die Umgehung oder Beeinflussung von Dopingkontrollen, die Verletzung von Meldepflichten und die Teilnahme an Wettkämpfen während einer Sperre.

Artikel 3 - Nachweis eines Verstoßes gegen Anti-Doping-Bestimmungen

Zunächst muss ein Verstoß gegen Anti-Doping-Bestimmungen "mit hinreichender Sicherheit" festgestellt werden. Das ist zum Beispiel der Fall, wenn eine Dopingkontrolle einen positiven Befund ergibt. Dabei wird nicht nur auf die verbotenen Substanzen selbst getestet, sondern auch deren Abbauprodukte (Metaboliten) und auf chemische und biologische Veränderungen im Körper, die auf Doping schließen lassen. Sind Betroffene mit ihrem Ergebnis nicht einverstanden, müssen sie selbst einen Gegenbeweis für ihre Unschuld erbringen. Wichtig: Es gilt selbst dann als Verstoß gegen die Anti-Doping-Bestimmungen, wenn Sie eine verbotene Substanz unwissentlich zu sich genommen haben. Denn es ist Ihre Pflicht, sich jeweils aktuell darüber zu informieren, welche Substanzen verboten sind und worin sie enthalten sind.

Artikel 4 - Die Liste der verbotenen Wirkstoffe und Methoden

Die Liste verbotener Wirkstoffe und Methoden wird mindestens einmal im Jahr aktualisiert. Wichtig: Es ist Ihre Aufgabe, sich zu erkundigen, ob es eine neue Liste mit verbotenen Mitteln gibt. Die jeweils aktuelle Liste finden Sie auf der Website der NADA. Sie sind auch verpflichtet, sich zu

vergewissern, dass jedes Medikament, Nahrungsergänzungsmittel oder sonstige Präparate, die Sie einnehmen, keine verbotenen Substanzen enthält. Im Serviceteil dieser Broschüre finden Sie auf den Seiten 18 und 19 einige Beispiele für verbotene und erlaubte Medikamente.

Artikel 5 - Medizinische Ausnahmegenehmigung

Bei Erkrankungen ist mitunter die Anwendung bestimmter Medikamente notwendig. Besprechen Sie mit Ihrem Arzt, welche Medikamente helfen. Sollten Wirkstoffe nötig sein, die auf der Verbotensliste stehen, brauchen Sie unbedingt eine medizinische Ausnahmegenehmigung. Hier gibt es zwei Verfahren: die TUE (Therapeutic Use Exemption) und das vereinfachte Verfahren ATUE (Abbreviate Therapeutic Use Exemption).

Wichtig: Die Genehmigungen müssen vor dem Einsatz der Medikamente eingeholt werden.

Download von Listen und Formularen

Auf der NADA-Website können Sie alle Formulare und aktuellen Listen, die Sie benötigen, bequem herunterladen. Im Downloadbereich finden Sie:

- den vollständigen NADA Code,
 - die Liste der verbotenen Wirkstoffe und Methoden,
 - eine umfassende Beispielliste zulässiger Medikamente,
 - die TUE-Formulare für medizinische Ausnahmegenehmigungen,
 - Formulare für Mitteilungen des Wohnsitzes oder ständigen Aufenthaltsorts und von Adressänderungen,
 - Abmeldeformulare für die Meldung längerer Abwesenheit vom angegebenen Aufenthaltsort,
 - Formulare für Rahmentrainingspläne (Angabe der Trainingsstätten und Kerntrainingszeiten).
- Das Doping-Kontrollsystem

Wer wird kontrolliert?

Der Deutsche Schachbund hat mit der NADA einen Rahmenvertrag abgeschlossen. Festgelegt ist, dass bei folgenden Meisterschaften jeweils drei Teilnehmerinnen/Teilnehmer getestet werden:

- Deutsche Einzelmeisterschaft der Herren,
- Deutsche Einzelmeisterschaft der Frauen,
- Deutsche Jugendmeisterschaft U 18 männlich und weiblich.

Weitere Dopingkontrollen sind zur Zeit im Bereich des Deutschen Schachbundes nicht vereinbart. Wir werden Sie auf dieser Seite unterrichten, wenn sich hieran etwas ändert. Die betroffenen Spielerinnen und Spieler werden dann selbstverständlich unmittelbar informiert.

Aktuell und wichtig: Weitere Kontrollen außerhalb dieser Meisterschaften werden zur Zeit nicht vorgenommen. Insbesondere also nicht:

- in den Bundesligen,
- bei sonstigen Deutschen Meisterschaften z. B. der Senioren, Blitz- oder Schnellschachmeisterschaft u. s. w.,
- in sonstigen Spielklassen.

Welche Arten von Kontrollen werden durchgeführt?

Es gibt Wettkampf- und Trainingskontrollen. Für den Deutschen Schachbund gibt es im Moment nur Wettkampfkontrollen, keine Trainingskontrollen.

Der Ablauf der Urinkontrolle

Das Kontrollpersonal muss sich zunächst ausweisen. Sie können dann ein sogenanntes Probenahmekit auswählen, das zwei Flaschen mit einer identischen Codenummer auf Deckel und Flasche enthält (orange gelbes Etikett für die A-Probe, blaues Etikett für die B-Probe). Unter genauer Sichtkontrolle müssen Sie dann einen Becher mit mindestens 75 ml eigenem Urin füllen (die Sichtkontrolle entfällt, wenn Sie unter 16 Jahren sind). Der Urin wird dann auf die zwei Flaschen verteilt. Ein kleiner Rest verbleibt im Becher, um sofort die Dichte und den pH-Wert des Urins zu prüfen. Je nach Ergebnis kann es sein, dass das Kontrollpersonal eine weitere Probe verlangt.

Die Flaschen für die A- und B-Probe können, wenn sie einmal versiegelt wurden, erst im Labor wieder geöffnet werden. Dabei wird die Versiegelung gebrochen. Eine Manipulation, beispielsweise auf dem Weg ins Labor, ist deshalb nicht möglich. Aufgrund des Codes auf den Etiketten ist auch keine Verwechslung möglich.

Was ist zu tun, wenn ich Medikamente nehme?

Sie müssen gegenüber dem Kontrollpersonal Angaben machen über die Medikamente, die Sie in den vergangenen sieben Tagen eingenommen haben. Sollten Sie Medikamente einnehmen, die auf der aktuellen Liste verbotener Wirkstoffe stehen, müssen Sie angeben, ob Sie eine TUE oder ATUE haben. Diese muss natürlich vor der Anwendung beantragt werden.

Das Kontrollprotokoll

Über den Ablauf der Dopingkontrolle wird auf einem vorgedruckten Formular ein Protokoll abgefragt. Auch Ihre Angaben über Medikamente und eine vorliegende TUE werden dort eingetragen. Wenn Sie Bedenken haben, ob bei der Kontrolle alles mit rechten Dingen zugegangen ist, sollten Sie auch das auf dem Protokoll vermerken. Das Formular wird am Ende von Ihnen und vom Kontrollpersonal unterschrieben. Eine anonymisierte Kopie des Protokolls wird zusammen mit den Urinproben an das Labor geschickt. Einen Durchschlag bekommen Sie ausgehändigt.

Das Ergebnis

Wie das Ergebnis der Kontrolle war, erfahren Sie spätestens sechs Wochen nach der Kontrolle. Dabei gilt: Wenn Sie nichts vom Verband hören, war der Test negativ. Wer einen Online-Zugang zum Xtra-Net oder zu ADAMS hat, kann das Ergebnis auch dort nachsehen.

Wie lange dauert eigentlich meine Unterwerfung unter den NADA-Code?

Der Deutsche Schachbund regelt zur Zeit die Unterwerfung der Spielerinnen und Spieler unter den NADA-Code in einer sogenannten Athletenvereinbarung. Die Kündigungsmodalitäten werden noch von der Kommission Leistungssport festgelegt. Bis dahin gelten die Athletenvereinbarungen begrenzt.

Doping und die Konsequenzen

Sportliche Folgen

Aus sportlicher Sicht bedeutet eine positive Probe meist das Ende der Karriere. Ohne ein konkretes Ziel vor Augen und den motivierenden Vergleich des Wettkampfs fehlt den meisten die Kraft für das gezielte Training. Hinzu kommt, dass die Förderung durch den Leistungskader und somit schnell der Anschluss an die Elite verloren geht. Gerade in Sportarten, in denen die Teilnehmenden sehr jung sind, sind zwei Jahre Sperre eine lange Zeit.

Wer beim Wettkampf gegen Anti-Doping-Bestimmungen verstößt, wird sofort disqualifiziert. Und wenn im Mannschaftssport mehr als ein Mitglied einer Mannschaft gedopt ist, kann es passieren, dass das ganze Team disqualifiziert wird. Natürlich werden Dopingsündern und -sünderinnen die unter Dopingeinfluss errungenen Siege auch rückwirkend aberkannt.

Gesundheitliche Folgen

Die Auswirkungen des Dopings auf den Körper und die Psyche werden gerne vernachlässigt. Die meisten Dopingmittel werden bei bestimmten Erkrankungen auch von Ärzten verschrieben. Es ist jedoch in höchstem Maß ungesund und kann sehr gefährlich werden, wenn gesunde Menschen zum Zweck der Leistungssteigerung Medikamente einnehmen, die zur Heilung von Krankheiten bestimmt sind.

Soziale Folgen

Sportlerinnen und Sportler, die des Dopings überführt wurden, haften immer ein gewisser Zweifel an, auch wenn zukünftige Test negativ verlaufen. Dopende betrogen aber nicht nur die andren. Sie betrügen auch sich selbst. Oftmals müssen dopende Sportlerinnen oder Sportler ihr ganzes Wertesystem auf den Kopf stellen, um das Dopen vor sich selbst rechtfertigen zu können. Doch in der Rückschau schämen sich viele Athletinnen und Athleten für ihren (Selbst-) Betrug, manche hassen sich sogar dafür.

Der Überblick über die Dopingsubstanzen

Die verbotenen Wirkstoffe sind in neun verschiedenen Substanzklassen (S1 - S9) eingeteilt. Diese Substanzklassen und die wichtigsten Substanzen werden im Folgenden beschrieben.

S1 - anabole Wirkstoffe

Die "klassischen" Anabolika sind sogenannte Steroidhormone (kurz: Steroide), die dem männlichen Sexualhormon Testosteron ähneln. Sie fördern die Eiweißherstellung in den Muskelzellen und bewirken damit den Aufbau von mehr Muskelmasse. Testosteron hat neben der anabolen auch noch eine androgene Wirkung. Diese bezeichnet die Ausreifung der typisch männlichen Geschlechtsmerkmale, wie z. B. eine stärkere Körperbehaarung oder eine tiefe Stimme. Da diese unterschiedlichen Wirkungsweisen immer zusammenhängen, spricht man auch von anabolen, androgenen Steroidhormonen (AAS). Die gebräuchlichsten synthetischen Steroidhormone sind Nandrolon, Metandionon und Stanozolol.

Nebenwirkungen:

Neben Akne und vermehrten Wassereinlagerungen (Ödemen) im Gewebe bewirken Anabolika eine Schädigung der Leber und erhöhen das Risiko von Arterienverkalkung, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Herzinfarkt. Bei Frauen können Störungen des Menstruationszyklus, eine Vergrößerung der Klitoris, verstärkte Körperbehaarung und Veränderung der Stimme auftreten, bei Männern eine Vergrößerung der Brust und eine Schrumpfung der Hoden. Anabolika begünstigen auch die Entstehung von Tumoren in der Leber, in der Gebärmutter, an den Hoden und Prostata. Weitere mögliche Nebenwirkungen sind Gefühlsschwankungen, Aggressivität sowie Störungen der Gedächtnisleistung und Konzentrationsfähigkeit.

S2 - Hormone und verwandte Wirkstoffe

Eines der bekanntesten Mittel aus dieser Gruppe ist Erythropoietin (EPO). EPO ist ein Hormon, das in der Niere gebildet wird und die Aufgabe hat, die Produktion der roten Blutkörperchen (Erythrozyten) zu regulieren. Über die Blutbahn wird das Hormon von der Niere bis zum Knochenmark transportiert, wo es die Bildung neuer Erythrozyten anregt. Je mehr rote Blutkörperchen vorhanden sind, desto mehr Sauerstoff kann beispielsweise in die Muskeln transportiert werden. Daraus resultiert eine höhere Leistungsfähigkeit im Ausdauerbereich. Deshalb gehört EPO zu den verbotenen Substanzen.

Nebenwirkungen:

Die unkontrollierte Einnahme von EPO bewirkt durch die künstliche Erhöhung der Zahl der roten Blutkörperchen eine "Verdickung" des Blutes. Das führt nicht nur zu Blutdrucksteigerung, sondern auch zur Entstehung von Thrombosen bis hin zum tödlichen Gefäßverschluss.

Somatotropin (human growth hormone, HGH) ist ein Wachstumshormon. Es beschleunigt die Teilung der Zellen, was sich als Wachstum bemerkbar macht. Im Leistungssport ist HGH wegen seiner anabolen Wirkung verboten.

Nebenwirkungen:

Bei der Einnahme des Wachstumshormons HGH kann es zu krankhaftem Wachstum an nicht knöchernen Körperstrukturen, vor allem an Organen, kommen. Treten derartige Veränderungen am Herzen auf, kann dies zum Herztod führen. Eine längere Anwendung von HGH kann außerdem den Blutzuckerspiegel erhöhen.

Insulin steht auf der Liste der verbotenen Substanzen, weil es die Wirkung von Anabolika verstärkt, indem es verhindert, dass die gewonnene Muskelmasse wieder abgebaut wird. Diabetiker (Zuckerkrankte), die Insulin brauchen, erhalten hierfür eine Ausnahmegenehmigung (TUE).

Nebenwirkungen:

Die Anwendung von Insulin kann bei gesunden Menschen eine gefährliche Unterzuckerung zur Folge haben.

Die Humane Choriongonadotropin (HCG) wird bei Frauen im ersten Drittel der Schwangerschaft gebildet und steuert die Ausschüttung des Schwangerschaftshormons Progesteron. Bei Männern bewirkt HCG dagegen eine vermehrte Ausschüttung von Testosteron. Damit hat es eine leistungssteigernde Wirkung und ist deshalb als Dopingsubstanz für Männer verboten.

S3 - Beta-2-Agonisten

Beta-2-Agonisten sind in Arzneimitteln gegen Asthma enthalten. Sie verbessern die Atmung und erhöhen bei hoher Dosierung auch die Herzfrequenz und den Blutdruck. Beta-2-Agonisten haben zusätzlich auch eine anabole Wirkung und sind deshalb verboten. In diesem Zusammenhang ist vor allem der Beta-2-Agonist Clenbuterol bekannt geworden.

Nebenwirkungen:

Nebenwirkungen von Beta-2-Agonisten zeigen sich vor allem am Herzen. Dazu gehören die Erhöhung der Herzschlagfrequenz, eine Schwächung des Herzmuskels, Herzrhythmusstörungen und Angina Pectoris. Des Weiteren können unkontrollierbare Muskelzuckungen und erhöhte Glukosewerte im Blut (Überzuckerung) auftreten.

S4 - Antiöstrogene

Antiöstrogene werden von männlichen Athleten benutzt, um unerwünschte Nebenwirkungen von Anabolika zu vermeiden. Denn Anabolika wandeln sich bei Männern im Stoffwechselprozess in Östrogene (weibliche Hormone) um. Der Missbrauch von Anabolika kann daher bei Männern eine unnatürliche Vergrößerung der Brust (Gynäkomastie) bewirken. Antiöstrogene sollen diesem Effekt entgegenwirken. Es wird außerdem vermutet, dass Antiöstrogene den Testosteronspiegel im Blut erhöhen.

Nebenwirkungen:

Zu den häufigsten Nebenwirkungen von Antiöstrogenen gehören Sehstörungen, Übelkeit und Erbrechen. Bei Frauen kann es zu Störungen des Menstruationszyklus kommen, außerdem zu Veränderungen an der Gebärmutter und den Eierstöcken. Auch Zysten können auftreten. Zudem besteht die Gefahr eines Verschlusses von Blutgefäßen durch Blutgerinnsel (Thrombosen).

S5 - Diuretika und andere Maskierungsmittel

Diese Substanzen dienen dazu, den Nachweis von Dopingsubstanzen bei Urinkontrollen zu vereiteln. Diuretika sind Substanzen, die auf die Nieren einwirken und zu einer vermehrten Harnausscheidung führen. Aufgrund dieser entwässernden Wirkung können mit Diuretika Urinproben so "verwässert" werden, dass ein Nachweis von Dopingsubstanzen nicht mehr möglich ist. Andere Maskierungsmittel wie Probenecid und Epitestosteron greifen in den Hormonwechsel ein. Sie verändern oder beschleunigen die Ausscheidung von Testosteron mit dem Urin und erschweren es damit, die Einnahme von Anabolika nachzuweisen.

Nebenwirkungen:

Die Gefahr bei der Anwendung von Diuretika besteht in ihrer entwässernden Wirkung. Mit der Flüssigkeit werden dem Körper Mineralstoffe entzogen, was bedrohliche Störungen des Elektrolythaushalts nach sich ziehen kann. Die Folgen: akuter Blutdruckabfall, Muskelkrämpfe, Kreislaufkollaps, Magen- und Darmprobleme.

S6 - Stimulanzien (für Schachsportler bedeutsam)

Stimulanzien sind Aufputschmittel, die sowohl die körperliche als auch die psychische Leistungsfähigkeit kurzfristig verbessern. Zu dieser Substanzklasse gehören zum Beispiel Amphetamin,

Kokain und Ecstasy. Die Wirkung der Stimulanzien ist vergleichbar mit der Wirkung körpereigener Hormone wie Adrenalin und Noradrenalin. Sie helfen, Müdigkeit zu überwinden, erhöhe die Aktivität der Nerven, steigern die Aufmerksamkeit und das Selbstbewusstsein. Stimulanzien führen dem Körper jedoch keine Energie zu, sondern ermöglichen es, die Energienreserven des Organismus bis zur Erschöpfung auszubeten.

Nebenwirkungen:

Amphetamine, Kokain und Ecstasy haben aufgrund der Ausschöpfung aller körperlichen Reserven schwerwiegende Nebenwirkungen: Schwere Erschöpfungszustände, Blutdruckanstieg, Herzrhythmusstörungen und Herzinfarkt, Krampfanfälle, Atemlähmungen und Kreislaufkollaps können die zum Teil lebensgefährlichen Folgen sein. Psychische Nebenwirkungen sind Unruhe und Übererregtheit, Schlafstörungen, Halluzinationen, Angstzustände und Wahnvorstellungen bis hin zur Psychose. Derartige Nebenwirkungen und Langzeitfolgen werden auch im Zusammenhang mit Ephedrin beschrieben, selbst wenn es sich um frei verkäufliche Präparate handelt.

S7 - Narkotika

Zu den Narkotika gehören Betäubungsmittel wie Heroin, Morphin und Methadon. Narkotika werden wegen ihrer schmerzstillenden Wirkung als Doping beim schmerzverursachenden Sportart wie etwa im Kampfsport verwendet. Sie werden aber auch mit Stimulanzien kombiniert und können deren Wirkung verstärken.

Nebenwirkungen:

Alle Narkotika verursachen Übelkeit, oft auch Erbrechen, Kopfschmerzen und Benommenheit. Vor allem bei Überdosierung kommen lebensbedrohliche Nebenwirkungen hinzu: Atemlähmung können zu einer Unterversorgung der Gefäße mit Sauerstoff führen und einen (oft tödlichen) Kreislaufschock nach sich ziehen. Darüber hinaus bringt der Konsum von Morphin, Heroin und Methadon schwere körperliche und psychische Abhängigkeit mit sich. Bei regelmäßigem Konsum von Morphinen kommt es auch zu Depressionen, einem Verlust an Selbstvertrauen, zu Wahnideen und Psychosen.

S8 - Cannabinoide (für Schachsportler bedeutsam)

Cannabinoide sind Substanzen wie Haschisch oder Marihuana, die den Wirkstoff THC enthalten. Sie werden aus dem indischen Hanf gewonnen. Allgemein wird die Wirkung als entspannend und stimmungsaufhellend beschrieben. Bei höherer Dosierung kann es aber auch zu Unruhe und Angst oder zu Panikreaktionen kommen. Diese Wirkungen können gefährliche Folgen nicht nur für die Konsumenten selbst, sondern auch für andere haben. Deshalb ist Cannabis bei Wettkämpfen verboten. Da das THC aber noch Wochen nach der Einnahme nachweisbar ist, empfiehlt sich für Athletinnen und Athleten ein genereller Verzicht.

Nebenwirkungen:

Hohe Dosen von Cannabis können zu Unruhe und Angst oder zu Panikreaktionen und Verwirrung führen. Bei Menschen, die dafür eine Veranlagung haben, kann Cannabis auch Psychosen oder Depressionen auslösen. Außerdem besteht die Gefahr einer psychischen Abhängigkeit. Das Rauchen von Haschisch oder Marihuana schädigt darüber hinaus die Atemwege ebenso wie das Rauchen von Tabak.

S9 - Glukokortikoide

Zu den Glukokortikoiden gehören die Hormone Cortison und Cortisol, die als Medikamente gegen Asthma, Allergien und Entzündungen verwendet werden. Glukokortikoide wurden auf die Liste der verbotenen Substanzen gesetzt, nachdem sie von Athletinnen und Athleten bei einigen Sportarten ohne medizinische Begründung eingenommen und sogar gespritzt wurden. Glukokortikoide bewirken zwar keine unmittelbare Leistungssteigerung; sie können durch die Unterdrückung der Immunabwehr den Körper sogar eher schwächen. Andererseits haben Glukokortikoide eine leicht euphorisierende Wirkung und können Müdigkeit und Schmerzempfinden unterdrücken.

Nebenwirkungen:

Die Einnahme von Glukokortikoiden über längere Zeit bewirkt eine extreme Schwächung des Immunsystems und damit eine erhöhte Anfälligkeit für Infektionserkrankungen. Glukokortikoide bewirken außerdem eine "Umverteilung" des Fettes im Körper, wobei die Arme und Beine dünner werden, während es am Körperstamm, im Nacken und im Gesicht zu einer Fettzunahme kommt.

Übersicht über verbotene Wirkstoffe in Medikamenten

Den verschiedenen Substanzklassen sind auch zahlreiche Arzneimittel zugeordnet, deren Gebrauch im Leistungssport nicht erlaubt ist. Da diese Liste nie vollständig sein kann, empfiehlt es sich, immer den Beipackzettel genau durchzulesen, wenn Sie Medikamente verschrieben bekommen.

S1 - anabole Wirkstoffe:

Anabole-androgene Steroide einschließlich Prohormone und andere anabole Wirkstoffe wie Clenbuterol.

S2 - Hormone und verwandte Wirkstoffe

Z. B.: EPO, HGH, HCG, LH, Insulin (antragspflichtig - TUE), ACTH.

S3 - Beta-2-Agonisten

Alle. Die Behandlung mit Formoterol, Salbutamol, Salmeterol, Terbutalin als Inhalation ist genehmigungspflichtig - ATUE.

S4 - Wirkstoffe mit antiöstrogener Wirkung

Aromatase-Hemmer (z. B. Anastrozol, Letrozol, Aminoglutethimid, Exemestan, Formestan, Testolacton), selektive Estrogen-Rezeptor-Modulatoren (z. B. Raloxifen, Tamoxifen, Toremifen) und andere Antiöstrogene wie Clomifen, Cyclofenil und Fulvestrant.

S5 - Diuretika und andere Maskierungsmittel

Diuretika: alle, z. B. Furosemid (z. B. Lasix), Hydrochlorothiazid (z. B. Esidrix) Spironolacton (z. B. Osyrol), Torasemid (z. B. Unat), Triamteren (z. B. Dytide H).

Maskierungsmittel: alle, z. B. Diuretika, Epitestosteron, Probenecid, Finasterid, Plasmaxpander.

S6 - Stimulanzien

Z. B.: Amphetamine (z. B. Pervitin), Ephedrine (verschiedene Mittel gegen Erkältungskrankheiten), Kokain, Methylphenidat (z. B. Ritalin), Pemolin (z. B. Tradon).

S7 - Narkotika

Alle, z. B. Morphin, Pentazocin (z. B. Fortral), Pethidin (z. B. Dolantin).

S8 - Cannabinoide

Haschisch, Marihuana.

S9 - Glukokortikoide

Alle, z. B. Dexamethason, Prednisolon, Triamcinolon (verboten beim Wettkampf oral, rektal, intravenös oder intramuskulär, sonst teilweise anzeigepflichtig).

Bei bestimmten chronischen und akuten Erkrankungen können für einige Medikamente Ausnahmegenehmigungen (TUE und ATUE) bei der NADA beantragt werden. Entsprechende Formulare finden Sie auf der NADA-Internetseite: www.nada-bonn.de

Verbotene Methoden

Neben Dopingsubstanzen, die unmittelbar leistungssteigernd wirken, sind auch bestimmte Methoden verboten:

- Verbesserung des Sauerstofftransports im Blut (z. B. Blutdoping, künstliche Sauerstoffträger),
- pharmakologische, chemische und physikalische Manipulation z. B. des Urins,
- Gendoping.

Nähere Informationen zu diesen Methoden finden Sie auch bei www.highfive.de.

Erlaubte Medikamente

Auch Athletinnen und Athleten können krank werden und gezwungen sein, Medikamente zu nehmen. Und für fast alle Beschwerden gibt es Medikamente, die nicht gegen die Anti-Doping-Regeln

verstoßen. Die nachfolgende Liste ist nur eine beispielhafte, keinesfalls vollständige Übersicht über erlaubte Medikamente. Rezeptpflichtige Präparate sind mit "Rp" gekennzeichnet.

Allergie:

Cetirizin (z. B. Zyrtec), Desloratadin (z. B. Aerius Rp), Loratadin (z. B. Lisino).

allergisches Asthma und allergische Bronchitis:

Behandlung mit dem Hausarzt oder dem Verbandsarzt absprechen - viele Medikamente sind genehmigungspflichtig.

allergischer Schnupfen:

Behandlung nasal z. B. Budesonid (z. B. Pulmicort, Topinasal Rp), Cromoglycinsäure (z. B. Vividrin), Dexamethason (z. B. Dexa-Rhinospray Rp), Xylometazolin (z. B. Otriven).

Antibabypille:

Alle Antibabypillen Rp.

Bronchitis, Husten:

Acetylcystein (z. B. ACC akut), Ambroxol (z. B. Ambroxol), Bromhexin (z. B. Bisolvon), Codein (z. B. Codipront Rp), Thymian (z. B. Bronchicum).

Durchfall:

Loperamid (z. B. Imodium Rp), Perenterol, Tannaomp

fiberhafte Infekte:

ASS, Ibuprofen, Paracetamol - alle Antibiotika Rp.

Halschmerzen und Schluckbeschwerden:

Dobendan, Dorithricin, Frubienzym, Hexoral, Mallebrin, Meditonsin.

Magenschmerzen/Sodbrennen:

Algeldrat (z. B. Maaloxan), Butylscopolaminiumbromid, z. B. Buscopan, Metoclopramid (z. B. Passertin Rp), Omeprazol (Omeprazol Rp).

Reisekrankheit

Dimenhydrat (z. B. Vomex A), Meclozin (z. B. Postadoxin N Rp), Scopolamin (z. B. Scopodern TTS Rp).

Schlafstörungen

Nitrazepam (z. B. Mogadan Rp), Temazepam (z. B. Planum Rp)

Schmerzmittel

ASS (z. B. Aspirin), Ibuprofen (z. B. Imbun), Paracetamol (ben-u-ron), Tramadol (z. B. Tramal Rp)

Verstopfung

Agiolax, Bisacodyl (z. B. Dulcolax)

Zahnschmerzen

ASS-Paracetamol-Koffein (bzw. Codein) (z. B. dolomo TN Rp)

Sanktionen

Für die Sanktionen gilt uneingeschränkt der Anti Doping Code der NADA (ADC). Es gelten die Vorschriften des 3. Abschnittes mit folgenden Besonderheiten für den Bereich des Deutschen Schachbundes:

1. Für die Einleitung des Verfahrens im DSB zuständig ist der Beauftragte für die Dopingbekämpfung bzw. der Präsident des Deutschen Schachbundes.
2. Verbandseigenes Sanktionsorgan ist das Schiedsgericht des DSB.
3. Berufungsinstanz ist das Deutsche Sportschiedsgericht, wenn eine entsprechende schriftliche Vereinbarung darüber vorliegt. Liegt eine solche schriftliche Vereinbarung über die Zuständigkeit des Deutschen Sportschiedsgerichts als Berufungsinstanz nicht vor, ist die Entscheidung des Schiedsgerichts des DSB letztinstanzlich. Dagegen kann der ordentliche Rechtsweg vor der ordentlichen Gerichtsbarkeit beschritten werden.
4. Bei Dopingverstößen wird automatisch der Weltschachbund FIDE unterrichtet, ebenso die Landesverbände, da sich eventuelle Sanktionen auch auf den Bereich der Landesverbände erstrecken.
5. Sollte gegen einen Schachsportler eine Spielsperre verhängt werden, gilt diese für den gesamten Spielbetrieb, also auch im Amateurbereich, z. B. in einer unteren Spielklasse auf Kreis- oder Bezirksebene.

Wichtige Adressen:

Antidoping-Beauftragter:

Dr. Stefan Hehn, Bodneggerstraße 7, 88287 Grünkraut, Tel.: 0751 / 63383, Fax: 0751 / 64403, sterohehn@gmx.de, sterohehn@gmx.de

Vorsitzender des DSB-Schiedsgerichts:

Otto-Dietrich Kaufmann, Kiebitzweg 13, 21717 Fredenbeck, Tel.: 04149 / 633, dietrich.kaufmann@t-online.de, dietrich.kaufmann@t-online.de

Stellv. Vorsitzender des DSB-Schiedsgerichts:

Rainer Oechslein, Haafstraße 13, 97082 Würzburg, Tel.: 0931 / 3292740

Beisitzer des DSB-Schiedsgerichts:

Dr. Guenter Tobien, Bischof-Gebhard-Straße 18, 88696 Owingen, Tel. + Fax: 07551 / 68386

Beisitzer des DSB-Schiedsgerichts:

Dr. Manfred Dornieden, Gorch-Fock-Straße 26, 26931 Elsfleth, Tel.: 04404 / 2663, Fax: 04404 / 5289, Mdornieden@aol.com, Mdornieden@aol.com

Tipps zu einem dopingfreien Schachsport

Die Folgen von Doping sind gravierend. Aber was können Sie tun, wenn Ihnen Doping angeboten wird? An wen können Sie sich wenden und um Rat fragen?

Kritisches Nachfragen ist angesagt

Wichtig ist, nicht einfach alles hinzunehmen, was Ihnen gesagt wird. Informieren Sie sich, fragen Sie nach, seien Sie kritisch. Denn Sie müssen auch dann die Konsequenzen tragen, wenn Sie unwissentlich dopen, z. B. weil Ihr Hausarzt die aktuelle Liste der verbotenen Wirkstoffe nicht kennt und Ihnen ein Medikament verschreibt, das auf der Verbotensliste steht.

Den Hausarzt oder Apotheker fragen

Ärzte und Apotheker sollten über die meisten Medikamente und die gesundheitlichen Risiken Bescheid wissen. Fragen Sie daher immer nach, welche Inhaltsstoffe ein Medikament enthält, und vergleiche Sie es mit der aktuellen Version der Verbotensliste. Oder nehmen Sie die aktuelle Liste gleich mit in die Praxis oder Apotheke, fragen Sie einen Sportmediziner, den Verbandsarzt des Deutschen Schachbundes oder erkundigen Sie sich über die NADA-Hotline, Tel.: 0228 / 81292-13

Mit einem vertrauten Menschen sprechen

In schwierigen Situationen ist es immer gut, wenn Sie jemanden haben, dem Sie sich anvertrauen können. Jemanden, der Ihnen hilft, die Situation aus einer anderen Perspektive zu betrachten und Ihre Entscheidungen, vor allem wenn es um Doping geht, auch unterstützt und respektiert.

Fachkundigen Rat bei NADA und DOSB einholen

Sollten Sie Fragen zum NADA-Code haben oder sich erkundigen wollen, ob z. B. ein bestimmtes Mittel tatsächlich erlaubt ist, können Sie jederzeit bei der NADA schriftlich um Rat bitten. Und beim Deutschen Olympischen Sportbund gibt es seit der Wintersaison 2006/2007 Vertrauensleute, die Athletinnen und Athleten bei Fragen und Problemen im Zusammenhang mit Doping als Ansprechpartner zur Verfügung stehen.

NADA

DOSB

Alternativen suchen

Haben Sie Ihr Potenzial voll ausgeschöpft? Wie ist Ihr Lebensstil außerhalb des Trainings? Sie haben viel mehr Möglichkeiten, Ihre Leistung zu verbessern, als Sie denken. Bei www.highfive.de sind für Sie einige dieser Alternativen zusammengestellt.

Stellung beziehen

Wenn Ihnen jemand nahe legt zu dopen oder Ihnen sogar Dopingmittel anbietet, können Sie auch einfach Stellung beziehen und sagen: "Ich dope nicht!" Je deutlicher und entschiedener Sie Ihre Standpunkte klarmachen, um so weniger wird man versuchen, Sie zu überreden oder unter Druck zu setzen. Denn schließlich weiß jeder, dass Doping verboten ist.

Informationen im Internet

Online-Angebote der NADA

www.nada-bonn.de

Die Nationale Anti Doping Agentur informiert im Internet über Doping und Dopingkontrollen und stellt sämtliche aktuelle Listen und Formulare zum Download bereit.

www.highfive.de

www.highfive.de ist das Internetangebot der NADA für junge Athletinnen und Athleten. Hier finden Sie zu allen Themen, die auf dieser Seite angesprochen werden, weitergehende Informationen.

<https://adams.wada-ama.org/adams>

<https://xtranet.antidopingagentur.de>

Im internationalen System ADAMS und im NADA XtraNet verwalten die Athleten der Testpools ihre persönlichen Daten online. Zugangs-codes bekommen Sie über die NADA.

Onlineangebote rund um den Sport

www.sportgericht.de

Auf dieser Internetseite finden sich aktuelle Nachrichten aus dem Sport, eine Übersicht über bekannt gewordene Dopingfälle und Informationen zu sportrechtlichen Themen.

Onlineangebote zum Thema Doping

www.dopinginfo.de

Der Internetauftritt des Instituts für Biochemie an der Deutschen Sporthochschule Köln bietet detaillierte Informationen zu allen Dopingsubstanzen und -methoden sowie ihren Wirkungen und Nebenwirkungen.

www.dopinginfo.ch

Das Schweizer Bundesamt für Sport nimmt mit der Fachkommission Dopingbekämpfung für die Schweiz die gleichen Aufgaben wahr wie in Deutschland die NADA. Auf seiner Internetseite befinden sich umfassende Informationen über Doping.

www.drugcom.de

www.drugcom.de ist ein Projekt der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, das sich vorrangig an Jugendliche richtet. Hier findet sich Wissenswertes rund um die gängigsten legalen und illegalen Drogen. Außerdem gibt es ein Quiz, Selbsttests, Tipps für den Notfall und Angebote zur Drogenberatung.

Warum Dopingkontrollen im Schachsport?

Lange Jahre wurde behauptet, Doping in Schach gäbe es überhaupt nicht. Dies ist objektiv falsch. Alle verbotenen Substanzen mit stimulierender Wirkung, alle Substanzen, die die Ermüdbarkeit zurückdrängen, die Konzentrationsfähigkeit fördern und sich auf den Siegeswillen aktivierend auswirken, sind auch im Schachsport Doping. Unabhängig davon können nach dem Grundsatz mens sana in corpore sano (ein gesunder Geist in einem gesunden Körper) auch verbotene Substanzen, die das körperliche Wohlergehen und die körperliche Befindlichkeit verbessern, sich auf die geistigen Fähigkeiten auswirken.

Argumente für Dopingfreiheit im Schach:

1. Der Deutsche Schachbund will Schach ohne Doping.
2. Der Deutsche Schachbund will seine Schachsportspieler vor den Nebenwirkungen der Einnahme verbotener Substanzen schützen und sie vor gesundheitlichen Risiken bewahren.
3. Doping schafft einen verbotenen, unfairen Wettbewerbsvorteil. Der Deutsche Schachbund will den ehrlichen dopingfreien Schachspieler vor solchen Manipulationen schützen.
4. Dopingbekämpfung ohne Dopingkontrollen ist halbherzig und inkonsequent. Glaubwürdige Dopingbekämpfung setzt vernünftige Kontrollmechanismen voraus.
5. Schach besitzt eines der geringsten Dopingpotentiale im Vergleich zu anderen Sportarten. Dies wollen wir nach Außen hin glaubwürdig dokumentieren.
6. Kinder, Schüler und Jugendliche und deren Eltern dürfen sicher sein, dass der Deutsche Schachbund und die Deutsche Schachjugend alles tun, um die Einnahme verbotener Substanzen aus falsch verstandenem Ehrgeiz zu unterbinden. Ein offener und offensiver Umgang mit dieser Thematik schafft Vertrauen. Für dieses Vertrauen steht die Schachorganisation und stehen die zahlreichen Trainer und Betreuer mit ihrer Glaubwürdigkeit ein.

Warum keine eigene Dopingliste für den Schachsport?

Immer wieder wird die Frage gestellt, warum es für den Schachsport nicht eine eigene, eingeschränkte Liste der verbotenen Medikamente und Wirkstoffe gibt, also eine besondere Liste für Denksportarten (Mind Sports). In Holland gab es eine solche Liste einmal für eine kurze Zeit. Die NADA vertritt die Position, dass es im Sport ohne wenn und aber um einen umfassend dopingfreien Sport gehen muss, der keine Ausnahmen zulässt.

Wenn es hier eine Änderung geben kann, dann nur durch den Weltschachbund FIDE, der allein in der Lage wäre, bei der WADA auf eine Änderung der Verbotensliste hinzuwirken. Die Chancen dafür sind jedoch gleich null. Die FIDE denkt auch nicht daran, hier initiativ zu werden. Dies bedeutet also, dass für den Schachspieler die selben Substanzen verboten sind wie auch für einen Boxer oder einen Leichtathleten oder einen Gewichtheber. Dies verlangt die Solidarität des Sport dem Schachsportler ab.

Sportpolitischer Hintergrund

Das Deutsche Schach finanziert sich zu einem beachtlichen Teil aus öffentlichen Sportgeldern. Dies fängt an mit dem Deutschen Schachbund. Er bekommt sportspezifische Zuwendungen. Das gilt aber auch für die meisten Landesschachbünde, die ihrerseits aus Sportmitteln der Bundesländer über die Landessportbünde mit finanziert werden. Dies geht aber hinunter bis zu den Vereinen, die als Sportvereine verschiedene Vorteile, z. B. aus kommunaler Sportförderung, für sich in Anspruch nehmen können. Gerade die Vereine bekommen Zuschüsse über ihre Landesschachverbände aus sogenannten Schlüsselzuweisungen der Landessportbünde für Anschaffungen und Investitionen. Ausgebildete Trainer und Übungsleiter erhalten Zuschüsse. Diese gesamten finanziellen Zuwendungen aus Sportmitteln gehen dem Schachsport verloren, wenn sich der Schachsport über die Dopingproblematik aus dem Sport herauskatapultiert. Jahrzehntlang hat Schach dafür gekämpft, als Sport anerkannt zu werden. Es geht nicht an, dass Schach sich dort, wo es Vorteile bringt, zum Sport bekennt und dort, wo es um solidarisches Verhalten geht, wie bei der Dopingbekämpfung, eine Sonderrolle für sich beansprucht.