



**KOMISJA MEDYCZNA  
Polskiego Związku Piłki Nożnej**

www.pzpn.pl

## LISTA SUBSTANCJI, LEKÓW I METOD ZAKAZANYCH

Lista substancji, leków i metod zakazanych ([2007\\_List\\_En](#)) jest międzynarodowym standardem wskazującym, które substancje i metody są zakazane w trakcie trwania zawodów sportowych oraz/lub pomiędzy zawodami. Lista zakazana wymienia również konkretne substancje zakazane w poszczególnych dyscyplinach sportowych. WADA publikuje nową wersję Listy Zakazanej tak często, jak jest to konieczne, a co najmniej raz w roku. Pierwsza wersja co roku będzie udostępniona co najmniej trzy miesiące przed jej wejściem w życie.

### Struktura Listy Zakazanej

Lista składa się z trzech części:

I. Substancje i metody zakazane zawsze (tj. podczas trwania, jak również poza zawodami sportowymi)

- S1. Środki anaboliczne (anaboliki)
- S2. Hormony i substancje pokrewne
- S3. Beta-2 agoniści
- S4. Środki o aktywności anty-estrogenowej
- S5. Środki moczopędne i inne środki maskujące
- M1. Zwiększenie transportu tlenu
- M2. Chemiczna i fizyczna manipulacja
- M3. Doping genowy

II. Substancje i metody zakazane w trakcie trwania zawodów sportowych

Wszystkie kategorie wymienione w części I plus:

- S6. Środki pobudzające (stymulanty)
- S7. Narkotyki
- S8. Kanabinoidy
- S9. Glukokortykosteroidy

III. Substancje zakazane w szczególnych dyscyplinach sportu

- P1. Alkohol
- P2. Beta blokery

**ZAWSZE** uświadom swojego lekarza, że jesteś elitarnym sportowcem, którego obowiązują przepisy antydopingowe FIFA. Jeżeli kiedykolwiek nie jesteś pewny co zawiera produkt, nie przyjmuj/bierz go dopóki nie będziesz pewny, że nie jest on zakazany. Niewiedza nigdy nie jest wymówką do przyjęcia. **ZAWSZE** odnoś się z ostrożnością do substancji przyjmowanych poza zawodami sportowymi, ponieważ przyjmowane w krótkim czasie przed zawodami mogą zostać wykryte w trakcie ich trwania.

### Komisja Medyczna PZPN

dr Robert Śmigielski  
Przewodniczący Komisji Medycznej  
ul. Miodowa 1  
00-080 Warszawa  
tel: (22) 5512200  
fax: (22) 5512240  
e-mail: robert.smigielski@pzpn.pl