



РАЗБОР

## Есть ли спорт без допинга?

12 карточек · 11:15, 16 ноября 2015

[Ссылка на материал](#)

Это PDF-версия материала, опубликованного на «Медузе». Вы можете отправить этот файл в любом мессенджере или по электронной почте вашим близким в России, особенно тем, кто не умеет обходить блокировки. Вы можете также распечатать этот текст и показать его тем, кто не пользуется интернетом.

«Медуза» признана «нежелательной» организацией на территории РФ, поэтому, пожалуйста, будьте осторожны и делитесь нашими материалами только с теми, кому доверяете.

Подробнее о «нежелательном» статусе.

Самый удобный способ читать «Медузу» без VPN — это скачать наше приложение. Оно работает в России, несмотря на блокировку, и это абсолютно безопасно. Версия для iOS и для Android. Приложение на Android также можно скачать по прямой ссылке.

Устанавливайте приложение не только себе, но и близким!

1. Что случилось?
2. Что такое допинг, почему раньше о нем не говорили так много?
3. Как принимают допинг?
4. Эти препараты нельзя принимать ни при каких обстоятельствах?
5. Спортсмены всегда знают, когда принимают допинг?
6. Правда ли, что допинг есть везде и без него вообще не победить?
7. Где сейчас допинга больше всего? Есть ли виды, где его нет?
8. Кто и как ищет допинг?
9. Проверки помогают очистить спорт от допинга?
10. Россия попадает на допинге только в легкой атлетике?
11. В России больше допинга, чем в других странах?
12. Почему отстранили только Россию, если в других странах тоже есть допинг?

## Что случилось?

Российских легкоатлетов временно отстранили от международных соревнований. Всемирное антидопинговое агентство (ВАДА) выяснило, что в российской легкой атлетике действовала целая система подмены положительных допинг-проб чистыми. Как утверждается в расследовании, это делалось с ведома Министерства спорта и под контролем ФСБ. Теперь российским легкоатлетам придется выступать на Олимпиаде—2016 под флагом Олимпийского комитета или вовсе пропустить игры. Несколько олимпийских чемпионов и призеров могут пожизненно дисквалифицировать.

---

## Что такое допинг, почему раньше о нем не говорили так много?

Допинг — использование запрещенного вещества, которое способно увеличить физические возможности спортсмена, подкрепить его нервную систему, создать дополнительное и неестественное преимущество перед соперниками. Раньше о допинге не говорили так много,

потому что это явление стало массовым относительно недавно. Хотя в некоторых видах спорта — например, в беге — допинг использовался еще в первой половине XX века.

---

### 3

## Как принимают допинг?

Обычно в таблетках и через инъекции, но есть и более специфичные разновидности. Например, запрещено переливание собственной крови, которое ускоряет доставку кислорода к мышцам, тем самым увеличивая их производительность. Среди традиционных видов, по последним данным, наиболее популярны анаболики (48% от общего количества нарушений), которые повышают мышечную силу, выносливость и ускоряют восстановление после нагрузок. Еще часто используют стимуляторы (15%, активизируют деятельность центральной нервной системы, снижают усталость), диуретики (13%, регулируют вес, уменьшают содержание воды в организме, маскируют использование других препаратов). В России спортсменов часто ловят на эритропоэтине — это гормон, который повышает уровень гемоглобина, позволяя крови переносить больше кислорода. Таким образом, повышается выносливость, увеличивается

скорость бега. Есть и узкопрофильный допинг — скажем, в стрельбе и прыжках в воду используют бета-блокаторы, которые замедляют пульс и успокаивают тремор.

---

## 4

### **Эти препараты нельзя принимать ни при каких обстоятельствах?**

Иногда можно. Спортсмену могут разрешить употребить запрещенное вещество, если это необходимо по медицинским показаниям. Но есть несколько необходимых условий: 1) без запрещенного препарата состояние здоровья спортсмена может значительно ухудшиться; 2) употреблению этого вещества нет разумной альтернативы; 3) препарат не будет приниматься для дополнительного улучшения результатов — только для возвращения в норму. Разумеется, не все спортсмены ведут себя честно. Комиссия по реформам в велоспорте провела опрос среди спортсменов, и один из них сообщил, что справки от врачей в 90% случаев лживы и используются для улучшения показателей, а не лечения болезней. Другой оценил долю подложных справок в 20%.

---

## **Спортсмены всегда знают, когда принимают допинг?**

Почти всегда. Очень редко, но все же попадаются тренеры, которые кормят своих спортсменов допингом тайно. Так в 2012 году случилось с белорусской толкательницей ядра Надеждой Остапчук, которая выиграла золото Олимпийских игр, но была лишена медали из-за следов анаболического стероида метенолона. Оказалось, что ее личный тренер, опасаясь недостаточно высокого результата, добавил в еду спортсменки запрещенное вещество. Позже тренер признал ошибку и сказал, что должен сменить фамилию с «Ефимов» на «Идиот».

---

## **Правда ли, что допинг есть везде и без него вообще не победить?**

Не совсем. Допинг есть во всех крупных видах спорта. Правда, процент нарушений не такой гигантский, как можно вообразить после скандальных расследований. В 2014 году у легкоатлетов по всему миру взяли 25 830 допинг-проб, нарушения были обнаружены только в 261

пробирке (всего 1% от общего числа). В водных видах процент нарушений и вовсе составил 0,5. Победить без допинга, конечно, можно, но многое зависит от вида спорта. Чаще всего в олимпийской истории нарушения фиксировали в мужской тяжелой атлетике: там у призеров отняли 13 медалей. На втором месте — женский лыжный спорт (восемь отобранных медалей). К чемпионам относятся очень подозрительно. Пробы хранятся 10 лет, судебные разбирательства иногда затягиваются на долгие годы, поэтому правда может вскрыться далеко не сразу.

---

## 7

### **Где сейчас допинга больше всего? Есть ли виды, где его нет?**

Сильнее всего допингом увлекаются в легкой атлетике: в 2014 году было зафиксировано 95 серьезных нарушений. На втором месте — бейсбол (62), следом — тяжелая атлетика (28). На четвертом месте велоспорт (16). Честные спортсмены собрались в шахматах, поло и воздушных видах (парашютный спорт и прочее) — там за год не обнаружено ни одной положительной пробы.

---



## Кто и как ищет допинг?

Этим занимаются Всемирное и национальное антидопинговые агентства — ВАДА и РУСАДА соответственно. Их сотрудники собирают анализы крови и мочи спортсменов, после чего специальные лаборатории ищут в пробах следы запрещенных препаратов или изменений, которые происходят под их воздействием. Пробы делят на две части — А и В. Первую вскрывают сразу, вторую оставляют на случай, если понадобится повторное исследование — например, при оспаривании дисквалификации.

Допинг-контроль делится на два типа: соревновательный (начинается за 12 часов до турнира или забега и заканчивается после финиша, проверять могут абсолютно всех) и внесоревновательный (проводится между стартами без предварительного уведомления спортсмена).

Вне соревнований обычно проверяют лидеров и бывших нарушителей. К спортсменам из этого списка могут прийти с пробирками прямо домой в любой момент, хоть в шесть утра. И если допинг-агенты трижды наткнутся на закрытые двери, спортсмену просто выпишут дисквалификацию — даже если он ничего запрещенного не принимал. Отказываться от тестов тоже

нельзя — это приравнивается к положительной допинг-пробе.

---

## 9

### **Проверки помогают очистить спорт от допинга?**

Да, но не особенно. Лучше всего рассмотреть пример велоспорта, где после громких скандалов 1990-х и нулевых годов команды были вынуждены отказаться от организованных допинг-программ. Известно, что с 1985-го по 2014-й как минимум 69 врачей помогали гонщикам употреблять запрещенные препараты — сейчас все эти доктора отстранены. Программы удалось свернуть благодаря, в первую очередь, длительным дисквалификациям и введению биологических паспортов — системы, которая фиксирует каждый анализ спортсмена и реагирует на малейшее колебание основных показателей (скрыть действие допинга на дистанции становится сложнее). Однако говорить о полном очищении нельзя. В марте независимая комиссия по реформам в велоспорте отметила, что допинг ушел в подполье: теперь гонщики используют микродозы в вечернее время, чтобы обмануть систему на следующий день.

## **Россия попадает на допинге только в легкой атлетике?**

Если бы. За всю историю у России из-за допинга отняли 12 олимпийских медалей: три золотых (две в лыжном спорте и одна — в толкании ядра), пять серебряных (три в лыжном спорте, по одной — в биатлоне и метании диска) и четыре бронзовых (по одной в плавании, борьбе, толкании ядра и тяжелой атлетике).

Из последних скандалов можно выделить биатлонный: летом были дисквалифицированы два действующих члена сборной России — Александр Логинов и Ирина Старых. Вернуться в спорт они смогут только в конце 2016 года.

---

## **В России больше допинга, чем в других странах?**

Нет. Главным показателем стоит считать даже не общее количество пойманных спортсменов (чем сильнее страна, тем больше у нее атлетов и допинг-проб),

а процент нарушений. В 2014 году Россия была в этом рейтинге на 53-м месте с результатом 0,9%. Это достаточно хорошо, ведь в 2013-м показатель был значительно выше — 1,36%. Но все равно можно лучше: в 2014 году процент нарушений у США составил 0,7%, у Китая — еще меньше, 0,4%.

---

## 12

### **Почему отстранили только Россию, если в других странах тоже есть допинг?**

Потому что сейчас только в России обнаружили целую систему подмены положительных проб чистыми, а также плотную связь национальных антидопинговых организаций со спортивными чиновниками. Пока вышла только первая часть расследования Всемирного антидопингового агентства, вторую опубликуют в конце года. Один из участников комиссии не исключил, что после публикации отстранить от соревнований могут всю Международную ассоциацию легкоатлетических федераций.

**Автор:** Владислав Воронин, Sports.ru

---

---

**m**