

# DOPING

Je užívání zakázaných látek nebo metod ve sportu ve snaze o zlepšení sportovního výkonu. Tyto látky a metody mohou poškodit sportovce nebo jsou v rozporu se sportovními pravidly.

## Stimulující látky

- aktivují centrální nervovou soustavu, potlačují únavu a pocit hladu. Ve sportu se používají k povzbuzení ostražitosti a rychlosti postřehu.

např. kofein, kokain, pervitin, efedrin



## Narkotické látky

- snižují práh bolesti a potlačují její vnímání.

např. morfin, heroin, kodein, návykové látky obsažené v konopí

## Anabolické látky (anabolické steroidy)

- podporují tvorbu bílkovin v těle, a tím i nárůst svalové hmoty. Zvyšují sílu, vytrvalost a urychlují regeneraci. Zneužívají se v kulturistice, gymnastice, atletice.

např. testosteron, nandrolon



Při dopingu jsou zneužívány i **hormony** a jim podobné látky. Jde především o růstový hormon, který způsobuje nárůst svalové hmoty, síly a výšky.

Dále je zneužíván **erythropoetin** (EPO). Tento hormon podněcuje tvorbu červených krvinek, kdy krev je schopná přenášet více kyslíku. Zneužívá se zejména při vytrvalostních sportech.



**Krevní doping** spočívá v tom, že krátce před závodem si sportovec aplikuje červené krvinky získané buď z krve dárce nebo z vlastní krve odebrané 6-8 týdnů před závodem.

Sportovci zneužívají rovněž **léky na astma a různé alergie**. Tyto léky způsobují uvolnění svalů dýchacích cest, a tím se prohlubuje dýchání. Toho se zneužívá především v cyklistice a v plaveckých disciplínách.

Další skupinou zneužívaných látek jsou **diuretika**, které zvyšují množství vylučované moči a odvodňují organismus. Používají se ke krátkodobému snížení tělesné hmotnosti. Jde o sporty jako judo, zápas, box, vzpírání, skoky na lyžích, dostihy, atd.

Mezi látky zakázané při soutěži patří i **alkohol**.