

禍從「口」入 · 誤用運動禁藥

運動禁藥知多D系列 6

雖然有運動員透過採用運動禁藥來提升表現，以獲得勝利及其背後的名利，有更多的運動員卻通過刻苦訓練，爭取成績。可是「清白」的運動員在不知情下，可能會接觸及攝入運動禁用物質，而不能通過藥檢，並面臨處分。



Hong Kong Anti-Doping Committee
香港運動禁藥委員會

在禁藥管制的世界，「不知情」不會被接受為抗辯的理由，根據嚴格責任原則，運動員無論是否故意採用運動禁藥，均須要為在他/她體內發現的任何禁用物質負責。

有見及此，香港運動禁藥委員會致力教育運動員，積極避免誤用運動禁藥，從而保持香港在國際體壇「清白」的形象。就讓我們藉此機會，讓讀者了解運動員在甚麼情況下可能會誤用運動禁藥？他們應如何避免禍從口「入」？

利用藥物治療傷病

運動員也有生病的時候，例如一些用於治療傷風、感冒的藥物，常含有運動禁藥，若醫生不知道病人是運動員，處方含有運動禁藥的藥物給予運動員，就會引致誤用運動禁藥的問題。除了口服藥物，外用藥物如藥膏、噴劑也可能含有運動禁藥。

採用化學成份不明的中草藥也存在一定危險，其他容易產生誤用禁藥問題的情況包括在未清楚其成份前服用成藥或從海外購買的藥物。所以運動員必須提醒醫生不能處方任何禁用物質，並在採用任何藥物包括成藥前，查詢藥物的禁用狀況，將誤用運動禁藥的可能減到最低。



服用補充劑

補充劑的生產和標籤，並不如藥物那般受到嚴格控制，在生產期間亦有可能受污染，它所含成份未必與其標籤所述相符，當中沒有被標明的成份甚至可能包括運動禁藥。

過往研究發現，市面多達20%補充劑產品含有未被標明的成份，並有可能導致服用者不能通過藥物檢測。

因此，運動員應向專業人士，例如隊醫或運動營養師，尋求意見，並選擇信譽良好的補充劑供應商。

食品污染

世界多個地區曾出現瘦肉精(克倫特羅)相關的食品污染/食物中毒個案，而克倫特羅為運動界被禁用的物質。

由於瘦肉精常被非法用於飼養豬、牛等動物，並有機會殘留在肉類及內臟，運動員食用了這些受污染的食物，便不能順利通過藥檢。所以運動員應避免食用牛和豬的內臟，並於信譽良好的商店或餐館購買肉類和食品。2011年於上海舉辦的世界游泳錦標賽，主辦單位為避免運動員誤食被禁藥污染的食物，更推出「無

禁藥餐廳」，以保證食物安全。

大部份未能通過藥檢的運動員經常用誤用運動禁藥作藉口，但只有充分的證據及運動員已做了一切預防措施下，此解釋才有可能被接納。

所以運動員在日常生活中，需要很大的付出，由細微的日常生活習慣，以至處理傷病時，都必須時刻保持警惕及積極採取一切預防措施，避免在不知情下誤用運動禁藥。因此，市民大眾應該更加支持香港的運動員，他們不但須要接受刻苦訓練，更須時刻積極避免誤用運動禁藥，杜絕禍從口「入」。