

Leikmenn í efstu deildum karla og kvenna

Lyf og undanþágur

1. *Þarftu að taka ný lyf eða ertu á lyfjum?*

Þá þarftu að vera alveg viss um að þau séu ekki á bannlista WADA (Alþjóðlega lyfjaeftirlitsins).

2. *Hvernig veistu hvort lyfin eru á bannlista WADA?*

Með því að hafa samband við umsjónarmann lyfjamála hjá ÍSÍ (s. 514-4000 / lyfjaeftirlit@isi.is) eða við KSÍ (s. 510-2900 / ksi@ksi.is). Ekki er víst að læknirinn þinn viti hvort lyfið sé á bannlistanum. Þú, og aðeins þú, ert ábyrg (-ur) fyrir því að þetta sé á hreinu og í lagi.

3. *Hvað gerirðu ef lyf sem þú þarft að taka er á bannlista?*

Getirðu ekki notað lyf sem eru leyfileg, og því ekki á bannlista WADA, þarf að sækja um undanþágu fyrir notkun bannaðs lyfs til lyfjaráðs ÍSÍ. Þetta gerir þú í samráði við þinn lækni. Undanþágubeiðni er að finna á www.isi.is á lyfjavef.

4. *Hvenær þarf að sækja um undanþágu?*

Það þarf að sækja um undanþágu **fyrirfram** (áður en byrjað er að taka lyf). **Ein undantekning** er frá þessu :

- a) Ef um bráðameðferð er að ræða þar sem líf og heilsa getur legið við (ekki hægt að bíða eftir samþykki undanþágu). Þá er sótt um undanþágu eins fljótt og auðið er.

5. *Hvar og hvernig sækirðu um undanþágu?*

Þú þarft í samráði við lækinn þinn að fylla út undanþágubeiðni samviskusamlega. Hana er hægt að prenta út af lyfjavef ÍSÍ (www.isi.is). Þú getur líka fengið aðstoð/upplýsingar á skrifstofu KSÍ eða ÍSÍ. Athugið að þetta þarf að gera tímanlega eða að lágmarki 24-25 dögum fyrir keppni / mót. Berist undanþágubeiðni of seint til ÍSÍ, getur það þýtt að þú fái ekki að keppa.

6. Hvað ef veikindi (lífsnauðsynleg þörf fyrir lyf af bannlista) koma upp skömmu fyrir leik eða mót?

Þá er sótt um undanþágu og beðið um flýtimeðferð. Ef um bráðameðferð (lyfjagjöf hafin eða búin) er að ræða þarf það að vera tryggt að ekki hafi verið hægt að nota önnur lyf sem leyfileg eru (ekki á bannlista WADA). Notkun lyfs á bannlista í bráðameðferð, skal vara eins stutt og mögulegt er og ekki til að koma leikmanni eins fljótt í leik og hægt er, heldur bera vott um bestu klínísku starfsvenjur.

7. Hvað með bólgueyðandi stera (glucocorticosteroids) gefna í sprautuformi í kringum vöðva-/sinafestur (peritendinous) í og við liði (intra og periarticular), í húð (intradermal) eða utanbasts (epidural, deyfingar við mænu)?

Þessi lyf eru leyfileg.

8. Hvað með stera (glucocorticosteroids) gefna í vöðva (i.m.), í æðar (i.v.), á töfluformi eða í formi stíla í endaparm?

Hér þarf undanþágur til ÍSÍ **fyrirfram**. Ef um lífsnauðsynlega bráðameðferð er að ræða er sótt um undanþágu eftir á, en eins fljótt og kostur er.

9. Hvað með stera (glucocorticosteroids) gefna í nef, á húð, í augu eða eyru?

Þessi lyf eru leyfileg og þarf ekki undanþágu.

10. Hvað með bólgueyðandi stera (glucocorticosteroids) gefna sem innöndunarlyf (astmalyf)?

Hér þarf ekki undanþágu

11. Þarf að upplýsa um lyf á lyfjaprófi?

Já það þarf að telja upp þau lyf sem maður hefur notað síðustu 7 daga.

12. Eru fæðubótarefni í lagi?

Neysla fæðubótarefna getur verið varasöm og er neysla slíkra efna því alfarið á þinni ábyrgð. Íþróttamenn hafa fallið á lyfjaprófum eftir inntöku fæðubótarefna. Rannsóknir hafa sýnt að fæðubótarefni geta verið menguð af efnum sem eru á bannlista WADA. Ekki er alltaf hægt að treysta því að öll innihaldsefni komi fram utan á pakkningum og því mælir KSÍ almennt ekki með neyslu slíkra efna.

13. Hvað með berkjuvíkkandi astmalyfin?

Salbutamol (ventolin), Formeterol (Oxis/Symbicort) og Salmeterol (Serevent/Seretide) eru leyfileg og þarf ekki undanþágu fyrir þeim. Athugið að eftirfarandi hámarksskammtar er fyrir þessi lyf. Fyrir Salbutamol (ventolin) 1600µg/24 klst og 800µg/12 klst, fyrir Formeterol 54 microgr/24 klst og fyrir Salmeterol 200µg/24klst.

Undanþágu fyrirfram þarf fyrir öll önnur berkjuvíkkandi astmalyf (td. Bricanyl, Terbutalin ofl). Sýna þarf fram á nauðsyn þess að nota lyf sem ekki eru leyfileg og að ekki sé hægt að nota lyf sem eru leyfileg.

15. Hvenær get ég átt von á að vera kallaður (kölluð) í lyfjapróf?

Þú getur átt von á því að vera kallaður (kölluð) í lyfjapróf í og utan keppni.

14. Skilyrði fyrir samþykkt á undanþágu (reglur WADA / UEFA).

Leikmaður myndi hafa veruleg heilsuvandamál ef hann/hún tæki ekki efni eða notaði ekki aðferð sem er á bannlista WADA. Ekki er önnur sambærileg leyfileg meðferð til.