

## Leikmenn í landsliðum (A og yngri, karla og kvenna) og leikmenn í Evrópukeppnum félagsliða (karla og kvenna)

### A: 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 (Alþjóða lyfjaeftirlitsstofnunarinnar)

#### 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 (ekki á bannlista WADA) þarf að **sækja um undanþágu fyrirfram** fyrir notkun bannaðs lyfs beint til UEFA/FIFA. Þetta gerir þú í samráði við þinn lækni. Undanþágubeiðni er að finna á [www.uefa.com](http://www.uefa.com), en KSÍ sér um að senda beiðnina fyrir þig.

#### 4. Hvenær þarf að sækja um undanþágu?

Það þarf að sækja um undanþágu **fyrirfram**, þ.e. áður en byrjað er að taka lyf. **Undantekning er** ef um **bráðameðferð** er að ræða þar sem líf og heilsa getur legið við (ekki hægt að bíða eftir samþykki á undanþágu, eingöngu í algjörum undantekningartilfellum). Ath að þó að um bráðameðferð á spítala sé að ræða er ekki alltaf víst að undanþágubeiðni eftir á, fyrir lyfjum sem notuð eru þar, sé samþykkt. Mikilvægt er að láta vita við alla læknismeðferð að um afreksíþróttafólk sé að ræða sem þurfi að gangast undir lyfjameðferð, það er þó ekki trygging fyrir því að ekki séu gefin lyf af bannlista sem ekki eru lífsnauðsynleg.

### ***5. Ef ég er skyndilega kallaður / kölluð inn í hóp?***

Ef þú ert á lyfi sem er á bannlista, áttu að hafa undanþágu frá ÍSÍ. UEFA tekur hana þá gilda ef öllum skilyrðum er fullnægt, en senda þarf til UEFA:

- a. Upphaflegu beiðnina um undanþágu
- b. Öll læknisfræðileg gögn sem styðja við greiningu og þörf á meðferð

### ***6. Hvar og hvernig sækirðu um undanþágu?***

Þú þarft í samráði við lækinn þinn að fylla út undanþágubeiðni samvisskusamlega. Hana er hægt að prenta út af lyfjavef UEFA ([www.uefa.com/](http://www.uefa.com/)). Þú getur líka fengið aðstoð/upplýsingar á skrifstofu KSÍ. Athugið að þetta þarf að gera tímanlega. Það getur tekið UEFA allt að **30 daga** að afgreiða undanþágubeiðni frá því að þeim berast öll nauðsynleg gögn. Berist undanþágubeiðni of seint til UEFA/FIFA, getur það þýtt að þú fái ekki að keppa. Athugið að sérreglur geta gilt fyrir mismunandi knattspyrnumót.

### ***7. Hvað ef veikindi (þörf fyrir lyf af bannlista) koma upp skömmu fyrir leik eða mót?***

Þá er sótt um undanþágu og beið um flýtimeðferð (í gegnum KSÍ). 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 af bannlista í bráðameðferð, skal vara eins stutt og mögulegt er. **Leikmaður má ekki keppa eða æfa fyrr en undanþága hefur verið samþykkt og leyfi veitt fyrir meðferð með bönnuðu lyfi/efni.**

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

Hér þarf ekki undanþágu.

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

Hér þarf ekki undanþágu.

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

Hér **þarf undanþágu** til UEFA **fyrirfram**. Ef um bráðameðferð (lífsnauðsynlega) er að ræða er sótt um undanþágu eftirá, en eins fljótt og kostur er.

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

Ekki þarf að sækja um undanþágu fyrir þessum lyfjum.

**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 hámarksskammtur á dag er fyrir þessi lyf. Hámarksskammtur fyrir Salbutamol (ventolin) er 1600µg/24 klst og 800µg/12 klst, fyrir Formeterol 54 microgr/24 klst og fyrir Salmeterol 200µg/24 klst.

**Undanþágu fyrirfram þarf fyrir öll önnur berkjuvíkkandi astmalyf** (td. Bricanyl, Terbutalin ofl.)

**Í undanþágubeiðninni** þarf að koma fram skýring á því af hverju ekki er hægt að nota leyfilegt berkjuvíkkandi lyf og því nauðsyn að nota lyf af bannlista.

**14. Hvenær geturðu 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 og án nokkurs fyrirvara. Gefa þarf uppá lyfjaprófi öll lyf sem notuð hafa verið síðustu 7 daga.

**15. 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 og ekki finnast aðrar meðferðir jafngildar sem eru ekki bannaðar.