

## СОДРЖИНА

1. Вовед	
- Допинг.....	3
2. Главен дел	
- Забранети супстанции, методи и несакани ефекти.....	4
- Контрола и тестирање.....	7
- Прекршување на антидопинг правилата.....	7
- Законската регулација кај нас.....	8
- Спортистите во канџите на дрогата.....	9
Дигачи на тегови.....	9
Велосипедизам.....	10
Атлетика.....	10
Гимнастика.....	11
Пливање.....	11
Бејзбол.....	12
Скијање.....	13
Фудбал.....	13
3. Заклучок.....	14
4. Користена литература.....	15

### Вовед

„Под допинг се подразбира користење, земање и давање на човечкиот организам туѓи супстанции или поголеми количества на супстанции што организмот нормално ги содржи, со цел на вештачки начин да се стимулираат, односно зголемат натпреварувачките способности на спортистот. Анкетите и тестирањата на спортистите покажаа две главни причини поради кои тие се определиле да користат стимулативни средства, се чувството на замор и зголемување на мускулните контрактилности и забрзување на мускулните реакции. Спортските рекреативци особено ги користат овие супстанции бидејќи го намалуваат апетитот и на тој начин вршат редукција на телесната маса, односно доаѓа до слабеење. За да остварат предност некои спортисти користат ергогени средства, односно средства кои ја подигнуваат нивната натпреварувачка способност над нивото на зададената генетска предиспозиција или тренирање. Ергогените средства можат да се поделат во пет групи:

Фармаколошки ( лекови кои ја подобруваат способноста, нпр. анаболици или стимуланси)

Физиолошки ( нпр. крвен допинг)

Психолошки ( нпр. хипноза)

Механички ( нпр. облека или опрема)

Нутритивни ( додатоци на исхраната)

Фармаколошките и физиолошките средства најчесто се нарекуваат “допинг”. Меѓународниот олимписки комитет (МОК) издаде листа на забранети супстанции. Денес проблемот на употреба на допинг во спортот ги загрижува, не само олимпискиот комитет и владата, туку и меѓународните здруженија кои ги поврзуваат стручњациите во спортот, вклучувајќи ги и најстарите, како Интернационалната федерација на спортска медицина (ФИМС).

Најчесто користени забранети супстанции, методи и несакани ефекти кои тие ги предизвикуваат Посебно внимание на сите оние кои на директен или индиректен начин се занимаваат со спорт им привлекува познатата “црна листа” на МОК, на која се наоѓаат преку 800 забранети супстанции чија употреба се смета за допинг.

Во спортот најчесто се користат стимулативни средства, наркотици, анаболички средства,

диуретици и пептидни хормони. Најчест метод на земање забранетите супстанци е преку орален пат и инекција.

**----- OSTATAK TEKSTA NIJE PRIKAZAN. CEO RAD MOŽETE PREUZETI NA SAJTU. -----**

[www.maturskiradovi.net](http://www.maturskiradovi.net)

**MOŽETE NAS KONTAKTIRATI NA E-MAIL: [maturskiradovi.net@gmail.com](mailto:maturskiradovi.net@gmail.com)**