

ちょっとレベルアップ！

# アンチ・ドーピングクイズ



ドーピングは  
人に勝つためにズルをすること  
禁止される薬や方法を使って成績を良くしようとする事

1	ドーピングの語源といわれるものは？ <input type="checkbox"/> 国の名前 <input type="checkbox"/> 人の名前 <input type="checkbox"/> 飲みものの名前
2	ドーピングが禁止されるのは“ずるいから”だけではない <input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ
3	ドーピング禁止物質の種類は国ごとに違う <input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ
4	禁止物質であるかどうか選手が自分で調べる方法はない <input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ
5	ドーピングについて知っておくべき人はだれ？ <input type="checkbox"/> トップアスリート <input type="checkbox"/> 選手のコーチや家族 <input type="checkbox"/> スポーツをするすべての人
6	スポーツファーマシストとは何？ <input type="checkbox"/> スポーツが大好きな薬剤師 <input type="checkbox"/> ドーピングの情報に詳しい薬剤師 <input type="checkbox"/> 薬物乱用を防ぐ活動をする薬剤師
7	大会直前に体調をくずし、薬が必要になってしまいました。 選手の薬の使い方としてふさわしいのはどれ？ <input type="checkbox"/> 大会が終わるまで薬を使わずに参加する <input type="checkbox"/> 家族が買ってきてくれた市販薬を使う <input type="checkbox"/> 使う前に医師や薬剤師やコーチなどに相談する
8	喘息で使う“貼りぐすり”や口内炎で口の中につける“軟膏” は飲み薬ではないのでドーピング違反にならない <input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ

## アンチ・ドーピングクイズ 答え

1	<p>ドーピングの語源といわれるものは？</p> <p><input type="checkbox"/> 国の名前 <input type="checkbox"/> 人の名前 <input checked="" type="checkbox"/> 飲みものの名前</p> <p>アフリカの原住民カフィール族が祭礼のときなどに飲む強い酒“dop”から来たものとされています。その後英語の辞書にdopeという単語が載ったのが1889年で、競走馬に用いられるアヘンと麻薬類の混合物と説明されています。今では競技スポーツにおける“禁止物質による不正な競技能力の向上”として理解されています。</p>
2	<p>ドーピングが禁止されるのは“ずるいから”だけではない</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ</p> <p>ドーピングにより競技中に死亡した初めての事例は1886年の自転車レースでした。その後も興奮薬の使用により死亡する例があるなど健康にも大きな被害を及ぼしています。こうした事例は社会にも応援する人にも大きな影響力があるだけでなく、ドーピングにより信頼やスポーツが持っている価値を失ってしまうのです。</p>
3	<p>ドーピング禁止物質の種類は国ごとに違う</p> <p><input type="checkbox"/> はい <input checked="" type="checkbox"/> いいえ</p> <p>“禁止表国際基準”という禁止物質、禁止方法を定めた一覧表は世界共通です。毎年最低1度は更新され1月1日から12月31日の期間が適応になります。ネット上でも公開されています。</p>
4	<p>禁止物質であるかどうか選手が自分で調べる方法はない</p> <p><input type="checkbox"/> はい <input checked="" type="checkbox"/> いいえ</p> <p>インターネット上に公開されている“globalDRO”では競技種目、薬の名前を入力することで誰でも調べられるようになっています。またスポーツ協会では毎年“アンチ・ドーピング使用可能リスト”を発行しており手元にあると安心できると思います。こちらもダウンロードできます。それでも調べられないときや判断に迷うときは、医師や薬剤師に相談すると良いと考えます。</p>

5	<p><b>ドーピングについて知っておくべき人はだれ？</b></p> <p><input checked="" type="checkbox"/> トップアスリート   <input checked="" type="checkbox"/> 選手のコーチや家族  <input checked="" type="checkbox"/> スポーツをするすべての人</p> <p>選手のクリーンなスポーツに参加する権利を守り、スポーツの精神を守らないければならないのは選手をサポートする人々にも関係します。また、くすりの適正使用という点から、ドーピングは薬物乱用の一つにもなりますのでスポーツをするすべての人が知っておく必要があります。</p>
6	<p><b>スポーツファーマシストとは何？</b></p> <p><input type="checkbox"/> スポーツが大好きな薬剤師   <input checked="" type="checkbox"/> ドーピングの情報に詳しい薬剤師  <input checked="" type="checkbox"/> 薬物乱用を防ぐ活動をする薬剤師</p> <p>日本アンチ・ドーピング機構により認定された薬剤師で、研修を通じて最新のドーピングに関する情報を得ています。選手へのドーピングに関する問い合わせに対して情報を提供したり、アンチ・ドーピングの啓発普及活動を行います。また、学校や地域の保健活動において薬物乱用防止活動にも関与します。</p>
7	<p><b>大会直前に体調をくずし、薬が必要になってしまいました。選手の薬の使い方としてふさわしいのはどれ？</b></p> <p><input type="checkbox"/> 大会が終わるまで薬を使わずに参加する  <input type="checkbox"/> 家族が買ってきてくれた市販薬を飲む  <input checked="" type="checkbox"/> 使う前に医師や薬剤師やコーチなどに相談する</p> <p>我慢や無理をせず適切に薬を使うことも大切です。薬は最終的には自身の判断で使用することになりますが、その際に周りから勧められた薬を使うのではなく、まずコーチや医師や薬剤師に相談し確認したうえで安全に使用することが大切です。</p>
8	<p><b>喘息で使う“貼りぐすり”や口内炎で口の中につける“軟膏”は飲み薬ではないのでドーピング違反にならない。</b></p> <p><input type="checkbox"/> はい   <input checked="" type="checkbox"/> いいえ</p> <p>喘息症状が急に現れたので保管しておいたツロブテロールテープを使ったところドーピング違反になった例があります。また、2022年1月から口内炎に使用する糖質コルチコイド（ステロイド、副腎皮質ホルモンなどと呼ばれる）については、競技会時の使用が禁止されました。ただし競技会時といっても大会の日だけ避ければ良いという意味ではありませんので注意が必要です。詳しくはお近くのスポーツファーマシストなどに相談してください。</p>