

Sauberer Sport bedingt gemeinsames Engagement

Herzog C¹, Steiner B²

¹ Eidg. Dipl. Apothekerin, Pharmazie & Medizin

² Stv. Direktor, Leiter Prävention & Information

Das Jahr 2018 startete mit der Meldung von Investigativjournalisten, dass in Bern ein Sportarzt verbotene Substanzen an Sportler abgeben soll. Der Sachverhalt wurde mit verdeckten Aufnahmen aus der Praxis untermauert. Die Stiftung Antidoping Schweiz hatte in dieser Angelegenheit über mehrere Jahre hinweg ermittelt und der zuständigen Staatsanwaltschaft bereits vor der Sendung ihr Dossier übergeben. Das Strafverfahren ist noch nicht abgeschlossen und entsprechend können zum Fall keine weiteren Angaben gemacht werden.

Der Fall ruft in Erinnerung, welche Rolle gewisse Ärzte in der Vergangenheit immer wieder in Dopingfällen gespielt haben. Es wird aber auch offensichtlich, wie wertvoll und unerlässlich die seriöse Arbeit integrierender Sportmediziner ist. Sie sind es, die Athletinnen und Athleten kompetent beraten, bei schwierigen Entscheidungen differenziert unterstützen und ihnen wenn nötig den richtigen Weg aufzeigen. Wir sind überzeugt, dass mit dem Engagement aller beteiligten Organisationen und Personen die Glaubwürdigkeit des Sports und der Schutz der Athletinnen und Athleten gewährleistet werden kann.

97% konsumieren Nahrungsergänzungsmittel

Während dem Talent Treff Tenero, dem sportartübergreifenden Trainingslager von Swiss Olympic, wurden im Mai 2018 431 Mitglieder von Schweizer Nachwuchsnationalkadern, vorwiegend U17 bis U19, teilweise auch jünger, aus 23 Sportarten befragt. Sie beantworteten im Rahmen einer Masterarbeit an der Berner Fachhochschule Fragen zum Konsum von Nahrungsergänzungsmitteln bzw. Supplementen. Die nachfolgenden Ergebnisse sind noch nicht publiziert, sollen aber ein Gefühl für die Prävalenz im Nachwuchssport vermitteln. Erstaunliche 97% der jugendlichen Athletinnen und Athleten gaben an, in den vorangegangenen vier Wochen ein Nahrungsergänzungsmittel zu sich genommen zu haben. Am häufigsten wurden Sportgetränke (64%), Energieriegel (62%), Mineralstoffe (58%) und Multivitaminpräparate bzw. Koffein (je 54%) eingenommen. Bemerkenswert ist auch der Einsatz von Kreatin bei 6% der jungen Sportler.

Die Empfehlung, bestimmte Supplemente einzunehmen, kam bei 36% von Eltern und Verwandten und bei 25% von Trainern. Rund 12% Prozent nahmen die Produkte nach eigenen Ideen und ohne Absprache mit einer Fachperson ein. In 27% der Fälle empfahl ein Arzt bzw. eine Ärztin die Einnahme und in 7% lag eine Ernährungsberatung zugrunde.

In den letzten Jahren stellten mehrere Studien¹ in verschiedenen Ländern fest, dass ein signifikanter Anteil im Handel erhältlicher Supplemente mit verbotenen Substanzen

verunreinigt war. Das Risiko für Athleten, durch verunreinigte Nahrungsergänzungsmittel ungewollte Dopingverstösse zu begehen, ist entsprechend real und auch nicht neu. In Verbindung mit der nun ermittelten Prävalenz der Einnahme von 97% bereits bei jugendlichen Schweizer Leistungssportlern und der mehrheitlich mangelhaften Bedarfsermittlung wird das Thema nun höchst aktuell.

Um die jungen Sportler auf die Risiken hinzuweisen und ihnen den kompetenten Umgang mit Supplementen aufzuzeigen, führte Antidoping Schweiz in den beiden Talent Treffs in Tenero im Mai und im September 2018 mit rund 900 Kaderathletinnen und -athleten praktische Workshops durch. Dabei wurde auf die Wichtigkeit einer gesunden Basisernährung und die Notwendigkeit einer sorgfältigen Bedarfsabklärung hingewiesen. Es wurde betont, dass die einzige Möglichkeit, ein Dopingrisiko durch Verunreinigung vollständig zu vermeiden, der Verzicht darstellt. Ist dies nicht möglich bzw. gewollt, geht es darum, das Risiko zu reduzieren. Bei individuell festgestelltem Bedarf wurden deshalb für die Wahl der Produkte die folgenden Kernaussagen vermittelt und mit konkreten Produkten praktisch geübt:

- Leistungs- vs. Fitnesssport: Es sollten Produkte bzw. Hersteller bevorzugt werden, die sich an Leistungssportler richten. Ist das Marketing auf Bodybuilding, Fitness usw. ausgerichtet, sollte man sicherheitshalber auf den Konsum verzichten. Die Webseiten der Hersteller vermitteln dazu meist ein klares Bild, das auch Jugendliche erfreulich gut einzuordnen verstehen.
- Seriöses Marketing: Wird mit auffälligen bzw. übertriebenen Wirkungsversprechen oder z.B. mit aggressivem Bildmaterial geworben, ist Vorsicht geboten. Begriffe wie «anabol» oder Behauptungen wie «garantiert dopingfrei» sind ebenfalls wichtige Warnhinweise. Es gilt auch hier der alte Leitsatz «If in doubt, leave it out».
- Vertrauenswürdige Schweizer Hersteller: Es sollen bekannte Schweizer Hersteller, welche sich im Leistungssport positionieren, bevorzugt werden. Über Marken aus dem Ausland liegen oft kaum Informationen vor, was sie schwer beurteilbar macht.
- Zertifizierungsprogramme: Lassen Hersteller ihre Produkte durch Programme wie die Kölner Liste, NSF Sport, Informed Sport oder Informed Choice überprüfen, so werden sie auf den entsprechenden Webseiten mit den chargenspezifischen Prüfergebnissen aufgeführt. Solche Produkte bieten die beste, objektiv überprüfbare Risikoreduktion.

1 Maughan, 2005; Geyer et al., 2004; Outram & Stewart, 2015; Martínez-Sanz et al., 2004

Die Nachwuchssportlerinnen, welche dieses Jahr in Tenero an den Workshops teilnahmen, dürften nun für die Thematik sensibilisiert sein. Doch Tausende weiterer Athletinnen und Athleten sind auf ihr Betreuungsteam angewiesen. Oft spielen die Sportärzte hier eine wichtige Rolle, da sie beim Thema Doping mit den Risiken und den Regeln vertraut sind und eine glaubwürdige und vertrauensvolle Bezugsperson darstellen.

Eine Klassifizierung und den Stand der Wissenschaft zum Nutzen einzelner Supplemente stellt die Swiss Sports Nutrition Society SSNS unter ssns.ch zur Verfügung.

Athleten und Medikamente auf Reisen

Auch dieses Jahr haben uns Schweizer Athleten und Ärzte während Auslandsaufenthalten kontaktiert. Sie fragten sich, ob die vor Ort gekauften oder verordneten Medikamente im Sport erlaubt seien. Dazu ist grundsätzlich festzuhalten, dass, wenn immer möglich, bereits geprüfte, erlaubte Medikamente aus der Schweiz in der Reiseapotheke mitgeführt werden sollten. Ist ein Athlet dennoch auf ein Medikament aus dem Ausland angewiesen, kann die Medikamentendatenbank des entsprechenden Landes konsultiert werden. Die Medikamentenabfrage Global DRO, welche Antidoping Schweiz via Website und Mobile App im Rahmen einer internationalen Partnerschaft anbietet, umfasst aktuell sechs Länder. Zusätzlich sind die Datenbanken zahlreicher weiterer Nationen unter globaldro.com aufgeführt. Alternativ, oder wird in einem Land gar keine Medikamentenabfrage zum Doping-Status zur Verfügung gestellt, können die einzelnen Wirkstoffe mit der Medikamentenabfrage Global DRO geprüft werden. Es ist wichtig, Medikamente aus dem Ausland genau zu prüfen, da Produkte mit ähnlichem Namen in anderen Ländern andere Wirkstoffe beinhalten können. Arzneimittel, die in der Schweiz oder in den Partnernationalen registriert sind, werden vorzugsweise mit dem Markennamen auf Global DRO gesucht.

Ausnahmebewilligung zu therapeutischen Zwecken

Sowohl die bei Antidoping Schweiz beantragten als auch die bewilligten Ausnahmebewilligungen zu therapeutischen Zwecken (ATZ) bewegen sich seit einigen Jahren mit rund 100 bzw. ca. 30 Anträgen quantitativ auf vergleichbarem Niveau. Auffällig bleibt die verhältnismässig grosse Anzahl an «unnötigen» Anträgen für erlaubte Asthmatherapien.

Immer wieder erhalten wir auch ATZ-Anträge, welche unter grossem Zeitdruck beurteilt werden sollen. Diese betreffen Athleten, welche auf nationaler Ebene keine vorgängige ATZ benötigen, sich aber für internationale Wettkämpfe qualifizieren, wo eine ATZ vor dem Wettkampf verlangt wird. Liegen zu diesem Zeitpunkt die notwendigen medizinischen Unterlagen nicht vollständig vor, kann der Antrag möglicherweise nicht rechtzeitig beurteilt werden. Um dies zu vermeiden, empfehlen wir bei Kandidaten für internationale Wettkämpfe, frühzeitig die Regeln des jeweiligen internationalen Verbandes betreffend ATZ abzuklären.

Was Antidoping Schweiz sonst noch bewegte

Im April 2018 übernahm Ernst König als neuer Direktor und Nachfolger von Matthias Kamber die operative Führung der Stiftung. Die Einarbeitungszeit wurde durch Neuerungen der Welt-Anti-Doping-Agentur WADA rasch sehr belebt. Einerseits hatte die WADA 2017 erstmals mittels äusserst detailliertem Fragebogen die Praktiken von über 200 Anti-Doping-Organisationen (nationale Agenturen sowie internationale Verbände) erhoben. Daraus ergaben sich in diesem Jahr umfangreiche administrative Arbeiten, welche z.B. die manuelle Eingabe von Daten in das System ADAMS der WADA erforderlich machte. Andererseits wurden praktisch gleichzeitig im neuen Technical Document for Sport Specific Analysis (TDSSA) detaillierte Vorgaben zu den Zusatzanalysen gemacht, welche den Laboren in Auftrag zu geben sind. Diese pauschalen Anforderungen widersprechen zwar teilweise dem durch Antidoping Schweiz praktizierten Ansatz, Zusatzanalysen primär auf Basis der Beurteilung der Längsprofile anzuordnen. Dennoch ist der TDSSA für Antidoping Schweiz verpflichtend und muss mit entsprechenden Kostenfolgen umgesetzt werden.

Ausserdem führte die WADA im Frühling den International Standard for Code Compliance by Signatories (ISCCS) ein. Der ISCCS stellt eine Folge der sogenannten «Causa Russland» dar, in dessen Verlauf die fehlende Griffigkeit einiger Regeln offenbar wurde. Der neue Standard regelt die Folgen von Regelverletzungen durch Unterzeichner-Organisationen erstmals klar und sieht z.B. bei Non-Compliance wegen anhaltender schwerwiegender Versäumnisse einer nationalen Anti-Doping-Agentur den Ausschluss der entsprechenden Nation von Olympischen Spielen vor.

Das operative Geschäft erfolgte 2018 quantitativ in ähnlichem Umfang wie im Vorjahr. Bei den Kontrollen dürften bis zum Jahresende rund 2000 Urinproben und rund 800 Blutproben erhoben worden sein. In gut 100 Schulungen werden wohl über 2000 Athletinnen und Athleten und gegen 400 Betreuungspersonen eine Anti-Doping-Ausbildung erhalten haben.

Dopingliste 2019

Ein weiterer durch die WADA definierter, verbindlicher International Standard stellt die Dopingliste dar. Sie wird bekanntlich jährlich überarbeitet. In der Dopingliste 2019 wurden von der WADA lediglich formale Anpassungen vorgenommen. Für die Praxis heisst das: Alle Substanzen und Methoden, welche im Jahr 2018 verboten waren, bleiben auch im Jahr 2019 verboten. Die Anpassungen betreffen unter anderem die folgenden verbotenen Substanzgruppen:

- Bei den unter S2 1.2 aufgeführten HIF aktivierenden Substanzen sind neu auch Daprodustat (GSK1278863) und Vadadustat (AKB-6548) aufgeführt. Für Molidustat wurde zudem BAY 85-3934 als Synonym ergänzt.
- Selektive Androgenrezeptor-Modulatoren (SARMs): Enobosarm wurde als Synonym von Ostarin ergänzt.
- Der bisherige Abschnitt der Myostatinhemmer wurde präzisiert, um die verschiedenen möglichen Wirkungsweisen besser zu reflektieren. Neu lautet Abschnitt S4.4 daher wie folgt: Substanzen, welche die Aktivierung des Aktivin-Rezeptors IIB verhindern, schliessen ein, sind aber nicht be-

schränkt auf: Aktivin A neutralisierende Antikörper; Aktivin-Rezeptor-IIB-Kompetitoren wie: Decoy-Aktivin-Rezeptoren (z.B. ACE-031); Anti-Aktivin-Rezeptor-IIB-Antikörper (z.B. Bimagrumab); Myostatinhemmer wie: Substanzen, welche die Myostatin-Expression reduzieren oder unterdrücken; Myostatin bindende Proteine (z.B. Follistatin, Myostatin-Propeptid); Myostatin neutralisierende Antikörper (z.B. Domagrozumab, Landogrozumab, Stamulumab).

Die Auflistung von verbotenen Substanzen in der Klasse S1 Anabolika wurde reduziert. Die nicht weiter namentlich aufgeführten anabolen Steroide bleiben allerdings weiterhin, im Sinne von «ähnlicher chemischer Struktur» bzw. «ähnlicher biologischer Wirkung» verboten.

Schlussendlich wurden auch noch einige Titel und Bezeichnungen aus Gründen der Konsistenz angepasst. So werden die unter M3 aufgeführten verbotenen Methoden neu als «Gen- und Zelldoping» zusammengefasst.

Die von Antidoping Schweiz übersetzte Dopingliste ist neu in Deutsch und Französisch separat erhältlich. Die beiden Dokumente sind zu finden unter www.antidoping.ch/dopingliste.

Fragen zu Medikamenten im Zusammenhang mit der Dopingliste sowie ATZ beantworten wir gerne via med@antidoping.ch oder 031 550 21 28.

Korrespondenzadresse

Carmela Herzog,
Eidg. dipl. Apothekerin

Beat Steiner,
Stv. Direktor

Antidoping Schweiz
Eigerstrasse 60
3007 Bern
med@antidoping.ch



© Marco Zanoni

Fragen rund um Doping?

Immer aktuell: www.antidoping.ch

Des questions à propos du dopage?

Constamment à jour: www.antidoping.ch