

運動員用藥 Q & A

服用藥物時該如何避免發生藥檢陽性結果？

取得藥物的方法有兩種：經由醫師開立處方箋，或直接到藥局購買。身為運動員的你每次用藥都一定要取得醫師處方箋，並告訴醫生你是運動員，受運動禁藥管制規則之規範束縛。你的醫師必須確保他所開的處方藥物不含任何禁用物質。若你的醫師無法確定時，請徵詢國家運動禁藥管制機構或合格藥劑師的意見。

若你使用的藥物不需醫師處方箋（即一般所謂的「市售」藥品）時，最好在購買前洽國家運動禁藥管制機構或出示禁用清單給藥劑師參考。同時，選擇正確用藥時，應確定你買到的確實是所要的藥品。有些品牌提供許多種相同的產品（譬如說不嗜睡、快速解除病痛、藥效特強、藥效持久等），但配方不同，其中一種可能含有禁用物質，而另一種則沒有。

現行最新的禁用清單均公告於世界反運動禁藥機構網站 www.wada-ama.org 或中華奧林匹克委員會網站 www.tpenoc.net 上供參考。通常每年十月均會公告更新的禁用清單並自次年一月一日生效施行。

若治療我的病痛唯一可用的藥物含有禁用物質時該怎麼辦？

世界反運動禁藥機構瞭解運動員享有以最好的方式治療病痛的權利。若有必要使用該類藥物時，請洽你所屬的國際運動總會（或國家運動協會）或國家運動禁藥管制機構，詢問有關申請治療用途豁免證明的資格與作業程序。世界反運動禁藥機構網站 www.wada-ama.org 或中華奧會網站 www.tpenoc.net 內有更進一步資料可供查詢。提出申請前，最好先請你的醫師考慮使用不含禁用物質或方法的替代治療方

式。若有其他替代治療方式時，所提送之治療用途豁免申請可能遭退回，且整個作業程序也會延誤你的復原期。

假若因情況緊急，致使我無法確認使用的藥物是否未含禁用物質時該怎么做？

如發生急性且攸關生命安危的病痛等需立即使用含禁用物質藥物治療的特殊情況時，你和你的醫生必須在治療後立刻申請治療用途豁免證明。不過，這類案例少之又少，因此在危急情況下，仍將於仔細審查後核發治療用途豁免證明。

若我生病了，而下一場比賽將於兩個禮拜後開始，我所服用的藥物要多久時間才能由體內排除？

人體排除藥物殘留物的時間長短端視服用的物質及劑量、個人代謝機能、給藥方式，以及飲用的水量、與藥品中其他成份或攝取的其他物質的交互作用而定。總之，沒有一定的規則可循，而其排除的時間長短可能為幾個小時，甚至長達數個月。最重要的是，因你隨時得接受賽外檢測，就算未來兩個星期沒有比賽，也不表示你不會被抽檢。

如我在國外期間生病時該怎麼辦？

使是同樣品牌的市售藥品即在各國使用的名稱多半不同，且其所含的物質成分依各國法規規定也有差異。也許在某個國家買來吃的藥不含運動禁藥成分，而在別的國家販售的同一品牌的藥可能就含有禁用物質。在國外買藥吃的時候，最好先問隊醫，並試著和當地國家運動禁藥管制機構聯繫，或與你們國家運動禁藥管制機構聯，問他們該怎么做。最後在沒辦法的時候，也可帶著禁用清單到藥局，詢問值班的藥劑師有關你打算購買的藥品中是否含有清單所列的禁用物質。

另外就是在行李中隨身攜帶一些你確定可以使用且可能用到的藥品（止痛藥、退燒藥、過敏用藥物、一般感冒藥、胃藥、皮膚用藥等），以避免發生上述情況。**攜帶藥品入境其他國家或返國前，最好能查清楚有關入境通關規定是否允許你攜帶這些藥品入境，並確保自己沒有攜帶違禁物質進入目的地國家。**

我是不是不用理會非口服的乳膏、眼藥水及其他藥品？

當然要注意。禁用物質有很多種形狀，會以不同方式進入體內：經由皮膚接觸（乳膏和藥膏）、吸入式（如你是以吸氣或噴霧方式吸入體內）、經由與黏膜接觸（滴入眼睛或耳朵內、栓劑等）。塗抹在身上的藥品會進入你的身體系統達到你想要的效果（例如消腫、止痛、殺菌等），並在經由腎臟轉化為尿液排出前進入血液系統中。

如果是自然醫療產品及替代性醫療品又該怎麼做？

這和使用營養增補劑差不多，有些國家會採用自然醫療產品，但草藥及其他替代性醫療品的品質管制有時候不像藥品管理那麼嚴格；因此，不當標示、生產作業不良及污染等均可能在不知情的狀況下造成體內出現禁用物質的情況。自然醫療產品所含的活性物質濃度通常非常低，但由於產品標示中並未載明其所含的化學物質成分，僅列出原物質（萃取植物或動物的名稱），因此不管任何人都很難判斷這類產品內是否含有禁用物質。

此外，運動員使用祖傳或社會文化傳統產製的藥物時須非常謹慎小心。記住，依據嚴格責任原則，不論禁用物質如何或為什麼進入運動員體內，運動員都須負責。

如果我因不知道使用的藥物含有禁用物質的情況下，發生運動禁藥檢

測結果呈陽性反應時，我會遭遇到什麼狀況？

依據現行運動禁藥管制規則施行的嚴格責任制，身為運動員的你必須對進入你體內的任何物質，不論是別人推薦使用、醫師開立的處方或是他人提供給你的物質等，都需負完全責任。若運動員藥檢結果呈陽性者，其處分為喪失參賽資格，且可能遭懲處或停賽。

是否有未含禁用物質的藥物清單供參考使用？

要維持禁用物質相關的全球製藥業者生產的藥品資訊須投入龐大資源，非世界反運動禁藥機構現階段所能辦理的業務項目。

但有部分參考工具及出版品可參用，有些國家的醫生及藥劑師可進入藥品索引資料庫查詢每個月或每年更新的資料中有哪些藥物適用於運動員。

有些國家運動禁藥管制機構也以一般疾病適用藥物清單、藥物諮詢專線或電子郵件服務，或用藥及藥物資料庫等形式提供諮詢服務。請上世界反運動禁藥機構網站 www.wada-ama.org 查詢 貴國運動禁藥管制機構業務單位資料。若世界反運動禁藥機構網站未列有你的國家運動禁藥管制機構資料，請洽你所屬的國家運動協會、國家奧林匹克委員會或合格的健康專業人員詢問其他可用的資源。

有關運動員用藥資訊，可參考中華奧會出版的『**運動員適用治療藥物手冊**』，或以電子郵件 tpe.noc@msa.hinet.net 洽中華奧會運動禁藥管制組協助。

有關一般用藥及我國管制藥品資訊，可上行政院衛生署網站 www.doh.gov.tw 或行政院衛生署管制藥品管理局網站 www.nbcd.gov.tw 查詢相關資訊。

協助運動員避免因用藥錯誤而在無意間造成藥檢陽性結果方面，已採取的措施有哪些？

世界反運動禁藥機構正積極接洽各藥物藥品協會出版有關藥品指南，讓開立處方用藥治療的醫師能由其中取得第一手有關含有運動禁藥管制規則明訂的禁用物質的藥品資訊。

世界反運動禁藥機構也正研究建立包含世界各地販售的藥品，以及這些藥品與禁用清單關聯性的全球藥品資料庫的可能性。此一資料庫可讓運動員不論身在何處都能查到他們想買各種藥品所含成分的資料。