



## Doping im Tennis – was Eltern wissen sollten.

**Teil 3 der Serie zum Thema Doping von Prof. Dr. Thomas Wendt, Anti-Dopingbeauftragter des Hessischen Tennis-Verbands JWG-Universität und Kardiocentrum Frankfurt**

Wie in jedem Jahr hat die Nationale Anti Doping Agentur (NADA) auch in diesem Januar den A-, B- und C-Kaderspielern des Deutschen Tennis Bundes aktuelles Informationsmaterial zum Thema Doping zugesandt. Dies ist erforderlich, da dieser Kreis von Auswahlspielerinnen und -spielern bis hinunter zum Jahrgang 1997 regelmäßigen Wettkampf- und Trainingskontrollen unterliegt, nachdem sie bei Aufnahme in den Kader eine Vereinbarung über die Einhaltung der Anti-Doping-Regeln mit ihrem Verband unterschrieben haben, bei Minderjährigen erfüllt durch Unterschrift der gesetzlichen Vertreter.

Dieses Informationsmaterial beinhaltet in diesem Jahr unter anderem die aktualisierte Beispielliste zulässiger Medikamente sowie die Anti-Doping Card 2013, die eine Kurzübersicht über verbotene Substanzen und erlaubte Medikamente im Taschenformat bietet.

Damit ist dieser überschaubare Personenkreis – übrigens einschließlich der Trainer und Betreuer – gut über Rechte und Pflichten, aber auch über tückische Fallen im Zusammenhang mit Doping informiert.

Dem steht jedoch ein ungleich größerer Kreis von Eltern und Kindern gegenüber, die keinem Kader angehören und daher nicht direkt angeschrieben wurden. Diese Spieler un-

terliegen zwar nicht den automatischen Dopingkontrollen, als Mitglieder des Hessischen Tennisverbandes aber dem Anti-Doping-Reglement der NADA. Bei Teilnahme an deutschen Meisterschaften kann jedoch auch auf sie eine Dopingkontrolle zukommen. Und auch ein aus anderen Gründen zufällig entdecktes und möglicherweise versehentliches oder unwissentliches Dopingvergehen bei kleineren Turnieren oder Punktspielen für den Verein wird mit denselben Sperren und Strafen geahndet wie bei den Kaderathleten.

Daher versucht dieser Artikel auch Diejenigen über Basics und Fallstricke zum Thema Doping bei jugendlichen Tennisspielern informieren, die nicht automatisch von der NADA angeschrieben werden.

### Wie ist Doping definiert?

Doping ist strafbar und definiert als jedweder Verstoß gegen die Anti-Doping-Regeln, das heißt nicht nur der Besitz oder die Einnahme verbotener Substanzen oder die Anwendung verbotener Methoden, sondern beispielsweise auch die Weigerung einer zulässigen Probenentnahme oder Meldepflichtversäumnisse für Trainingskontrollen. Um zu wissen, was im Einzelnen darunter fällt, steht die jeweils aktuelle Fassung dieses NADA-Codes zum download auf dessen home-

page bereit ([www.nada-bonn.de](http://www.nada-bonn.de) / downloads/Regelwerke / Revidierte Fassung NADA-Code 2009).

### Wo liegt die Grenze zwischen medizinisch notwendiger Heilbehandlung und Doping?

Da die Liste verbotener Substanzen lang ist, auch Kinder oftmals dauerhaft Medikamente einnehmen müssen, manche als harmlos angesehene Erkältungsmittel oder homöopathische Präparationen unerlaubte Dopingsubstanzen enthalten und sogar gewisse Nahrungsergänzungszubereitungen nicht-deklarierte Dopingsubstanzen enthalten, sollte man sich als Eltern klar darüber sein, was das Kind einnimmt.

Zunächst zu den Nahrungsergänzungsmitteln: Liegen keine besonderen Umstände wie chronische Darmentzündungen oder akute Durchfallerkrankungen vor, so treten bei einer ausgewogenen Ernährung selbst bei jugendlichen Leistungssportlern keine Mangelerscheinungen auf, welche die Einnahme von Nahrungsergänzungspräparaten rechtfertigen würden. Ist es dennoch vorübergehend erforderlich, so sollte man Produkte wählen, die sicher frei von undeklarierten Dopingsubstanzen sind. Eine aktuelle Übersicht steht unter [www.koelnerliste.com](http://www.koelnerliste.com) zur Verfügung.



Auch Homöopathie kann auf verschiedene Weisen zu einem Dopingvergehen führen: Ein Beispiel ist die Anwendung von Nux Vomica (= die gewöhnliche Brechnuss). Sie wird gegen Erkältung, Reisekrankheit, Übelkeit, Stress und Verdauungsbeschwerden eingesetzt, enthält aber in kleinsten Mengen Strychnin, was einen positiven Dopingtest bewirken kann. Ein anderes dopingrelevantes Problem ist der Alkoholgehalt vieler flüssiger homöopathischer Zubereitungen, da Alkohol in einigen Sportarten wie Bogenschießen, Kegeln, Luftsport und Motorsport im Wettkampf verboten ist.

Wo liegt die Gefahr bei **Erkältungsmitteln**? Selbst in rezeptfreien, freiverkäuflichen Präparaten können Anabolika oder schleimhautabschwellendes Ephedrin (z.B. in Aspirin complex®) enthalten sein, die zu den verbotenen Dopingsubstanzen zählen. Darüber hinaus gibt es ein paar tückische Dopingfallen wegen Namensähnlichkeit. So ist beispielsweise der Hustensaft Mucosolvan® erlaubt, Spasmo-Mucosolvan Saft® oder -Tabletten® sind hingegen verboten, da hierin Clenbuterol enthalten ist, ein Asthmamittel, was erstmals im Zusammenhang mit den Sprinterinnen Katrin Krabbe und Grit Breuer für Schlagzeilen sorgte.

Und was ist, wenn mein Kind ärztlich verordnete **Medikamente** einnehmen muss, die auf der Dopingliste stehen? Typische und häufige Beispiele hierfür sind Asthmamittel oder Ritalin, welches bei der Aufmerksamkeitsdefizit/Hyperaktivitätsstörung (ADHS) große Verbreitung gefunden hat. In diesen Fällen ist es unbedingt erforderlich, dass der verordnende Arzt eine sogenannte Medizinische Ausnahmegenehmigung (= TUE = therapeutic use exemption) ausstellt. Wichtig dabei ist, dass die Ausnahmegenehmigung von der NADA erteilt wurde, bevor das Medikament angewendet wird. Diese Formular steht dem Hausarzt unter [www.nada-bonn.de / downloads/Formulare/StandardTUE](http://www.nada-bonn.de/download/Formulare/StandardTUE) zum download zur Verfügung.

Und was soll ich tun, wenn mein Kind **akut erkrankt**? Üblicherweise sollte in diesen Fällen eine Sportpause eingelegt werden, sodass sich die Dopingfrage nicht stellt. Sollte es dennoch erforderlich sein, dass das

Kind trotz Erkrankung seinen Sport weiter ausübt, so sollte der behandelnde Arzt darüber informiert werden, dass er nur erlaubte Mittel verschreibt. Die Liste mit den verbotenen Substanzen steht unter [www.nada-bonn.de /Downloads/Listen/Verbotsliste](http://www.nada-bonn.de/Downloads/Listen/Verbotsliste) WADA, die Liste mit den zulässigen Medikamenten unter [www.nada-bonn.de / Downloads/Listen/Beispielliste](http://www.nada-bonn.de/Downloads/Listen/Beispielliste) zulässiger Medikamente zum herunterladen bereit.

#### Weitere Dopingfallen.

Mohnkuchen enthält Morphin, ein verbotenes Rauschgift. Dabei hängt dessen Konzentration von der Art und der verwendeten Menge der Mohnsamen ab.

Mormonentee, auch bekannt unter den Synonymen Cloud 9, Ultimate Xphoria, Herbal Ecstasy oder Ma Huang Tee. Die Pflanze (= das Ephedrakraut), aus deren Blättern dieser Trank aufgebraut wird, enthält aber diverse Alkaloide, unter anderem Ephedrin, welches auf der Dopingliste steht.

Cannabis, eigentlich einleuchtend, dass aktiver Konsum ein Dopingvergehen darstellt. Wenig bekannt ist aber, dass auch passiv gerauchtes Cannabis noch Wochen nach der Inhalation nachweisbar ist und dann zu einer positiven Dopingprobe führen kann.

Kokain, eigentlich ebenfalls einleuchtend, dass es verboten ist. Dennoch wurden selbst Spitzentennisspieler wie Mats Wilander oder Martina Hingis positiv darauf getestet. Da half auch Frau Hingis' Erklärung „Jemand hat es mir in den Fruchtsaft getan.“ nichts – sie wurde zwei Jahre gesperrt.

#### Wie kann ich der Dopinggefahr bei meinem Kind vorbeugen?

Da die Gründe, die zu Doping führen, sehr vielfältig sind, kann kein allgemeingültiger Universalrat gegeben werden, sondern lediglich vielfältige Hinweise:

- Sorgfältige Auswahl des Vereins und der Trainer.
- Stärkung des Selbstvertrauens, Selbstwerts und Selbstbewusstseins des Kindes, damit es mit Niederlagen und Krisensituati-

onen in Sport, Schule und Familie (einschließlich Liebeskummer) vernünftig umgehen kann.

- Setzen realistischer Leistungsziele.
- Einhalten notwendiger Entspannungsphasen, Stichworte: chillen, Zeit verträdeln, Musik hören, ausschlafen.
- Reflexion über die mögliche Projektion eigener, unerreichter Karriereziele auf das Kind.
- Dem Kind geeignete Leistungsziele auch jenseits des Sports setzen.
- Motivation und Anleitung, um einem Gruppendruck widerstehen können.
- Beachtung von möglichen Warnsignalen oder Früh-Symptomen wie z.B. Reizbarkeit und Rückzug, übermäßigem Ehrgeiz, starken Gewichtsschwankungen oder unerklärlichen Leistungseinbrüchen.
- Überdenken der eigenen Haltung (Vorbildfunktion der Eltern) zum Thema Leistungsförderung, Stichworte: Schlafmittel für die Aufgedrehten, Koffein gegen Müdigkeit, die Morgenzigarette für die Verdauung, Kokain als kick, Ritalin für die gestresste Hausfrau, Viagra fürs Bett, Schmerzmittel für die kleinen Wehwehchen, Melatonin bei jet lags, shisha und Alkohol zur Entspannung. Diese Liste könnte endlos fortgesetzt werden und endet nicht erst bei Anti-Aging- und sonstigen lifestyle-Pillen.

Und last not least: Wissensvermittlung zum Thema Doping. Diesbezüglich sei auch auf die lesenswerte NADA-Elternbroschüre hingewiesen, die kostenlos bei der NADA, Heussallee 38, 53113 Bonn bestellt werden kann, sowie auf die NADA-Jugendbroschüre „High Five“ auf der Internetplattform [www.highfive.de](http://www.highfive.de).

Falls Sie sich nach der Lektüre dieses Artikels Sorgen machen sollten, ob Ihre Tochter/Ihr Sohn möglicherweise dopt, so können Sie sich Rat und Unterstützung bei der NADA unter Tel.-Nr. 0228-81292-152 oder -153 einholen oder den Verfasser unter: [tom.wendt@t-online.de](mailto:tom.wendt@t-online.de) anmailen.