Антидопинг агенција Републике Србије
Трг Републике бр. 3
11000 Београд, Србија
тел/факс: 011/ 4064 136
Интернет сајт: www.adas.org.rs
Email: info@adas.org.rs

Beograd, 26.maj 2020.

Preporuke za proceduru doping kontrole tokom pandemije korona virusom (2020.)

Svetska antidoping agencija je 06. maja 2020. godine donela preporuke za dopunske procedure u procesu testiranja tokom trajanja pandemije korona virusom. Smatraće se poželjnim korišćenje sledeće opreme tokom doping kontrole:

a) **Rukavice** – Iako rukavice nisu zamena za adekvatnu higijenu ruku, preporučuje se da doping kontrolori nose rukavice tokom celog procesa testiranja. Sportisti se daje pravo da izabere da li želi ili ne da nosi rukavice tokom procedure. Doping kontrolor treba da poštuje proceduru pravilnog nošenja i skidanja rukavica. Sportistima i doping kontrolorima treba detaljno objasniti proceduru pranja ruku. Rukavice je obavezno menjati između dve doping kontrole.
b) **Maske za lice** – Maske su predviđene kao prioritet za one osobe koje su u većem riziku od oboljevanja COVID-19 a to su oni u koji rade u zdravstvu. Ako su maske dostupne, preporuka je da se obezbede i sportisti i doping kontrolorima tokom procedure. Alternativa je nošenje nemedicinskih maski u vidu različitih tkanina koje prekrivaju kompletno usta i nos bez rupa i prekida, kao i da su pričvršćene za uho ili glavu. Isto kao sa maskama, moraju se poštovati uputstva za sigurno nošenje i i skidanje. Poželjno je izbegavati dodirivanje maske tokom korišćenja.
c) **Sredstva za dezinfekciju** – Preporuka je da doping kontrolori imaju dodatna sredstva za dezinfekciju kao što su: dezinfekcione maramice, sprej za dezinfekciju i/ili alkohol sa odgovarajućom koncentracijom, hidrogen peroksid ili natrijum hipohlorit. Za svaki od njih postoje jasne situacije u kojima se koriste.
d) **Odlaganje otpadnog materijala** – Sav otpadni materijal mora da bude sklonjen u kesu za smeće i zatvoren od strane doping kontrolora. Biohazardni materijal treba da se zbrine prema nacionalnoj regulativi i doping kontrolor treba da ga skloni na kraju procedure.
e) **Držanje fizičke distance** – Održavati minimum jedan metar distance (ili više ukoliko to nacionalni zakon predviđa) između doping kontrolora i sportiste. Ovo podrazumeva da doping kontrolor striktno treba da izbegava rukovanje sa sportistom i njegovim predstavnicima, i treba da izbegava bilo koji direktan kontakt. Neke situacije ipak ne dozvoljavaju držanje preporučene distance. Na primer - vađenje krvi, ograničenost u prostoru ili potreba za direktnim nadgledanjem davanja uzorka urina i tada je u redu da na kratko distanca bude manja. Doping kontrolor takođe treba da informiše sportistu na početku procedure da će se maksimalno truditi da poštuju distancu, ali da to neće biti uvek

moguće. U situacijama gde je socijalnu/fizičku distancu teško održati, doping kontrolor treba da objasni da nošenje maski za lice obezbeđuje potrebnu barijeru između respiratornih kapljica doping kontrolora i ljudi/površina oko njega.

Smernice za rad doping kontrolora

Antidoping agencija će doping kontrolorima dati uputstva za testiranje shodno aktuelnoj situaciji u zemlji. Svaki doping kontrolor koji se ne oseća prijatno da sprovodi testiranja, nije primoran da to radi, niti će zbog toga snositi bilo kakve posledice. Cilj će biti smanjenje broja doping kontrolora na testiranju, kad god je to moguće a da ne utiče na kvalitet rada. Doping kontrolori će biti savetovani da na mesto testiranja idu svojim kolima ili transportnim sredstvom, a da izbegavaju javni saobraćaj. Doping kontrolori koji su zbog prethodnih kontakata ili svog posla, u većem riziku od oboljevanja, ne bi trebalo da se prijavljuju za rad sa sportistima. U rizične grupe spadaju zdravstveni radnici koji su angažovani i zaposleni u bolnicama koje zbrinjavaju pacijent sa COVID-19, kao i osobe koje žive sa obolelim osobama, sa osobama koje spadaju u rizičnu grupu ili su doputovale iz zemlje gde je epidemija u porastu.

U grupu osetljivih osoba koje su podložnije razbolevanju od COVID-19 nalaze se stariji doping kontrolori (mada je granicu teško definisati i varira od zemlje do zemlje), oni koji imaju hronične bolesti (dijabetes, kardiovaskularni pacijenti i sa plućnim bolestima) i oni koji su imunokompromitovani.

Doping kontrolori koji pred dan testiranja osete simptome bolesti COVID-19 kao što su povišena temperatura, kašalj, bol u grlu, bol u grudima i otežano disanje, treba da otkažu misiju i jave se nadležnima iz antidoping agencije. Takođe, doping kontrolori treba da izbegavaju da rade kontrole tokom perioda u kome žive ili su u kontaktu sa osobom koja čeka testiranje na COVID-19 zbog sumnje na bolest usled razvijenih simptoma. Ukoliko postoji potreba, antidoping agencija može da napravi pismeni upitnik koji će doping kontroli popunjavati u vezi sa spomenutim simptomima, ali je jednostavnije da jave telefonom ukoliko osećaju neke od simptoma. Negativan test na COVID-19 nije obavezan niti je uslov za rad tokom epidemije, i isključivo je na odluci svake antidoping agencije kako će to da regluiše.

Ukoliko se dokaže da je doping kontrolor pozitivan na COVID-19 nakon određenih doping kontrola, onda o tome treba obavestiti antidoping agenciju, koja će onda obavestiti sve sportiste koje je on testirao u tri nedelje pre dijagnostikovanja bolesti, ali bez otkrivanja identiteta doping kontrolora.

Антидопинг агенција Републике Србије
Трг Републике бр. 3
11000 Београд, Србија
тел/факс: 011/ 4064 136
Интернет сајт: www.adas.org.rs
Email: info@adas.org.rs

Izmene u proceduri prikupljanja uzoraka za doping kontrolu

Ove izmene važe tokom trajanja epidemije COVID-19 kao i posle epidemije ukoliko antidoping organizacija to odluči. Sva postojeća pravila iz Pravilnika o doping kontroli na takmičenjima i izvan takmičenja i dalje važe i moraju se strogo poštovati http://www.adas.org.rs/wp-content/uploads/dokumenti/pravilnici/pravilnik-o-doping-kontroli-na-sportskim-takmicenjima-i-izvan-takmicenja.pdf

1. Priprema za doping kontrolu

Pored materijala koji se standardno nosi na doping kontrolu, savetuje se i sledeće:

a) Rukavice za jednokratnu upotrebu
b) Dezinfekciono sredstvo za ruke
c) Maramice za dezinfekciju ili sprej za dezinfekciju ili stolnjaci za jednokratnu upotrebu
d) Maske za jednokratnu upotrebu ili vizir ili zaštita za lice
e) Nove olovke ili one koje su prebrisane dezinfekcionim sredstvom
f) Kese za smeće

2. Dolazak na mesto testiranja

Kada stignete na lokaciju za testiranje i pre nego locirate sportistu za notifikaciju:

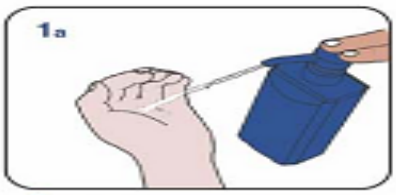
a) očistite ruke trljanjem prema uputstvu
https://www.who.int/gpsc/5may/Hand_Hygiene_Why_How_and_When_Brochure.pdf

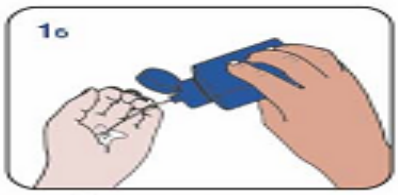
Антидопинг агенција Републике Србије
Трг Републике бр. 3
11000 Београд, Србија
тел/факс: 011/ 4064 136
Интернет сајт: www.adas.org.rs
Email: info@adas.org.rs

Антидопинг агенција Републике Србије
Трг Републике бр. 3
11000 Београд, Србија
тел/факс: 011/ 4064 136
Интернет сајт: www.adas.org.rs
Email: info@adas.org.rs

ХИГИЈЕНА РУКУ СРЕДСТВОМ НА БАЗИ АЛКОХОЛА

ЧИСТЕ РУКЕ – БЕЗБЕДНЕ РУКЕ
ПРЕВЕНЦИЈА БОЛНИЧКИХ ИНФЕКЦИЈА



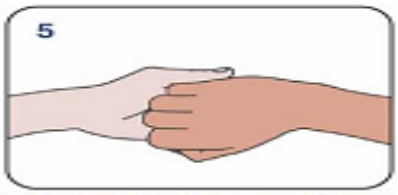


Ставити довољно средства на руке да покрије све површине шака

Трљати дланове један о други

Испреплићући прсте, трљати длан једне шаке о надланицу друге

Испреплићући прсте,
трљати дланове један о други



Прсте спојити у пределу јагодица,
савити их и трљати дорзалном
страном прстију о длан друге шаке

Шаком обухватити палац друге руке
и трљати га кружним покретима

Прсте скупити на длан друге шаке
и трљати кружним покретима

Време 20-30 секунди

ОСУШЕНЕ, ваше руке су безбедне за негу пацијента

Антидопинг агенција Републике Србије
Трг Републике бр. 3
11000 Београд, Србија
тел/факс: 011/ 4064 136
Интернет сајт: www.adas.org.rs
Email: info@adas.org.rs

b) stavite masku na lice ili vizir prema uputstvu https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/risk-communications/general-public/protect-yourself/infographics/masks-infographic---final.tmb-1920v.png

Антидопинг агенција Републике Србије
Трг Републике бр. 3
11000 Београд, Србија
тел/факс: 011/ 4064 136
Интернет сајт: www.adas.org.rs
Email: info@adas.org.rs

3. Informacije pre notifikacije sportiste

a) Poštujući socijalno/fizičku distancu (bez rukovanja) predstavite se sportisti i obavestite sportistu da je izabran za doping kontrolu. Pokažite svoju akreditaciju ili nalog za doping kontrolu. Ukoliko radite testiranje izvan takmičenja, ostanite izvan kuće sportiste u tom momentu.
b) Dok se nalazite izvan kuće (i pre nego krenete sa formalnom notifikacijom), pitajte sportistu da li on ili neko prisutan na toj lokaciji ko živi sa njim ima neke od simptoma COVID-19 ili ima ovu bolest?
c) Ako sportista odgovori negativno nastavite sa uobičajenom verbalnom notifikacijom i obavestite sportistu da će se ispunjavanje doping formulara odigrati u prostoru za testiranje tj. kući.
d) Ukoliko sportista odgovori pozitivno tj. da ima COVID-19 ili neke od glavnih simptoma, ili da živi sa nekim ko ima COVID-19, obavestite sportistu da on mora to i napismeno da potvrdi. Ponudite mu nekorišćenu (novu) olovku ili opciju da koristi svoju olovku i da nosi rukavice dok piše tu izjavu, stavaljući ih prema uputstvu.

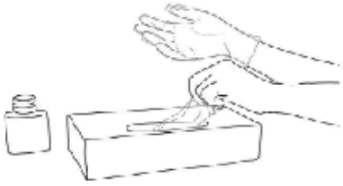
Антидопинг агенција Републике Србије
Трг Републике бр. 3
11000 Београд, Србија
тел/факс: 011/ 4064 136
Интернет сајт: www.adas.org.rs
Email: info@adas.org.rs

I Stavljanje rukavica

1.Izvaditi jednu rukavicu iz kutije.

2.Dodirivati samo deo rukavice koji odgovara zglobu šake.

3. Navući rukavicu.



4.Uzeti drugu rukavicu drugom šakom, takođe dodirivati samo deo koji odgovara zglobu šake.

5. Da se izbegao kontakt kože podlaktice šakom na kojoj je rukavica, drugu rukavicu navući tako da se obuhvati samo njena spoljašnja površina u predelu zgloba šake.

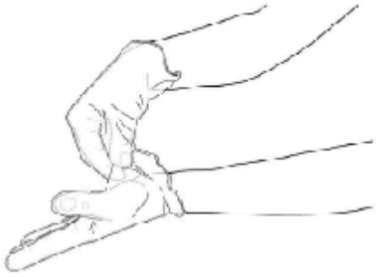
6. Kada su rukavice na rukama, ne dodirivati ništa drugo osim onog zbog čega su rukavice i stavljene.

Pitanja/činjenice na koja bi sportista treba da pruži odgovor napismeno su opciono: potvrđujem da imam COVID-19; potvrđujem da imam COVID-19 simptome (navesti koje); živim sa osobom koja ima COVID-19; živim sa osobom koja ima simptome COVID-19 (navesti koje); ako je sportista u karantinu ili samoizolaciji navesti kada je počeo i koliko bi trebao da traje. Ovo može da se napiše na parčetu papira ili u komentarima na doping formularu, pošto sportista treba da dobije kopiju ili da barem slika telefonom ukoliko je pisano na običnom parčetu papira. Usled pozitivnog odgovora na navedena pitanja, obavestite sportistu da se testiranje prekida i da ćete o svemu podneti izveštaj antidoping agenciji.

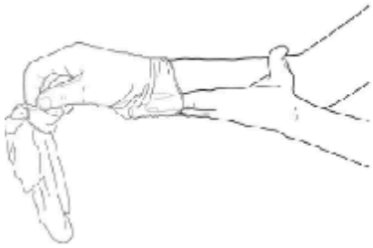
Ukoliko sportista nosi rukavice, objasnite mu kako pravilno da ih skine i baci u smeće. Zahvalite se sportisti i napustite lokaciju. Vi skinite masku i rukavice prema uputstvu, pravilno operite/istrljajte ruke definfekcionim sredstvom i bacite u kesu za otpatke.

Антидопинг агенција Републике Србије
Трг Републике бр. 3
11000 Београд, Србија
тел/факс: 011/ 4064 136
Интернет сајт: www.adas.org.rs
Email: info@adas.org.rs

II Skidanje rukavica



1.Podići jednu rukavicu u predelu zgloba šake i skinuti je bez dodirivanja kože šake, te je skinuti tako da spoljašnja površina ostane unutra.



2. Držati skinutu rukavicu u šaci sa rukavicom. Prste šake bez rukavice uvući između rukavice i zgloba šake. Skinuti drugu rukavicu tako da bude navučena preko već skinute rukavice.

3.Odložiti skinute rukavice u kesu/kantu za infektivni otpad.

4. Procedura prikupljanja uzoraka

a) Pristupite lokaciji za testiranje i ako ste ušli u kuću ili stan, razmotrite sa sportistom gde bi bilo najbolje da uradite testiranje sa što manje kontakata sa prisutnima. Ako ste u domu sportiste, pitajte sportistu da li možete da očistite radnu površinu gde ćete popunjavati formular i raditi sa uzorkom ili zamolite sportistu da to uradi. Ako ste na mestu za treniranje, obavestite sportistu da ćete vi očistiti površinu. Očistite svoje ruke trljanjem sa dezinfekcionim sredstvom pre nego to uradite.
b) Pre nego što bilo koji materijal stavite na očišćenu površinu, ponovo očistite ruke sa dezinfekcionim sredstvo. Pomoću maramica za dezinfekciju, možete da prebrišete materijal za rad, npr. kitove i čašice za urin i u vezi sa tim, koristite minimalno potrebnu količinu opreme. Sva ostala oprema treba da ostane u koferu kako ne bi došlo do kontaminacije.
c) Zamolite sportistu da očisti svoje ruke koristeći sredstvo za dezinfekciju (gel ili alkohol u spreju) ili koristeći sapun. Objasnite mu pravilnu proceduru za oba načina pranja ruku.
d) Ponudite sportisti da nosi rukavice i jednokratnu masku, koju ćete mu vi dati. Ukoliko sportista to ne želi, navedite u formularu u komentarima da nije nosio masku i/ili rukavice.
e) Stavite rukavice (misli se na doping kontrolora) prema uputstvu.
f) Pregledajte i popunite deo za notifikaciju na formularu. Sportisti možete ponuditi novu olovku ili onu koju ste prebrisali dezinfekcionim sredstvom, ili može da koristi svoju olovku.

Антидопинг агенција Републике Србије
Трг Републике бр. 3
11000 Београд, Србија
тел/факс: 011/ 4064 136
Интернет сајт: www.adas.org.rs
Email: info@adas.org.rs

g) Obavestite sportistu da treba da držite socijalnu/fizičku distance i podsetite da tokom cele procedure treba da nosi zaštitnu opremu.
h) Prilikom prikupljanja uzorka, sve ostaje po postojećim pravilima, imajući u vidu da se održava distanca, ruke pre davanja uzoraka peru samo sa vodom (ukoliko sportista ne nosi rukavice) a tek posle davanja uzorka mogu da operu ruke sapunom pre odlaska u prostoriju za testiranje.

5. Završetak procedure prikupljanja uzoraka

a) Pre odlaska, očistite radnu površinu sa dezinfekcionim maramicama ili sredstvom za dezinfekciju.
b) Ako je sportista nosio rukavice i masku, vodite ih kroz proceduru pravilnog skidanja, zamolite da ih bace u kesu za otpatke i onda opet operu ruke.
c) Budite sigurni da je sav otpadni materijal u kesi za smeće.
d) Zahvalite se sportisti na saradnji i ako ste kod njega u kući, zamolite ga da vam otvori vrata kako ne bi dirali kvaku.
e) Pre nego što sednete u kola, poštujući procedure skinite pravilno masku i rukavice i stavite u kesu za otpatke. Onda ruke očistite sredstvom za dezinfekciju ruku (gel ili alkohol).

Ključni podsetnik za doping kontrolore

1. Doping kontrolori i sportisti bi trebalo da očiste/operu svoje ruke u sledećim momentima:
   a) Prilikom započinjanja doping kontrole, pre notifikacije sportiste
   b) Posle korišćenja toaleta
   c) Posle pražnjenja nosa, kijanja ili kašljanja
   d) Pre stavljanja i nakon skidanja maske za lice
   e) Pre stavljanja i nakon skidanja rukavica
   f) Na kraju doping kontrole

2. Doping kontrolori i sportisti bi trebalo:
   a) Da izbegavaju dodirivanje lica
   b) Izbegavaju rukovanje na kraju i završetku procedure testiranja
   c) Koriste posebne olovke tokom popunjavanja formulara
   d) Izbegavaju dodirivanje nepotrebnih površina i objekata tokom testiranja

Антидопинг агенција Републике Србије
Трг Републике бр. 3
11000 Београд, Србија
тел/факс: 011/ 4064 136
Интернет сајт: www.adas.org.rs
Email: info@adas.org.rs

3. Doping kontrolori bi trebalo da dezinfikuju radnu površinu koristeći dezinfekcione maramice ili alkohol u spreju:
   a) Pre početka doping kontrole tj. procedure prikupljanja uzoraka
   b) Između dve procedure testiranja različitih sportista
   c) Na kraju procesa prikupljanja uzoraka

- Ovaj dokument je preveden prema WADA preporukama https://www.wada-ama.org/en/resources/doping-control-process/covid-19-ado-guidance-for-resuming-testing

Antidoping agencija Republike Srbije
www.adas.org.rs

T/F +381 11 4064 136 |