Voorlichting over Doping en medicijngebruik in de topsport

HOE TRAINERS EN COACHES BIJ KUNNEN DRAGEN AAN DE VOORLICHTING

NeCeDo
NEDERLANDS CENTRUM VOOR DOPINGVRAAGSTUKKEN

1. 'Doping is óók de verantwoordelijkheid van trainers en coaches'

Onder deze kop gaat het Nederlands Centrum voor Dopingvraagstukken (NeCeDo) de komende jaren informatie verschaffen waarmee trainers en coaches een bijdrage kunnen leveren aan de voorlichting over doping en medicijngebruik aan topsporters. Deze voorlichting zal in de vorm van artikelen worden gegeven.

De rol van trainers en coaches mag niet onderschat worden als het gaat om de mogelijkheid sporters te beïnvloeden. Ten aanzien van wel of niet gebruiken kan een enkel woord van hen van doorslaggevende betekenis zijn om de sporter van gedachte te doen veranderen.

Het NeCeDo hoopt dat, mede door de ondersteuning van trainers en coaches, op termijn het gebruik van dopinggeduide middelen en/of -methoden teruggebracht kan worden en dat sporters bovendien niet meer positief bevonden worden bij dopingcontroles omdat ze per ongeluk een medicijn hebben gebruikt dat bestanddelen bevat die op de lijst van verboden middelen voorkomen.

De doelstelling van de voorlichting is zo veel mogelijk kennis over te dragen teneinde het (in het vooronderzoek) geconstateerde kennisprobleem bij topsporters en hun omgeving op te lossen.

De artikelen die in de komende jaren verstrekt worden zullen op twee manieren worden gepresenteerd.

In de eerste plaats wordt geprobeerd trainers en coaches informatie aan te bieden waardoor ze beter in staat zijn om kennis met betrekking tot dopinggeduide middelen en/of -methoden over te dragen op de topsporter.

In de tweede plaats zal concrete informatie worden verstrekt om de kennis van trainers en coaches zelf te vergroten. De gedachte hierachter is dat de kennisoverdracht op sporters beter zal lukken als de trainers en coaches zelf ook op de hoogte zijn van bepaalde feiten.

Mogelijke onderwerpen voor deze artikelen zijn:

– Hoe maak je een sporter bewust van het feit dat hij de lijsten van verboden en toegestane middelen moet gebruiken;
– Hoe ga je om met reacties van sporters in de trend van "Het is niet eerlijk, anderen gebruiken allemaal wel;"
– Hoe maak je een sporter bewust van de gevaren die kleven aan het gebruik van dopinggeduide middelen en/of -methoden;
– Wat zijn de rechten en plichten van trainers en coaches als een door hen begeleide sporter dopinggeduide middelen en/of -methoden gebruikt; en
– Welke mogelijkheden zijn er om een beter rendement uit d training te halen.

De artikelen zullen worden verspreid via de verschillende sportbonden en de Nationale Federatie van Werkers in de Sport (NFWS).

De feitelijke informatie die overgedragen moet worden op de topsporters is grotendeels in de vorm van reeds bestaand voorlichtingsmateriaal aanwezig. Onderwerpen die daarin behandeld worden zijn:
– het bestaan van de lijsten met verboden en toegestane middelen;
– het belang van het consequent gebruiken van deze lijsten wanneer de sporter iets nodig heeft van drogist, apotheek of arts;
– rechten en plichten bij dopingcontroleprocedures
– gevolgen van het (per ongeluk of expres) gebruiken van dopinggeduide middelen en/of -methoden; en
– alternatieve mogelijkheden om de prestaties te verbeteren als:
– optimale trainingsbegeleiding
– biomechanische analysetechnieken
– wetenschappelijke ondersteuning en evaluatie van het trainingsproces
– hanteren van prestatie-ondersteunende voedingsgewoonten

In het eerste artikel wat u hierbij aantreft wordt een schets gemaakt van verschillende 'typen' topsporters. Het uitgangspunt bij deze indeling is het motief van de sporter om eventueel dopinggeduide middelen en/of -methoden te gaan gebruiken. Voor de indeling in verschillende typen topsporters is gebruik gemaakt van diverse onderzoeken en de daarop gebaseerde voorlichtingsmaterialen uit Australië, Noorwegen en Canada. Daarnaast zijn gegevens ontleend aan het onderzoeksrapport uit 1986 van Dr. Ir. P.G.J. Cornelissen et al, *Een empirische verkenning naar drijfveren en andere medisch psychologische aspecten van dopinggebruik* en aan gesprekken met een aantal trainers en coaches.

Deze typering is natuurlijk niet absoluut, doch slechts bedoeld als een poging een verdeling te maken in verschillende typen topsporters. Door middel van deze typering wordt gepoogd trainers en coaches gemakkelijker te laten herkennen wat eventuele motieven of invloeden kunnen zijn waardoor topsporters dopinggeduide middelen en/of -methoden gaan gebruiken. Tevens wordt aangegeven waar in eerste instantie het accent kan liggen bij het bespreken van het fenomeen doping met topsporters.

2. Typering topsporters

Teneinde trainers en coaches een handvat te geven waarmee ze in kunnen schatten hoe groot de kans is dat sporters dopinggeduide middelen en/of -methoden zullen gebruiken wordt een onderverdeling gemaakt in twee groepen sporters.

1. GROEP A: DE SPORTER DIE TEGEN HET GEBRUIK VAN DOPINGGEDUIDE MIDDELEN EN/OF -METHODEN IS

Deze groep wil geen dopinggeduide middelen en/of -methoden gebruiken maar loopt het risico positief bevonden te worden bij dopingcontroles omdat geen of onvoldoende gebruik wordt gemaakt van de lijsten van verboden en toegestane middelen wanneer men iets van de arts, drogist of apotheker nodig heeft.

Ook deze sporters kunnen bij wedstrijden op het gebruik van dopinggeduide middelen en/of -methoden gecontroleerd worden. Het zal maar gebeuren dat het team een gouden medaille wint bij de Olympische Spelen of Wereldkampioenschappen en één van de spelers die door het lot aangewezen wordt om naar de dopingcontrole te gaan wordt positief bevonden. In eerste instantie lijkt hier niets aan de hand te zijn. Deze speler is tenslotte fel tegen het gebruik van doping. Toch wordt hij positief bevonden omdat hij een medicijn heeft gebruikt dat verboden dopinggeduide middelen als bestanddeel heeft. Het gevolg is echter dat het team de gouden medaille in moet leveren en de speler daarbovenop, afhankelijk van het gebruikte middel, een schorsing voor een bepaalde periode krijgt opgelegd.

Een voorbeeld hiervan is de Amerikaanse rolstoel-basketbalploeg. Tijdens de Paralympics in Barcelona kon dit team haar gouden medaille inleveren en aan de Nederlandse ploeg geven omdat één van de spelers zonder het zelf te weten een middel toegediend gekregen had ingenomen dat op de lijst van verboden middelen voorkwam.

Wat kan de trainer/coach doen om dit te voorkomen?

In zijn eigen belang èn in het belang van het team waar de sporter eventueel deel van uitmaakt, moet de sporter ervan doordrongen worden dat hij de lijsten van verboden en toegestane middelen hanteert teneinde dit soort zaken te kunnen voorkomen. Bovendien moet hij weten wat zijn rechten en plichten met betrekking tot de dopingcontrole zijn. Om te voorkomen dat hij bij dopingcontroles voor verrassingen komt te staan, kunt u de sporter zelf informatie verstrekken of u kunt de sporter vertellen waar hij aan informatie hierover kan komen.

Een mogelijkheid om sporters voor te bereiden op een eerste dopingcontrole is het naspelen van een dergelijke controle. Het NeCeDo beschikt over een videoband waarop de dopingcontroleprocedure duidelijk wordt uitgelegd.

2. GROEP B: DE SPORTER DIE IN EERSTE INSTANTIE NIET TEGEN HET GEBRUIK VAN DOPINGGEDUIDE MIDDELEN EN/OF -METHODEN IS

Deze groep is in eerste instantie niet pertinent tegen het gebruik van dopinggeduide middelen en/of methoden. Dit kan veroorzaakt worden doordat de sporters onvoldoende op de hoogte zijn van de gevolgen van het gebruik. Het kan echter ook zijn dat de sporters wel weten wat doping is en bereid zijn de (niet geringe) risico's te accepteren die verbonden zijn aan het gebruik ervan. Binnen deze groep wordt een onderverdeling gemaakt om aan te geven aan welke invloeden de sporter bloot staat. De onderverdeling die gemaakt wordt is de volgende:

Categorie B1:
De teamsporter of de sporter die in eerste instantie geen baat lijkt te hebben bij het gebruik van dopinggeduide middelen en/of methoden.
Deze categorie sporters staat net zoals iedere topsporter regelmatig onder grote druk om op niveau te presteren. Niet iedere topsporter kan die druk aan en een enkeling grijpt wel eens naar middelen die in eerste instantie in hun tak van sport geen direct voordeel opleveren voor de sportieve prestatie. Het gebruik van deze middelen is veeleer bedoeld om aan deze prestatiedruk te kunnen 'ontsnappen'. In de voetballerij zijn enkele van deze gevallen bekend. Ook in andere sporten wordt soms op een gelijke manier met deze problematiek omgegaan. Het is niet ondenkbaar dat er in Nederland, waar men relatief makkelijk aan soft- of harddrugs kan komen, topsporters zijn die in de verleiding kunnen komen deze middelen te gebruiken. Bij een dopingcontrole kan deze sporter echter positief bevonden worden en een straf tegemoet zien. Het team waar hij eventueel deel van uitmaakt kan als gevolg daarvan ook gestraft worden. Reden te meer voor trainers en coaches om zeer attent op deze problematiek te reageren.

Wat kan de trainer/coach doen om te voorkomen dat deze groep naar middelen grijpt die verboden zijn?

Belangrijk is om op tijd te herkennen dat een sporter gebukt gaat onder de druk die het topsporten met zich meebrengt. Praat met de sporter en probeer hem te overtuigen van het nut van mentale begeleiding. Wellicht kan ook het programma aangepast worden zodat er een deel van de druk van de sporter afvalt.

Categorie B2:
De jonge talentvolle sporter die de komende jaren door kan breken naar de nationale of internationale top.
Deze groep sporters heeft vaak nog niet zo veel ervaring, is vrij naïef en makkelijk te beïnvloeden.

Wat kan de trainer/coach doen om te voorkomen dat deze groep naar middelen grijpt die verboden zijn?

Als trainer/coach is het mede uw taak om deze sporter te beschermen tegen verkeerde invloeden. Dit kunt u doen door er voor te zorgen dat de sporter alles weet over dopinggeduide middelen en/of -methoden en de lichamelijke, emotionele en sportieve consequenties van het gebruik van doping. Geef aan dat er gezonde en verantwoorde alternatieven zijn om prestaties te verbeteren. Praat met de sporter over dopingzaken die in de media komen. Zorg dat de sporter het gevoel heeft dat hij met alle vragen en problemen met betrekking tot doping bij u terecht kan. Als u merkt dat u weinig invloed kunt uitoefenen op de sporter, probeer dan de mensen die dat wel kunnen (bijvoorbeeld de ouders, huisarts of een vriend of vriendin) te betrekken bij het bespreken van de dopingproblematiek. U kunt hen ook verwijzen naar de kanalen waar deze informatie te verkrijgen is.

Categorie B3:
De sporter die net onder de top zit en ambities heeft om deze te halen.
Dit is een groep die wellicht wat makkelijker in de verleiding kan komen om dopinggeduide middelen en/of -methoden te gaan gebruiken. Deze sporters trainen in het algemeen al een lange tijd en grote progressie wordt niet meer gemaakt.

Wat kan de trainer/coach doen om te voorkomen dat deze sporter naar dopinggeduide middelen grijpt?

Het verdient aanbeveling om de bijwerkingen van het gebruik van dopinggeduide middelen extra onder de aandacht te brengen. Verder kunt u aangeven dat er gezonde en verantwoorde alternatieven zijn om de prestaties te verbeteren en waar de sporter hierover informatie kan krijgen. Probeer de sporter ook een reëel beeld te geven van zijn mogelijkheden om de top te bereiken. Mogelijk beleeft de sporter meer plezier aan het sporten op het niveau waarop hij nu zit dan gedurende vier tot vijf jaar zeer hard trainen en de top uiteindelijk niet halen.

Categorie B4:
De sporter die aan de top staat en merkt dat hij steeds meer moeite moet doen om die positie te handhaven.
Dit is een groep sporters die vaak al veel heeft gezien en meegemaakt. De sporters denken vaak zelf te weten wat goed en slecht voor ze is.

Wat kan de trainer/coach bij deze groep sporters doen om te voorkomen dat ze naar middelen grijpen die niet toegestaan zijn?

Bij deze categorie is de manier van benadering van de dopingproblematiek sterk afhankelijk van het contact dat u heeft met de sporter. Als u vooral een zakelijke relatie heeft is het geven van feitelijke informatie waarschijnlijk de beste strategie. De onderwerpen vindt u in de inleiding voor dit verhaal. De sporter dient zelf de volledige verantwoordelijkheid te nemen voor alles wat hij doet. U kunt hem wel vragen om eerlijk tegen u te zijn zodat ook u weet waar u aan toe bent.
Heeft u een meer vriendschappelijke band met de sporter dan kunt u behalve het verschaffen van hiervoor genoemde informatie wat dieper ingaan op de ethische aspecten die verbonden zijn aan het gebruik van doping.

Categorie B5:
De sporter die door een blessure of ziekte een achteruitgang in zijn prestaties heeft opgelopen.
Deze sporter zal vaak zo snel mogelijk weer op het oude prestatieniveau terug willen komen. De verleiding om dopinggeduide middelen en/of -methoden te gebruiken is wellicht groot.

Wat kan de trainer/coach bij deze groep doen om te voorkomen dat ze dopinggeduide middelen en/of -methoden gebruikt?

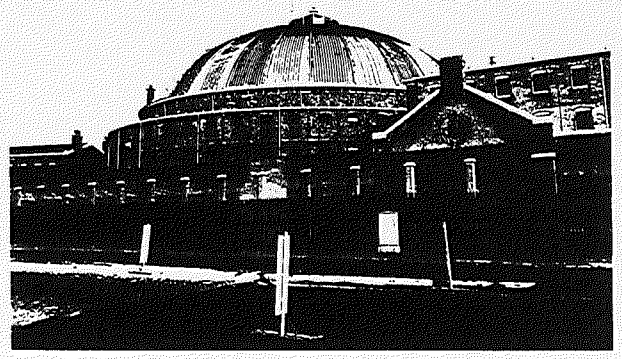
Het accent zal bij deze groep gelegd moeten worden op de gezonde en verantwoorde alternatieven waarmee het oude prestatieniveau weer gehaald kan worden. Het kan ook geen kwaad om deze sporters op de hoogte te brengen van de ongewenste bijwerkingen van de verschillende dopinggroepen en -methoden.

Begeleiders riskeren een gevangenisstraf van zes maanden

Coach vogelvrij?

Johan Woldendorp

Kan een 'positieve' sporter worden geschorst, zijn trainer loopt anno 1992 zelfs de kans een tijdje achter de tralies te verdwijnen. Hoe moet een volstrekt integere coach weten dat hij een 'misdadige' dimensie toevoegt aan zijn werkwijze? En, hoe ontloopt hij sancties tegen iets dat nog in de kinderschoenen staat?



Het lijkt erop dat trainers vogelvrij worden verklaard, nu ook zij kunnen worden aangesproken op het gebruik van verboden stimulerende middelen door hun pupillen. Op een bijeenkomst van het Nationaal Coach Platform in september maakte mr. Emiel Vrijman zijn gehoor duidelijk dat begeleiders een gevangenisstraf van zes maanden riskeren, als zij weet hebben van ongeoorloofd snoepgedrag van sportmensen. Vrijman is beleidsmedewerker van het Nederlands Centrum voor Dopingvraagstukken, NeCeDo. Op het verstrekken van dope en het achterhouden van kennis over de schadelijke gevolgen daarvan staat maximaal tien jaar gevangenisstraf.

Bungelt artikel 174 van het Wetboek van Strafrecht als een wurgkoord om de nek van de gewetensvol werkende coach? Er is in Nederland nog geen jurisprudentie, maar de positie van de begeleider kan een hachelijke worden.

Tot voor kort werden in Nederland alleen sporters bestraft die bij officiële medische controles na afloop van wedstrijden positief waren bevonden. De eventuele verstrekker en/of informant ging steevast vrijuit. Alleen de handel in amfetaminen en enkele andere, onder de opiumwet vallende produkten is strafbaar. De dealer kan een veroordeling van vier tot twaalf jaar vrijheidsstraf en een boete, oplopend tot 100.000 gulden, tegemoet zien.

Utopia

Maar de coach, die naar eer en geweten kan verklaren dat hij van niets wist? Of de coach, wiens kennis van zaken tekortschiet? Zit hij niet op de schopstoel van het bestuur, dan brandt hij zijn achterwerk wel op de schopstoel van de rechter. Nederland zal niet tot in de eeuwigheid Utopia blijven, nu in omringende landen trainers medeverantwoordelijk worden gesteld voor het dopegebruik van hun atleten. Of Thomas Springstein, de trainer van Katrin Krabbe, zich in de clenbuterolzaak nu wel of niet van de domme hield, doet in dit verband eigenlijk niet terzake. Op straffe van het intrekken van rijkssubsidies hebben Canadese sportbonden een bepaling in de cao opgenomen dat een coach op staande voet wordt ontslagen als hij weet heeft - ook in passieve zin - van het plukken van verboden vruchten door zijn pupillen.

In de praktijk zal een coach vaak niet eens weten welke preparaten een sporter inneemt om het overwinningspad te egaliseren. Ook als hij wel op de hoogte is gesteld, kan vergissen in de wildtuin van gelegaliseerde en illegale drugs al snel als een warm menselijke eigenschap worden uitgelegd. Ofschoon het woord 'doping' iedere topsporter en technisch en (para) medisch begeleider voor in de mond ligt bestorven, is de kennis van zaken vrij beperkt. In veel takken van sport is controle niet of nauwelijks aan de orde. In theorie kan er maar raak worden geslikt - met alle consequenties van dien - maar voor hetzelfde geld kan de stelling worden geponeerd dat de beoefenaar met een paar sneetjes volkorenbrood en een enkel vitaminepreparaatje achter de kiezen aan zijn sportdag begint.

Doofpot

In het oktobernummer van *Sport International* verklaarde NAC-voetballer Marco Sas, dat hij zich in zijn Sparta-periode had laten inspuiten met anabole steroiden. Hij wilde op die manier een trainingsachterstand inhalen. De spiermassa zwol ziendergen aan, maar de zaak werd indertijd in de doofpot gestopt omdat Sas al met de 'kuur' was gestopt en openlijk berouw toonde. De bralleriige trainer van VfB Stuttgart, Christoph Daum, schokte de voetbalwereld door uit te roepen dat clenbuterol er in de voorbereidingsperiode ingaat als gebak met slagroom in een smulpaap. In voetballand was de reactie heftig en vooral ontkennend, in plaats van zich achter de oren te krabben en de mogelijkheid van dopegebruik niet uit sluiten. Hoe banaal hun werkmethoden ook zijn, in België frequenteren de opsporingsbrigades van de BOB soms niet voor niets de kleedkamers.

Tijdens een spontaan kringgesprek met enkele sportjournalisten sloot schaatstrainer Ab Krook, bondscoach van de mannen allroundploeg, niet uit dat ook één of meer leden van zijn selectie wel eens in het geniep zijn toevlucht tot het gebruik van verboden stimulantia neemt. Met die 'wetenschap' in het achterhoofd, zette Krook de enig juiste stap. Hij moedigde de betrokkene(n) aan zich bij hem te melden, opdat hij voorlichting kan geven en rampen voorkomen. Het is Krook op dat moment duidelijk geworden dat het voor hem volstrekt oncontroleerbaar is of leden van de kernploeg nu wel of geen doping-geduide middelen gebruiken. Die zekerheid is alleen te verkrijgen als hij voor de wedstrijd preventieve dopingcontroles houdt; een wapen dat hem en zijn collega's uit handen wordt geslagen zodra vliegende brigades onaangekondigd op trainingen bloed- of urinemonsters afnemen. Een politiek die in het Duitsland na de 'Wende' selectief (want in het oosten) gemeengoed is geworden.

Maskeringsmiddel

Juist nu coaches in toenemende mate risico's lopen, moeten bonden, overkoepelende organisaties, dopinginstituten en juristen zich inspannen om de kennisachterstand weg te werken en duidelijkheid te verschaffen over de schadelijke werking van allerlei stimulerende produkten. De farmaceutische revolutie voltrekt zich in hoog tempo. De Babylonische spraakverwarring omtrent zin en onzin van pillen en spuiten maakt een trainer bijna gek. Tijdens een college voor medische studenten in Rotterdam lachte de befaamde 'dopingarts' Michel Karsten om het maskeringsmiddel clenbuterol. De Haarlemmer staat niet alleen in zijn oordeel over het produkt, dat vaak wordt gebruikt om kalveren vet te mesten. Als je als sporter toch wat wilt, pak dan mapeterol, voegde één van zijn collega's er in een televisie-uitzending aan toe.

In takken van sport waar medische controles usance zijn (wielrennen, atletiek, krachtsporten) wordt onder beoefenaars een behoorlijke kennis van zaken verondersteld. Het Internationaal Olympisch Comité, trendsetter wanneer het gaat om het actualiseren van de zwarte lijst, loopt daarentegen achteraan bij het geven van gerichte voorlichting. Pas vier jaar geleden verscheen deel één van de medische encyclopedie van het comité.

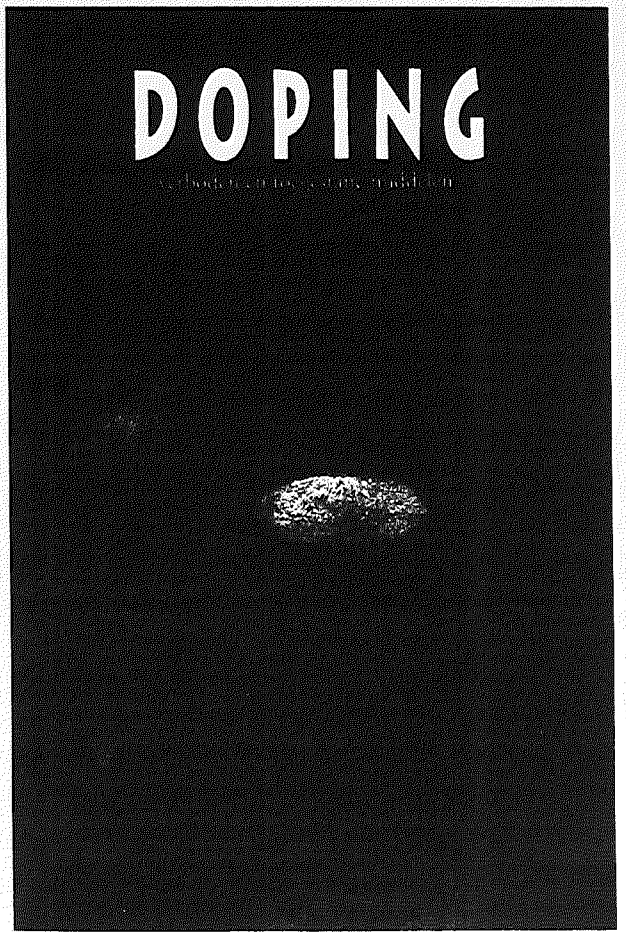
Op 8 december 1990 (!) vertelde Alexander Prins De Merode, voorzitter van de medische commissie van het IOC, in *NRC Handelsblad*: 'Nu gaan we vertellen hoe je op een andere manier tot betere sportprestaties kunt komen. Niet via de chemie, maar bijvoorbeeld via de biomechanica en de fysiologie.' De Merode kondigde in het bewuste interview aan dat het IOC boekjes gaat publiceren, waarin op begrijpelijke wijze wordt beschreven hoe je verantwoord kunt omgaan met lijf en medicijnen. Een schriftelijke Teleac-cursus voor artsen, trainers, begeleiders en atleten. De eerste drie boekjes zijn de afgelopen zomer verschenen. Iedere sport komt aan de beurt. Beter laat dan nooit.

Schonen

Veel artsen en mensen uit de sportwereld pleiten hartstochtelijk voor het schonen van de dopinglijst op zin- en onzinprodukten, stimulantia en medicijnen. Het IOC vult de lijst wel aan, maar schrapt niets omdat het onoordeelkundig gebruik vermoedt. Het NeCeDo geeft een voorlichtingsboekje uit met daarin een lijst van produkten die wèl mogen worden ingenomen. Die opsomming is namelijk veel korter en dus overzichtelijker. Vrijman wil dat alle bonden zelf 'out of competition'- tests doen. Iedereen kan urine afnemen, is zijn redenatie, daar hoef je geen arts of dokters-assistente voor te zijn. Het NeCeDo is voldoende geëquipeerd om de bonden van dienst te kunnen zijn.

Los van dat alles: terwijl van alle EG-lidstaten wordt verwacht dat zij het Europese convenant voor dopingbestrijding ratificeren, werpt een recent doorgevoerde wetswijziging in Frankrijk een interessant juridisch licht op het spraakmakende fenomeen doping. In 1965 werd het gebruik van ongeoorloofde middelen niet alleen als concurrentievervalsend, maar ook als schadelijk voor de gezondheid beschouwd. Twee jaar geleden werd dat laatste element uit de wet geschrapt. Waar maak je je dan nog druk over, ben je haast geneigd te zeggen.

Een uitgave van het NeCeBo



'Doping geduide middelen zijn niet per definitie schadelijk'

Pleidooi voor nuances

Johan Woldendorp

In het februari-nummer van Coachen pleitte jurist Emile Vrijman van het NeCeDo voor een gedragscode, waaraan artsen en trainers zich dienen te onderwerpen als het gaat over doping. Voor NSF-arts Peter van Beek is dat niet de oplossing van het probleem.

NSF-arts Peter van Beek wil graag het kapmes ter hand nemen

In het voorlichtingsboekje *Doping in de Sport*, uitgegeven door het Nederlands Centrum voor Dopingvraagstukken (NeCeDo), staat een lijst afgedrukt met welgeteld 291 verboden stoffen. De opsomming is zoals de medische commissie van het IOC die in 1991 naar buiten heeft gebracht. Er mag niets, is de eenvoudigste conclusie die je kunt trekken na het bestuderen van die waslijst. Het is een lijst die artsen zo ongeveer aan de ketting legt, ook al omdat bij dopingcontroles in de meeste gevallen niet wordt gekeken naar de dosering van het 'gewraakte' middel. Barbertje hangt al als hij sowieso één molecule van die doping geduide middelen heeft gepakt. Wat is de rol van de arts in dat krachtenspel? Moet hij worden beschermd middels een gedragscode? Hoe ver kan hij gaan als een sporter willens en wetens wil slikken? En hoe sterk staat hij juridisch, als hij als werknemer - bijvoorbeeld in dienst van een club of bond - wordt aangespoord grenzen te verleggen of te overschrijden?

'Ik zie dat simpel', begint NSF-arts Peter van Beek zijn relaas. 'Een arts is opgeleid om medicijnen voor te schrijven. Ook de doping geduide middelen zijn gewoon geneesmiddelen, gefabriceerd door de farmaceutische industrie. De arts die te goeder trouw is, schrijft slechts middelen voor als ze effect hebben als medicijn. Tot zover verricht hij een routinehandeling. Medisch gezien is dat geen enkel probleem. Wijlen John Rolink (oud-clubarts van Ajax -red) was daarin heel strikt. Ik kijk naar het belang van de patiënt, zei hij altijd. Als ze het niet met me eens zijn, klagen ze me maar aan bij het medisch tuchtcollege. Verder heb ik nergens mee te maken.'

Goed voor een spoortje efedrine

Kapmes

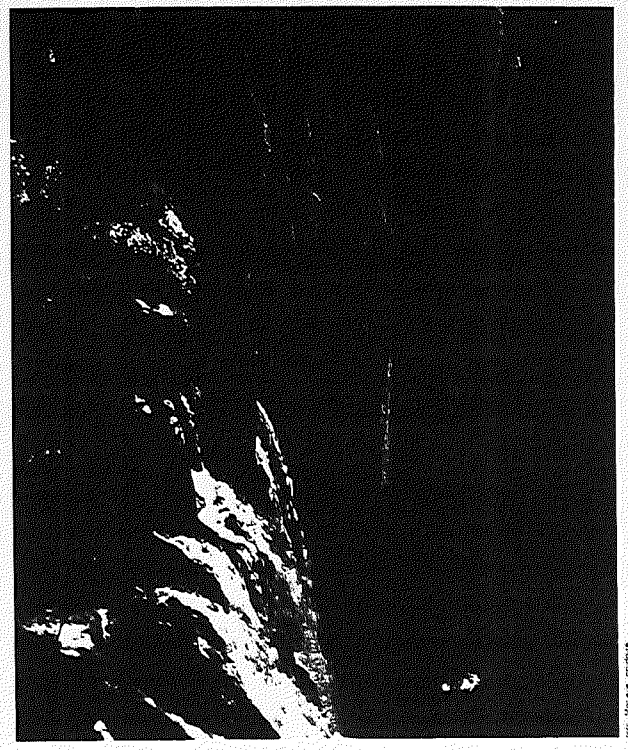
De arts staat aan de rand van een ondoordringbaar tropisch regenwoud. Een jungle waar andere regels gelden: de wetten van het IOC - en dus die van de meeste sportbonden - die voor het gemak 'alles' maar doping noemen en zich nauwelijks onledig houden met nuances. Van Beek wil graag het kapmes ter hand nemen om de verschillen tussen redelijk en onredelijk, de logica en het ridicule, zichtbaar te maken. Als voorzitter van de medische commissie van de Europese volleybalbond en lid van het equivalent van de wereldfederatie FIVB, heeft Van Beek opgeroepen een stuk genuanceerder te denken over doping. 'Het beeld dat doping geduide middelen per definitie schadelijk zijn, klopt niet. Het probleem is dat een aantal sportbonden heeft besloten deelnemers aan wedstrijden bepaalde middelen te verbieden en dat doping te noemen. Dat is geen medisch probleem, het is een wedstrijdtechnisch probleem.'

Peter van Beek roept enkele bizarre voorvallen op internationale volleybaltoernooien terug in de herinnering. Zoals dat van een Turkse speelster, die op het EK van 1989 in Duitsland werd betrapt op een spoortje efedrine in de urine. Alleen omdat ze tegen een opkomend griepje Coldrex had geslikt. 'In 1990 gebeurde op het WK in China iets soortgelijks. Een Italiaanse werd gestraft voor het gebruik van anabole steroïden. Wat bleek? Ze had eczeem aan haar oor. De arts smeerde er wat crème op, waar bij nader inzien één of twee moleculen van een anabole stof inzaten. Door het ongenuanceerde dopingbeleid werd ze geschorst en kreeg de ploeg een 3-0 nederlaag aan de broek. Op grond daarvan is in de FIVB een discussie op gang gekomen over dergelijke uitwassen. We moeten af van het principe dat de dopingrechtspraak één groot scheermes is. Dat de kop er afgaat als er bij iemand wat wordt gevonden.'

Hoestdrankje

Het congres van de medische commissie van de FIVB sprak zich in januari dit jaar uit voor het hanteren van een veel genuanceerdere strafmaat bij geconstateerde overtredingen. Op het gebruik van spierversterkende middelen staat twee jaar, op dat van stimulantia zes maanden. 'Terwijl je de strafmaat moet aanpassen als je ervan overtuigd bent dat er geen opzet in het spel is,' vindt Van Beek.

'De dopinglijst komt voort uit het idee dat alle doping geduide middelen prestatieverhogend zouden werken,' gaat de NSF-arts verder. 'Terwijl van de meeste middelen nooit is aangetoond dat zij daadwerkelijk dat effect sorteren. Als maar het geringste vermoeden bestaat dat dat wel het geval is, zet het IOC zo'n produkt op de lijst. De combinatiepreparaten vormen één van de problemen; de hoest- en longmiddelen bijvoorbeeld. In die huismiddeltjes zit misschien één molecule van een verboden stof. Dat je daarmee positief kunt zijn, is ridicuul. Het is volslagen belachelijk dat je een wielrenner niet hetzelfde hoestdrankje kunt voorschrijven als ieder ander mens. Er zou veel meer onderzoek moeten worden gedaan naar het prestatieverhogende effect van de zogeheten doping geduide middelen. Nu is het een kwestie van gissen, van natte vingerwerk. Het verhaal van de verhouding testosteron-epitestosteron in het menselijk lichaam past ook in dat kader. Die is normaal gesproken 1:1, maar omdat iemand heeft geroepen dat 6:1 de maximale grens moet zijn, wordt dat meteen als waarheid neergezet. De wetenschappelijke basis van die veronderstelling is nooit aangetoond. Het is, in zijn algemeenheid gezegd, de conservatieve onrechtvaardigheid die in stand wordt gehouden. Bij voorbaat wordt uitgegaan van kwade trouw. Je ziet ook dat alle grote zaken die voor de burgerrechter komen door sporters worden gewonnen (recent de Amerikaanse 400 meter-atleet Butch Reynolds, die nu 50 miljoen gulden van de IAAF kan claimen - red). Ze schieten er vaak weinig mee op omdat ze worden uitgesloten van de wedstrijden van hun clubje.'



'Een jungle waar andere regels gelden: de wetten van het IOC'

Handelsgeest

Anno 1993 praktijk houdend op de eerste etage van het NSF-gebouw op Papendal, heeft Peter van Beek te maken met de huidige reglementering op dopinggebied. Ziet hij het als een dilemma? 'Als arts heb ik te maken met de sporter. Bij hem ligt het risico. Als hij iets wil gebruiken dat op de lijst staat, vertel ik hem dat dat een aantal consequenties kan hebben voor zijn carrière. Uit een bepaalde hoek van de sportbeweging wordt wel eens aandrang uitgeoefend om een gedragscode voor artsen te maken. Een sportarts moet dan verklaren dat hij zich niet bezighoudt met het voorschrijven van doping geduide middelen. Met als achterliggende gedachte: als een arts het niet voorschrijft, is het probleem uit de wereld. Maar dan krijg je dat iemand in het grijze of zwarte circuit opduikt, waarvan de verkoper zelf de dosering aangeeft. Indachtig de Hollandse handelsgeest heeft hij er alle belang bij veel te verkopen. Vandaar die krankzinnige doseringen.'

Heksenjacht, vervreemding van maatschappelijke ontwikkelingen; het zijn begrippen die voortdurend naar voren komen in het gesprek. Zo ergerde Van Beek zich aan de indianenverhalen rond de intralipidzaak, die in 1991 voor de PDM-ploeg het abrupte einde betekende van het Tour de France-avontuur. 'Het was op zich geen verkeerde of illegale medische handeling. Er is ergens een foutje ontstaan, waarvan de ploeg het slachtoffer werd. Je moet realistisch redeneren. Als Jimmy Connors na een vijf uur durende tennispartij op Flushing Meadow aan het infuus wordt gelegd om zijn vochtverlies aan te vullen, praat niemand erover.'

Ovatie

In wezen hoeft er nog niet eens een revolutie in het denken te worden ontketend om in de laatste jaren voor de eeuwwende een genuanceerd dopingbeleid te formuleren. Peter van Beek verwijst naar de identiteit van het IOC, van huis uit een organisatie voor amateursporters. 'Het is een feit dat tal van professionele bonden een veel ruimere omschrijving hanteren dan het IOC'. De Amerikaanse baseball-league ziet dopinggebruik als het misbruik maken van medicijnen. Als een musicus trillend van de zenuwen bij me komt, geef ik hem een kalmerend middeltje. 's Avonds is hij dan in staat een schitterend concert te geven. Hij wordt beloond met een staande ovatie. Geef ik hetzelfde middel aan een sporter, dan is hij positief en wordt hij gestraft. Ik vind dat een stukje discriminatie. Daaruit blijkt ondermeer dat de huidige dopingcontrole een ongenuanceerd systeem is geworden. Als je praat over een gedragscode voor artsen, dan moet je eerst een wetenschappelijk gefundeerde basis geven aan je dopingcontrole, met doseringen. Want je mag een arts niet vragen zich in tweeen te delen en er verschillende inzichten op het gebied van ethiek op na te houden.'

'De mentale kant van het dopingprobleem wordt sterk verwaarloosd'

Wedloop met de dood

Johan Woldendorp

Schaatstrainer Ab Krook en technisch directeur Bert Paauw van de KNAU onderschrijven de stelling van het NeCeDo, dat er een gedragscode moet komen met betrekking tot doping. De atletiekunie is alvast begonnen. Eén ding is zeker: als probleem is doping wellicht oplosbaar, als fenomeen is het onuitroeibaar.

Verheugd reageerde de nationale atletiektop begin dit jaar op de installatie van de bestuurscommissie anti-doping van de KNAU. Naarmate de dopingschandalen zich opstapelen - zie de affaires Johnson (twee keer), Krabbe en haar clubgenotes (ook twee keer) - voelen de Nederlandse toppers zich vogelvrij verklaard. En om iedere keer weer met de omgekeerde bewijslast in de tas getuigenis te moeten afleggen aan de publieke opinie, dat is tenslotte knap vermoeiend. Toen technisch directeur Bert Paauw van de atletiekunie de hoogste selectiegroep informeerde over de werkzaamheden van de commissie, klonk er een klaterend applaus op. 'Prima dat er een goed reglement komt en dat er serieus wordt gecontroleerd. Dat vrijwaart ons van allerlei verdachtmakingen. Des te beter het contract, des te beter het aanzien van de atletiek,' tekende Paauw als reacties op.

Het is de bedoeling dat de unieraad, het hoogste orgaan in de KNAU, zich in november uitspreekt over de bevindingen van de commissie. Paauw kan er nog weinig over zeggen, maar duidelijk is wel dat het een juridisch hecht doortimmerd stuk wordt, voorlichting een essentieel onderdeel zal zijn en de 'out of competition'-controles op het prioriteitenlijstje staan.

Vlekwerking

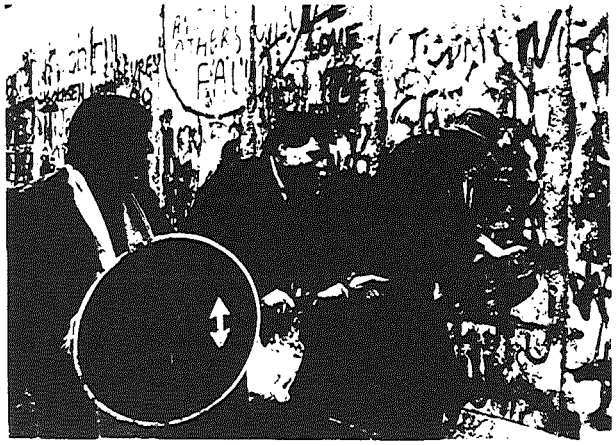
Duidelijk is ook dat de uitvoering van het project vergaande financiële consequenties heeft. Waar de KNAU een voorbeeldfunctie vervult, liggen de mogelijke geldbronnen nog onder het aardoppervlak verstopt. Voor de politiek (WVC) is het geen hot item, bij NOC/NSF staat het niet op de agenda. Paauw: 'We hebben geïnformeerd in hoeverre er voorbeelden zijn in Nederland. Anders gaan verschillende partijen het wiel uitvinden. Het blijkt een braakliggend terrein te zijn. Zelf gaan we voluit door. Misschien leidt dat tot vlekwerking naar de andere bonden.'

Sportbonden vertonen nogal de neiging struisvogelpolitiek te bedrijven. In onze tak van sport heeft doping geen zin, dus komt het niet voor en is het zinloos onderzoek te verrichten en maatregelen te treffen. Zo placht, om een voorbeeld te noemen, de grootste sportbond in ons land (de KNVB) de zaak altijd tot het nulpunt te bagatelliseren. Nu in Italië voetballers wegens cocaïnegebruik worden geschorst, komt die apathische houding in een vreemd daglicht te staan. Niet dat Nederlandse voetballers met een klantenkaart bij de apotheek voordeliger uit zijn, maar brandschoon lijkt op voorhand niemand meer. 'De sport heeft die argwaan zelf in het leven geroepen,' vindt Ab Krook, trainer van de schaatskernploeg mannen. 'Een betrapte sporter zoekt altijd naar een uitvlucht. Hij blijkt per ongeluk een neusdruppeltje van zijn dochtertje te hebben genomen. Dat soort dingen. Tijdens de Olympische Spelen van Montreal (1976) was een heel hoog percentage atleten plotseling astmatisch. De sport heeft zelf om een zwart-wit reglement gevraagd.'

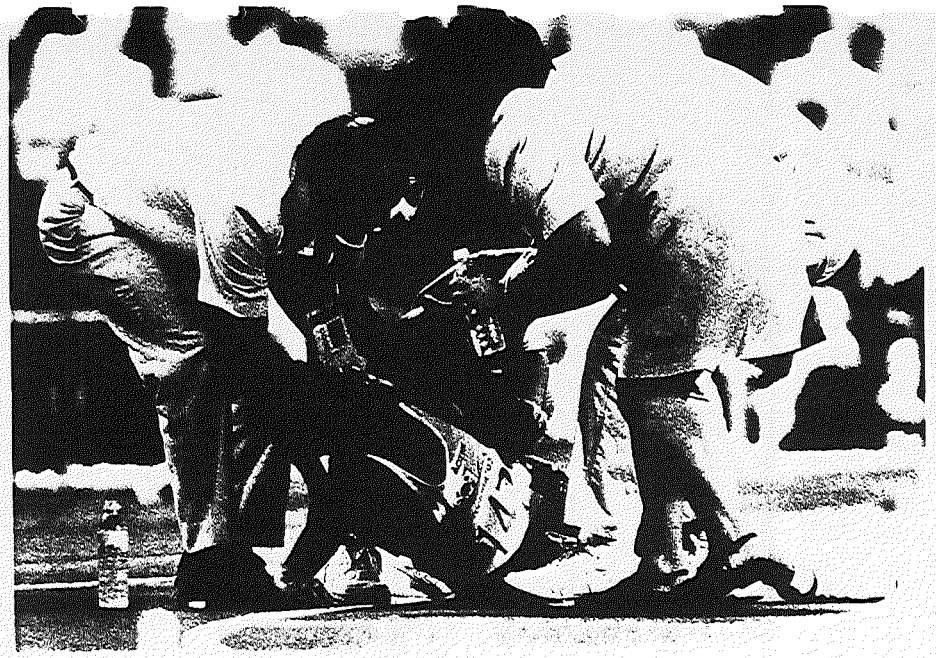
Schoonmaak

'Een ontkennende houding zou wel erg naïef zijn,' stelt Paauw. 'Van een sport als tennis werd bijvoorbeeld altijd gezegd dat er geen doping geduide middelen in omgingen. Tot er fikse controles kwamen. Je zou kunnen zeggen dat men nu nogal doorslaat, maar het geeft wel aan dat het onzin is om te veronderstellen dat het probleem zich niet voordoet in jouw sport. Bestuurders die dat zeggen, doen geen verantwoorde uitspraak.' Van de poging tot schoonmaak knapt de atletiek in ieder geval behoorlijk op.

Paauw refereert aan het procentueel geringe aantal betrapten en het feit dat de limieten voor de internationale kampioenschappen op de technische onderdelen en de sprintnummers thans minder scherp zijn dan vroeger. De drempeloverschrijdende prestatie naar de finale wordt doorgaans als maatstaf gehanteerd. Er wordt dus minder hard gelopen - behalve op de midden- en lange afstanden - en minder ver geworpen. Een gedragscode waaraan atleten, trainers en artsen zich op straffe van sancties (uitsluiting, schorsing, zelfs ontslag) dienen te houden, wordt door Paauw juichend onthaald, al vraagt hij zich af wie de auteurs moeten zijn. 'Voor de trainers moet het misschien van de trainersverenigingen zelf komen,' suggereert hij. 'Of het dopingprobleem onoplosbaar is, weet ik niet. Maar ik weet wel dat het onuitroeibaar is. Voor een coach is het frustrerend om te weten dat zijn atleten clean zijn, maar dat de tegenstanders misschien wel gebruiken.'



De val van de Berlijnse muur deed de waas van de mystiek oplossen in het luchtledige



'Als je de stelling aanhangt dat dopegebruik tot de eigen verantwoordelijkheid van de sporter behoort, gaan er doden vallen op de atletiekbaan'

Foefjes

De val van de Berlijnse muur en het openschuiven van het ijzeren gordijn deden de waas van de mystiek oplossen in het luchtledige. Daarmee verdween een krachtig psychologisch motief om in de pillenpot te graaien. Paauw: 'De mentale kant van het dopingprobleem wordt, in Nederland althans, sterk verwaarloosd. Atleten focussen zich zo op trainingsschema's en -intensiteit, dat ik denk dat het presteren wordt belemmerd door andere dingen. De angst voor de tegenstander om iets te noemen. Had men een deel van de tijd geïnvesteerd in mentale training, dan hadden atleten foefjes in de praktijk kunnen brengen om zich af te sluiten van de tegenstander. Ze zouden geestelijk in ieder geval sterk aan de start staan. Je kunt beter daar je winst uithalen dan middelen te gebruiken en vervolgens te denken: ik heb nu een streepje voor.'

'Topsport in het oostblok werd altijd in verband gebracht met dopegebruik,' weet ook Ab Krook. 'Dat is het niet alleen. De medische begeleiding was natuurlijk perfect, maar uiteindelijk trainden ze in de DDR ook heel goed. Het vermeende dopinggebruik was maar een heel klein onderdeeltje van het programma.' Ook nu de wereld 'vrij' is, zullen artsen en sporters altijd een haast bewonderenswaardige inventiviteit aan de dag leggen om ten koste van desnoods de gezondheid (en in extreme zin het leven) grenzen te verleggen. Wijlen Jacques Anquetil - hij stierf enkele jaren geleden aan kanker - shockeerde ooit de mensheid met de opmerking dat hij een dokter nodig had die de dopingcontrole steeds een slag voorbleef.

Beangstigend

Ab Krook: 'Iemand heeft heel goed gepresteerd. Achteraf blijkt dat hem dat lukte door iets te gebruiken. Dat vind ik dan heel triest. Ook al omdat daardoor mindere goden in de verleiding komen hun toevlucht te nemen tot stimulantia. Vooral die groep zou maatschappelijk moeten worden beschermd door strenge straffen uit te spreken tegen de toppers. Aan de andere kant worden de belangen zo groot dat de chemie zal blijven zoeken naar middeltjes. Er is een omslag in het denken ontstaan. De belangen van de professionele sporten zijn immens groot. Het is beangstigend dat het voortbestaan van een bedrijf als AC Milan afhangt van drie of vier voetballers.' Het is een wedloop die eindigt met de dood? Krook: 'Als het zo door blijft als nu, ja'. Bert Paauw beaamt het: 'Als je de stelling aanhangt dat dopegebruik behoort tot de eigen verantwoordelijkheid van de sporter, gaan er dooien vallen op de atletiekbaan.'

Coaches, zeker zij die werkzaam zijn in de topsport, moeten daarom sterk in hun schoenen staan, maar verdienen bij correct handelen ook de bescherming van de werkgevers (clubs, bonden) als de prestaties tegenvallen. In de dagelijkse praktijk komt de ambitieuze oefenmeester al gauw met zichzelf in conflict. Krook: 'Er is niets vervelender voor een trainer dan te weten dat de concurrentie sterker is doordat ze anabolica gebruikt. Een trainer is vaak ook oneerlijk naar de sporter toe. Hij bereidt mensen voor op een kampioenschap en zegt na een teleurstellende prestatie: volgend jaar gaat het beter. Terwijl je weet dat het niet lukt. Je gaat bijvoorbeeld een schaatsster motiveren zó hard te trainen dat ze vier seconden van haar persoonlijk record afhaalt. Terwijl je haar zou moeten vertellen dat ze dan nóg zes seconden te kort komt om te winnen. Dat is een conflictsituatie waarin je als trainer verzeild raakt.'