

# FAQ

## Änderungen bezüglich Kortison ab 01.01.2022

### 1. Was sind Glucocorticoide, und warum sind sie verboten?

**Glucocorticoide**, auch Kortison, Corticosteroide oder Glucocorticosteroide genannt, sind Wirkstoffe, die vom körpereigenen Hormon Cortisol abgeleitet sind und dessen Wirkung nachahmen. In der Medizin werden vor allem ihre entzündungshemmende Wirkung und die unterdrückende Wirkung auf das Immunsystem genutzt, um eine Vielzahl von Krankheiten zu behandeln. In Deutschland sind die meisten Glucocorticoid-Präparate verschreibungspflichtig. **Einige Anwendungsarten** (z.B. als Tablette oder als Spritze) sind zudem auf der Verbotliste der Welt Anti-Doping Agentur (WADA) aufgeführt und können **einen Verstoß gegen Anti-Doping-Bestimmungen** mit **schwerwiegenden Konsequenzen** darstellen, wenn nicht einige Regeln beachtet werden.

Eine hohe Konzentration von Glucocorticoiden im Körper kann nicht nur schwerwiegende Nebenwirkungen mit sich bringen, sondern auch zu einer unzulässigen Leistungssteigerung führen. Aus diesem Grund verbieten die Anti-Doping-Bestimmungen der WADA innerhalb von Wettkämpfen bestimmte Verabreichungswege, die zu hohen Glucocorticoid-Konzentrationen im Körper führen können.

### 2. Bei welchen Wirkstoffen handelt es sich um Glucocorticoide?

Zu den am häufigsten eingesetzten Glucocorticoiden zählen z.B.: Beclometason, Betamethason, Budesonid, Ciclesonid, Dexamethason, Fluticason, Hydrocortison, Methylprednisolon, Mometason, Prednisolon, Prednison oder Triamcinolonacetonid. Darüber hinaus werden zahlreiche weitere Glucocorticoide als Arzneimittel eingesetzt. Sollten Sie unsicher sein, ob ein Medikament ein Glucocorticoid enthält, erkundigen Sie sich bei Ihrer\*er Ärztin\*Arzt oder Apotheker\*in.

### 3. Welche Anwendungsarten von Glucocorticoiden sind ab dem 01.01.2022 verboten?

Mit Inkrafttreten der WADA-Verbotliste 2022 (ab dem 01.01.2022) gilt:

Alle Glucocorticoide sind **innerhalb des Wettkampfs** verboten, wenn sie über folgende Wege verabreicht werden:

- **oral** (über den Mund). Dazu zählen u.a. auch die oromukosale (über die Mundschleimhaut), bukkale (in der Backentasche), gingivale (auf dem Zahnfleisch) und sublinguale (unter der Zunge) Verabreichung.
- **rektal** (über den Mastdarm),
- **jegliche injizierbare Wege**. Dazu zählen u.a. intravenöse (in eine Vene), intramuskuläre (in einen Muskel), intraartikuläre (in ein Gelenk), periartikuläre (um ein Gelenk herum), peritendinöse (um eine Sehne herum), intratendinöse (in eine Sehne), oder subkutane (unter die Haut) Injektionen.

Als „innerhalb des Wettkampfs“ gilt dabei der Zeitraum kurz vor Mitternacht (um 23:59 Uhr) am Tag vor einem Wettkampf, an dem die\*der Athlet\*in teilnehmen soll, bis zum Ende dieses Wettkampfs und Beendigung der entsprechenden Dopingkontrollen, sofern die WADA für eine bestimmte Sportart keinen anderen Zeitraum zugelassen hat.

Außerhalb des Wettkampfs sind die oben genannten Anwendungsarten von Glucocorticoiden erlaubt.

**Intravenöse Infusionen und/ oder Injektionen** von insgesamt mehr als 100 ml innerhalb eines Zeitraums von 12 Stunden sind **jederzeit (innerhalb und außerhalb des Wettkampfs), verboten**, es sei denn, sie werden rechtmäßig im Zuge von Krankenhausbehandlungen, chirurgischen Eingriffen oder klinischen diagnostischen Untersuchungen verabreicht. Bitte beachten Sie hierzu auch unseren Informationsflyer zu Infusionen im Sport.

#### 4. Welche Anwendungsarten von Glucocorticoiden waren, gemäß der WADA-Verbotsliste 2021, verboten?

Bis zum 31.12.2021 galt:

Alle Glucocorticoide sind **innerhalb des Wettkampfs** verboten, wenn sie über folgende Wege verabreicht werden:

- **oral** (über den Mund),
- **rektal** (über den Mastdarm),
- **intravenös** (in eine Vene),
- **intramuskulär** (in einen Muskel).

#### 5. Welche Anwendungsarten von Glucocorticoiden sind jederzeit erlaubt?

Alle Anwendungsarten, die nicht zu den oben genannten zählen, sind jederzeit, also innerhalb und außerhalb des Wettkampfs, erlaubt. Hierzu zählen u.a. die **dermale** (auf der Haut), **inhalative** (per Inhalation), **nasale** (in der Nase) oder **ophthalmische** (am Auge) Anwendung.

Bei diesen Anwendungsarten ist davon auszugehen, dass keine hohen Wirkstoff-Konzentrationen im Körper erreicht werden.

#### 6. Was muss grundsätzlich beachtet werden, wenn Glucocorticoide über eine im Wettkampf verbotene Anwendungsart verabreicht werden sollen?

**Außerhalb von Wettkämpfen** ist eine Anwendung von Glucocorticoiden, unabhängig vom Verabreichungsweg, **erlaubt**. Allerdings lassen sich einige Glucocorticoide je nach Verabreichungsweg über einen längeren Zeitraum nach der Anwendung im Urin nachweisen. Der Nachweis von Glucocorticoiden bei einer Wettkampfdopingkontrolle kann einen Verstoß gegen Anti-Doping-Bestimmungen darstellen!

Deshalb sollte eine im Wettkampf verbotene Anwendung von Glucocorticoiden in der **wettkampffreien Zeit mit ausreichendem Abstand zum nächsten Wettkampf** durchgeführt werden.

Zur Einschätzung des benötigten Abstands zum nächsten Wettkampf wurden von der WADA sog. **Auswaschzeiten** veröffentlicht, die nach der letzten Anwendung von Glucocorticoiden bis zum nächsten Wettkampf eingehalten werden sollten. Bei Einhaltung dieser Auswaschzeiten ist die Wahrscheinlichkeit einer positiven Wettkampfdopingprobe sehr gering. Die Auswaschzeiten richten sich nach dem eingesetzten Wirkstoff und der Anwendungsart:

| Anwendungsart  | Glucocorticoid   | Auswaschzeit |
|--|--|--------------|
| oral   | alle Glucocorticoide   | 3 Tage       |
|  | <b>Ausnahme:</b> Triamcinolon,<br>Triamcinolonacetonid                                       | 10 Tage      |
| intramuskulär  | Betamethason, Dexamethason,<br>Methylprednisolon   | 5 Tage       |
|  | Prednisolon, Prednison   | 10 Tage      |
|  | Triamcinolonacetonid   | 60 Tage      |
| lokale Injektionen<br>(einschließlich periartikulär,<br>intraartikulär, peritendinös<br>und intratendinös) | alle Glucocorticoide   | 3 Tage       |
|  | <b>Ausnahme:</b> Prednisolon, Prednison,<br>Triamcinolonacetonid,<br>Triamcinolonhexacetonid | 10 Tage      |

Für die rektale und intravenöse Anwendung wurden von der WADA keine Auswaschzeiten vorgegeben. Zur Sicherheit sollten Athleten\*innen aber auch hier zwischen der letzten Anwendung und dem nächsten Wettkampf einen ausreichenden zeitlichen Abstand von mehreren Tagen einhalten.

### 7. Ich soll ein Glucocorticoid in einer im Wettkampf verbotenen Anwendungsart **außerhalb der Auswaschzeit** anwenden oder erhalten. Was muss ich beachten?

Muss ein Glucocorticoid außerhalb der entsprechenden Auswaschzeit angewendet werden, ist die Wahrscheinlichkeit eines positiven Nachweises bei einer Dopingkontrolle im Wettkampf sehr gering. Grundsätzlich empfehlen wir Ihnen jedoch immer, für eventuelle Rückfragen den Namen des Medikamentes, die Dosierung, die Anwendungsart, den Anwendungszeitpunkt oder -zeitraum, sowie einen Kontakt zu der\*dem behandelnden Ärztin\*Arzt, bereit zu halten.

### 8. Ich soll ein Glucocorticoid in einer im Wettkampf verbotenen Anwendungsart **innerhalb der Auswaschzeit** anwenden. Was muss ich beachten?

Muss ein Glucocorticoid innerhalb der entsprechenden Auswaschzeit angewendet werden, ist ein positiver Nachweis bei einer Dopingkontrolle im Wettkampf durchaus möglich.

Für Athleten\*innen, die einem **Testpool** der NADA zugehörig sind, sowie für Athleten\*innen **hoher Ligen bestimmter Teamsportarten**, gilt folgendes:

Muss ein Glucocorticoid innerhalb der entsprechenden Auswaschzeit angewendet werden, sollten Sie sich über die Behandlung von der\*dem behandelnden Ärztin\*Arzt einen **ausführlichen Bericht** erstellen lassen, der zusätzlich Angaben dazu enthält, weshalb erlaubte Alternativen nicht angewendet werden konnten. Heben Sie diesen Bericht bitte zusammen mit evtl. weiteren vorliegenden medizinischen Dokumenten (z.B. Röntgenbefunde, Labordiagnostik o.ä.) bei sich auf.

Sollten Sie innerhalb eines Wettkampfes einer Dopingkontrolle unterzogen werden, sollten Sie die Behandlung auf dem Dopingkontrollformular angeben. Werden in Ihrer Dopingprobe Glucocorticoide nachgewiesen, müssen Sie nach entsprechender Aufforderung durch die NADA eine **rückwirkende Medizinische Ausnahmegenehmigung** beantragen. Hierfür müssen Sie der NADA unter anderem den oben angesprochenen ärztlichen Bericht übermitteln.

In hohen Ligen bestimmter Teamsportarten sind gesonderte TUE-Pflichten zu beachten (siehe Infoblatt auf der Homepage der NADA unter <https://www.nada.de/medizin/im-krankheitsfall/medizinische-ausnahmegenehmigungen-tue> ).

Für Athleten\*innen, die **keinem Testpool** der NADA zugehörig sind, gilt:

Muss ein Glucocorticoid innerhalb der entsprechenden Auswaschzeit angewendet werden, sollten Sie sich über die Behandlung von der\*dem behandelnden Ärztin\*Arzt ein **fachärztliches Attest** erstellen lassen, das den Namen des Medikamentes, die Dosierung, Verabreichungsart und -häufigkeit, Therapiebeginn und -ende enthält. Einen Vordruck für ein solches Attest finden Sie unter [www.nada.de](http://www.nada.de) > Service > Downloads > „Attestvorlage“.

Das fachärztliche Attest führen Sie bitte in Kopie beim Wettkampf mit. Im Falle einer Dopingkontrolle sollten Sie die Behandlung auf dem Dopingkontrollformular angeben und das Attest vorlegen.

Diese Regelung gilt nur für nationale Wettkämpfe in Deutschland. Für die Teilnahme an internationalen Meisterschaften oder Wettkämpfen im Ausland sollten Sie sich im Vorfeld bei Ihrem internationalen Fachverband erkundigen, ob dort andere Regelungen gelten.

## 9. Ich soll ein Glucocorticoid in einer im Wettkampf verbotenen Anwendungsart über einen längeren Zeitraum anwenden und plane, **in dieser Zeit an einem oder mehreren Wettkämpfen teilzunehmen**. Was muss ich beachten?

Für Athleten\*innen, die einem **Testpool** der NADA zugehörig sind, sowie für Athleten\*innen **hoher Ligen bestimmter Teamsportarten**, gilt:

Wenn Sie während einer längerfristigen Therapie Glucocorticoide über einen im Wettkampf verbotenen Verabreichungsweg anwenden und in dieser Zeit an einem oder mehreren Wettkämpfen teilnehmen wollen, müssen Sie eine **Medizinische Ausnahmegenehmigung** bei der NADA **beantragen**.

Der vollständige Antrag auf Medizinische Ausnahmegenehmigung sollte mindestens 30 Tage vor dem nächsten Wettkampf bei der NADA eingereicht werden. Sollte die Beantragung weniger als 30 Tage vor dem nächsten Wettkampf erfolgen, kann es sein, dass der Antrag nicht bis zum Wettkampf beschieden wird. Sollten Sie trotz ausstehender Genehmigung an Wettkämpfen teilnehmen, erfolgt dies auf Ihre eigene Verantwortung und mit dem Restrisiko, gegen Anti-Doping-Bestimmungen zu verstoßen, sollte Ihr Antrag abgelehnt werden.

Mit Hilfe der [„TUE Physician Guidelines“ der WADA](#) können Sie bei verschiedenen Krankheitsbildern im Vorhinein überprüfen, ob die Behandlung die Kriterien für eine Medizinische Ausnahmegenehmigung erfüllt.

Als Hilfestellung zu den Anforderungen zur Beantragung von TUEs bei verschiedenen Krankheitsbildern können Sie außerdem die **TUE-Checklisten der WADA** heranziehen.

Diese sind unter [https://www.wada-ama.org/en/search?q=Checklists%20for%20TUE%20Applications&filters%5Bcontent\\_type%5D%5B%5D=%22resource%22](https://www.wada-ama.org/en/search?q=Checklists%20for%20TUE%20Applications&filters%5Bcontent_type%5D%5B%5D=%22resource%22) auch in deutscher Sprache zu finden.

In hohen Ligen bestimmter Teamsportarten sind gesonderte TUE-Pflichten zu beachten (siehe Infoblatt auf der Homepage der NADA unter <https://www.nada.de/medizin/im-krankheitsfall/medizinische-ausnahmegenehmigungen-tue> ).

Für Athleten\*innen, die **keinem Testpool** der NADA zugehörig sind, gilt:

Wenn Sie während einer längerfristigen Therapie Glucocorticoide über einen im Wettkampf verbotenen Verabreichungsweg anwenden und während der Therapie an einem oder mehreren Wettkämpfen teilnehmen wollen, sollten Sie ein **fachärztliches Attest** in Kopie beim Wettkampf mitführen. Das Attest darf nicht älter sein als 12 Monate und sollte den Namen des Medikamentes, die Dosierung, die Verabreichungsart und -häufigkeit, sowie Therapiebeginn und -ende enthalten. Einen Vordruck für ein solches Attest finden Sie unter [www.nada.de](http://www.nada.de) > Service & Infos > Downloads > „Attestvorlage“. Im Falle einer Dopingkontrolle sollten Sie die Behandlung auf dem Dopingkontrollformular angeben und das Attest vorlegen.

Diese Regelung gilt nur für nationale Wettkämpfe in Deutschland. Für die Teilnahme an internationalen Meisterschaften oder Wettkämpfen im Ausland sollten Sie sich im Vorfeld bei Ihrem internationalen Fachverband erkundigen, ob dort andere Regelungen gelten.

## 10. Mir wurde aufgrund eines **medizinischen Notfalls** ein Glucocorticoid in einer im Wettkampf verbotenen Anwendungsart **an einem Wettkampftag** verabreicht. Was muss ich beachten?

Sollten Sie am Wettkampftag aufgrund einer notfallmäßigen Behandlung (z.B. bei einer allergischen Reaktion) ein Glucocorticoid über eine verbotene Anwendungsart erhalten, müssen Sie dies spätestens vor Teilnahme am Wettkampf der\*dem zuständigen Anti-Doping-Beauftragten mitteilen. Ist diese\*r nicht an der Wettkampfstätte erreichbar, muss die Notfallbehandlung gegenüber dem Wettkampfgericht angezeigt werden. Erfolgt die Behandlung während des Wettkampfs, muss dies unmittelbar nach Beendigung des Wettkampfs gemeldet werden.

Zusätzlich gilt für Athleten\*innen, die einem **Testpool** der NADA zugehörig sind, sowie für Athleten\*innen **hoher Ligen bestimmter Teamsportarten**, folgendes:

Zusätzlich müssen Sie nach einer Notfallbehandlung mit einem Glucocorticoid am Wettkampftag grundsätzlich innerhalb von 7 Tagen nach der Anwendung eine **rückwirkende Medizinische Ausnahmegenehmigung (TUE)** bei der NADA beantragen. Dies ist unabhängig davon, ob bei Ihnen eine Dopingkontrolle durchgeführt wurde oder nicht.

In hohen Ligen bestimmter Teamsportarten sind gesonderte TUE-Pflichten zu beachten (siehe Infoblatt auf der Homepage der NADA unter <https://www.nada.de/medizin/im-krankheitsfall/medizinische-ausnahmegenehmigungen-tue> ).

Zusätzlich gilt für Athleten\*innen, die **keinem Testpool** der NADA zugehörig sind, folgendes:

Sollten Sie nach einer Notfallbehandlung mit einem Glucocorticoid am Wettkampftag einer Dopingkontrolle unterzogen werden, sollten Sie die Behandlung auf dem Dopingkontrollformular angeben und ein **fachärztliches Attest** über die Behandlung bei der Dopingkontrolle vorlegen. Diese Regelung gilt nur für nationale Wettkämpfe in Deutschland. Für die Teilnahme an

internationalen Meisterschaften oder Wettkämpfen im Ausland sollten Sie sich im bei Ihrem internationalen Fachverband erkundigen, ob dort andere Regelungen gelten.

## 11. Welche Unterlagen benötige ich, um eine TUE zu beantragen?

Wenn Sie eine TUE bei der NADA beantragen möchten, müssen Sie das **TUE-Antragsformular** (zu finden auf <https://www.nada.de/medizin/im-krankheitsfall/medizinische-ausnahmegenehmigung-en-tue> ), gemeinsam mit Ihrer\*Ihrem behandelnden Ärztin\*Arzt ausfüllen und der NADA per Post im Original zukommen lassen. Zusätzlich muss zur Beurteilung eines TUE-Antrags ein aktueller fachärztlicher Bericht eingereicht werden, der die Vor- und Krankengeschichte ausführlich und nachvollziehbar beschreibt und sorgfältig begründet, warum erlaubte Alternativen nicht eingesetzt werden können. Weitere diagnostische Befunde, z.B. zur Erstdiagnose, Laborergebnisse, Tests und Berichte vervollständigen den Antrag.

Als Hilfestellung zu den Anforderungen zur Beantragung von TUEs bei verschiedenen Krankheitsbildern können Sie außerdem die **TUE-Checklisten** der WADA heranziehen. Diese sind unter [https://www.wada-ama.org/en/search?q=Checklists%20for%20TUE%20Applications&filters%5Bcontent\\_type%5D%5B%5D=%22resource%22](https://www.wada-ama.org/en/search?q=Checklists%20for%20TUE%20Applications&filters%5Bcontent_type%5D%5B%5D=%22resource%22) auch in deutscher Sprache zu finden.

**Grundsätzlich empfehlen wir Ihnen, sich über jede im Wettkampf verbotene Anwendung von Glucocorticoiden einen Bericht Ihrer\*Ihres behandelnden Fachärztin\*arztes ausstellen zu lassen.** Dies ermöglicht es, die Behandlung bei Rückfragen eindeutig nachzuvollziehen.

Bei einer Dopingkontrolle sollten Sportler\*innen alle eingesetzten Medikamente angeben. Weitere Hinweise finden Sie auf unserer Homepage <http://www.nada.de> unter "Medizin" sowie in unserer Medikamentendatenbank [www.nadamed.de](http://www.nadamed.de), über die Sie die Dopingrelevanz von Medikamenten direkt abfragen können.

Für Rückfragen stehen Ihnen die Mitarbeiter\*innen des Ressort Medizin der NADA ([medizin@nada.de](mailto:medizin@nada.de)) jederzeit zur Verfügung!

QR-Code scannen und direkt zur Webseite, Bereich "Medizin" gelangen.



Stand: 18.03.2022