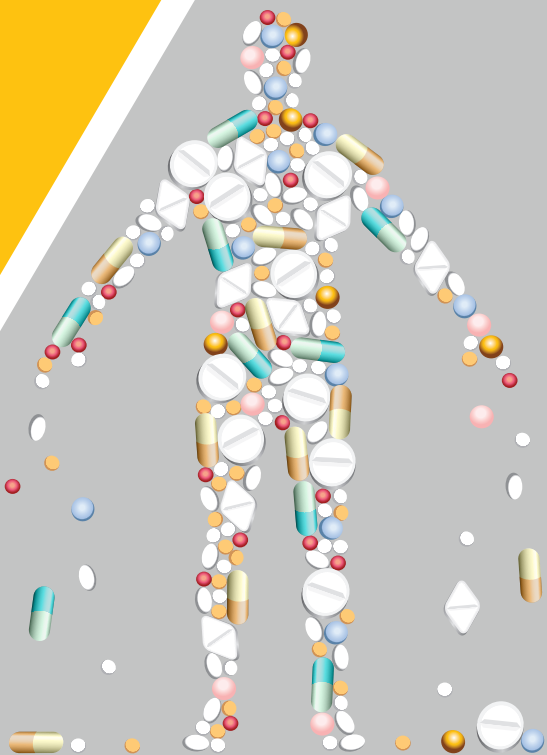


服用運動禁藥的健康風險及其副作用



禁用清單

「禁用清單」由世界運動禁藥機構(WADA) 每年修訂，列明在賽內、賽外及特定運動項目禁用的物質及方法。

任何符合以下條件的物質或方法，都有機會被列入禁用清單：

- 符合以下其中兩項條件：
 - 有提升運動表現的可能
 - 對健康有實際或可能造成的影響
 - 其使用違反體育精神
- 有機會遮蔽其他禁用物質及方法的使用

健康風險

使用運動禁藥會危害健康及導致不良副作用，原因如下：

- 部份運動禁藥原本用作醫療用途，並只限於醫生處方給有需要的病患者使用。如運動員在沒有醫療需要的情況下使用這些禁用物質，會嚴重損害健康。
- 長期使用運動禁藥或同時服用多種藥物，可對身體造成永久性的損害。
- 使用部份運動禁藥會導致上癮及產生藥物依賴，停止使用後有機會出現斷癮徵狀。

常遭濫用的運動禁藥

合成代謝劑：賽內及賽外禁用

合成代謝劑（例如類固醇）是一種可產生類似雄性激素（一種由體內自然分泌的激素）功能的合成物質。合成代謝劑能促進蛋白質合成、刺激肌肉及骨骼生長，以及有形成及維持男性特徵的作用（例如促進聲帶和毛髮生長）。

副作用

類固醇會對健康產生嚴重副作用，其嚴重性受所服用劑量影響。在一般情況下，類固醇會增加患上心血管病、肝病和高血壓的風險。對心理或行為上的不良影響包括：情緒不穩、作出攻擊性行為、躁狂、抑鬱及藥物依賴。服用類固醇有機會導致出現暗瘡及永久脫髮。男性如使用類固醇會出現乳房增生、睪丸收縮及精子減少的情況；女性使用類固醇則可造成毛髮增生、聲綫變厚及月經不調。類固醇亦會影響兒童發育及導致青春期提早出現。

刺激劑：賽內禁用

刺激劑（又稱興奮劑，例如安非他明及可卡因）能影響中樞神經系統。服用刺激劑使人增加警覺性、減低倦意和加強運動員的競爭意欲及侵略性。

副作用

服用刺激劑不但會引致脫水、焦慮、失眠及心跳加速，更會影響協調及平衡力。長期服用會增加患上心血管病及中風的風險。

紅血球生成素：賽內及賽外禁用

紅血球生成素（EPO）是一種可促進紅血球生長的肽類荷爾蒙。它能刺激骨髓產生更多的紅血球，從而增加血液的帶氧量。使用紅血球生成素可增加耐力及縮短康復時間。

副作用

額外的紅血球生成素會導致血液變稠，從而令血壓上升。它亦會增加患上心臟病、中風及肺栓塞的風險，最嚴重可導致死亡。

大麻類：賽內禁用

大麻是一種存在於大麻植物的乾花、葉子或樹脂的物質。大麻會令人產生快感及放鬆。

副作用

使用大麻會影響腦部，導致情緒不穩、憂慮或出現妄想徵狀。它亦會令記憶力及集中力降低。其他對身體的影響包括損害平衡、協調及集中能力，引致昏睡及口乾。長期使用大麻更會削弱免疫系統，增加患上肺癌、口腔癌、舌頭癌和咽喉癌的風險。

其他常見的禁用物質/方法及其潛在副作用

任何時間禁用的物質及方法（賽內及賽外）

物質	潛在副作用
β 2 促效劑	心率上升、血壓上升、出汗、作嘔及肌肉抽搐
荷爾蒙及代謝調節劑（例如：抗雌激素）	導致潮紅、出汗、失眠及骨質疏鬆
利尿劑及掩蔽劑	缺水、抽筋、血壓下降、電解質失衡、頭暈或昏暈
方法	潛在副作用
操控血液及血液成份	增加感染傳染病風險、血塊形成、心臟病、中風及肺栓塞
基因禁藥	由於基因轉移的技術仍在測試階段，副作用難以估計

賽內禁用的物質

物質	潛在風險
麻醉劑	- 增加對痛苦的忍耐以致失去察覺受傷的能力、削弱免疫系統、心率下降及抑制呼吸系統 - 失去平衡、協調及集中力 - 容易上癮，導致嚴重的生理及心理依賴
糖皮質激素	肌肉量減少、骨質疏鬆、抑制免疫系統、血糖過高、體重上升及胃潰瘍

特定運動項目禁用物質

物質	潛在風險
β 阻斷劑	- 血壓下降、心律緩慢 - 疲勞、抑鬱、性機能障礙

這並非完整的列表。有關完整及詳細的資料，請參閱本年度的禁用清單（可於本會網頁下載）。

香港運動禁藥委員會

✉ antidoping@hkolympic.org

🌐 www.antidoping.hk

📺 HKAntiDoping

📘 Hong Kong Anti-Doping Committee



於2017年3月更新