

## ⑥意図しないドーピング

個人が意識するしないに関わらず、ドーピング物質を摂取する可能性があります。日ごろから十分に注意することが重要です。

廣瀬立朗

桐蔭横浜大学スポーツ科学部  
スポーツ健康科学科 准教授

### 意図しないドーピング

知らない間にドーピング物質を摂取することとは、アスリートや個人が意図せずに、競技力向上薬物（Performance enhancing drugs: PED）またはドーピング剤として分類される禁止物質を摂取する状況を指します。ドーピング物質は、運動能力を向上させたり、不当な利益をもたらしたり、健康上のリスクをもたらす可能性があるため、世界アンチ・ドーピング機構（WADA）によって禁止されています。

個人が無意識のうちにドーピング物質を摂取する可能性がある場合、いくつかのシナリオが考えられます。

#### 1) 意図しないドーピングの種類

①汚染されたサプリメント：アスリートは、パフォーマンスを向上させたり、食事ではとれない栄養素を満たすために栄養補助食品を摂取します。しかし、サプリメントの中には、製造方法の不備や意図的な混入により、禁止物質が混入している場合があります。このような場合、アスリートは知らずにサプリメントに含まれる禁止物質を摂取している可能性があります。Baume ら（2008）は 103 個のサプリメントを取り与せ禁止薬物が混入しているかチェックしました。調査したサプリメントの内訳はプロホルモン系 37 個、クレアチン系 42 個、メンタルエンハンサー系 12 個、BCAA 系 12 個でした。3 つのサプリメントからタンパク同化ステロイドが検出されました。また、18 個のサプリメントからテストステロンの前駆体や代謝物が検出されました。103 個のうち 18% のサプリメントが成分表示に書かれていない物質が混入していることが分かりました。

②処方薬：アスリートや個人は、特定の病状を治療するために薬を処方されることがあります。しかし、薬の中には、パフォーマンスを向上させる作用があるため、スポーツで禁止されている物質が含まれていることがあります。アスリートは、処方された薬に含まれる物質を注意深く確認し、必要であれば適切な治療使用特例（Therapeutic Use

Exemptions : TUE) を求めることが極めて重要です。

さらに、漢方薬には「生薬」が使用されており、動物や植物などの天然物から由来するため、そこに含有される全ての物質が明らかになっているわけではありません。「漢方薬に禁止物質が含まれていない」と断言することはできません。ただし、一部の漢方薬には、明らかに禁止物質が含まれていることがわかっています。

- ③環境への暴露：ドーピング物質は、汚染された食物や水、あるいは吸入物質など、環境中に存在することがあります。場合によっては、知らず知らずのうちにこれらの物質と接触し、意図せず摂取してしまうこともあります。

注意しなければならないのは、意図せずに摂取したからといって、アスリートがドーピング物質の陽性反応を示した場合に、その結果を免れるわけではないということです。アンチ・ドーピング規制は通常、意図的であろうとなかろうと、アスリートの体内から検出されたいかなる物質に対してもアスリートの責任を問うものです。アスリートは、サプリメントの成分を注意深く確認し、医療専門家に相談し、アンチ・ドーピング規則を確実に遵守するなどの予防措置を講じることが期待されています。

## 2) 意図的でないドーピングの予防措置

意図的でないドーピングを防ぐために、アスリートには以下のことが推奨されます。

- ①自分自身を教育すること：アスリートは、所属するスポーツの統括団体が提供する禁止物質のリストに精通しなくてはなりません。特定の薬物、サプリメント、環境要因に関連する潜在的なリスクを理解しなくてはなりません。
- ②専門家の助言を求めること：アスリートは、アンチ・ドーピング規制の専門知識を有する医療専門家、チームドクター、またはスポーツ栄養士に相談すること。これらの専門家は、アスリートが安全かつ合法的なサプリメントや医薬品を選択できるよう指導することができます。
- ③食物やサプリメントについて調査する：アスリートは、サプリメントや医薬品を含め、摂取する製品について徹底的に調べるべきです。汚染のリスクを最小限にするために、信頼できる第三者検査機関によって認定された製品を探す必要があります。

日本アンチ・ドーピング機構（JADA）が展開してきた JADA サプリメント分析認証プログラムは 2019 年 3 月に廃止となり、健康食品やサプリメントの安全性を保証する機関がなくなる事態となりました。現在いくつかの認証プログラムを行う検査機関があります。

インフォームドスポーツとインフォームドチョイスはイギリス、Banned Substances Control Group はアメリカに本社を置くアンチ・ドーピング認証プログラムです。それぞ

れ WADA の定める禁止表国際基準に基づき製品を分析し、世界各国の主要サプリメントブランドが認証を取得しています。

④オープンなコミュニケーションを保つ：アスリートは、医療従事者、コーチ、サポートスタッフと、薬、サプリメント、懸念事項などについて、オープンにコミュニケーションをとるべきである。そうすることで、より良いモニタリングが可能になり、関係者全員が潜在的なリスクを認識することができます。

⑤潜在的な問題を報告する：アスリートは、サプリメントや薬に禁止物質が含まれている可能性があると思われる場合、そのスポーツの統括団体やアンチ・ドーピング機関に報告する必要があります。これは意識を高めるのに役立ち、必要に応じて調査や製品回収に貢献することができます。

このような予防措置をとることで、アスリートは意図しないドーピングの可能性を減らすことができるでしょう。

#### 参考文献

N Baume, N Mahler, M Kamber, P Mangin, M Saugy Research of stimulants and anabolic steroids in dietary supplements Scand J Med Sci Sports 2006 Feb;16(1):41-8.