



ยาที่ใช้ได้ ยาที่ห้ามใช้

[www.facebook.com/thailand Anti-Doping](https://www.facebook.com/thailandAntiDoping) โทร. 0 2186 7559





ยาที่ห้ามใช้โดยเด็ดขาด

1. **ห้ามกิน/ฉีด**ยาที่มีส่วนประกอบของสเตียรอยด์ Androstenedio, Danazol, Gestrinone, Mesterolone, Methandienone, Methyltestosterone, Nandrolone, Oxymetholone, Stanozolol, Testosterone, Tibolone, Epoetin
2. **ห้ามกิน/ฉีด**ฮอร์โมน และสารที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วยสาร Chorionic gonadotropin, Insulin
3. **ห้ามกิน/ฉีด**สารเบต้า-ทู อโกนิสต์ ประกอบด้วยสาร Formoterol, Salbutamol, Salmeterol, Terbutaline
4. **ห้ามกิน/ฉีด**สารยับยั้งและลดการทำงานของฮอร์โมนเพศหญิง ประกอบด้วยสาร Anastrozole, Exemestane, Raloxifene HCL, Tamoxifene, Toremifene, Clomiphene
5. **ห้ามกิน** ยาขับปัสสาวะและสารปกปิดอื่นๆ ประกอบด้วยสาร Probenecid, Dextran, Hydroxyethyl starch, Mannitol, Acetazolamide, Amiloride, Furosemide, Hydrochlorothiazide, Triamterene, Adrenaline, Indapamide เป็นต้น
6. **ห้ามกิน/ฉีด**สารกระตุ้น ประกอบด้วยสาร Ephedrine, Etilefrine, Heptaminol, Nikethamide, Selegiline, Sibutramine, Strychnine, Tuaminoheptane, Bupropion, phenylephrine, Ethylephedrine, Methylephedrine
7. **ห้ามกิน/ฉีด**สารเสพติด ประกอบด้วยสาร Fentanyl, Morphine
8. **ห้ามกิน/ฉีด**สารเบต้า-บล็อกเกอร์ ประกอบด้วยสาร Atenolol, Betaxolol, Bisoprolol, Carteolol, Carvedilol, Levobunolol, Metipranolol, Metoprolol, Propranolol, Timolol



ยาที่ห้ามใช้โดยเด็ดขาด

9. ห้ามกิน ยาลดความอ้วน ทุกชนิด เพราะมีโครงสร้างสารเหมือนยาบ้า
10. ห้ามเสพยาเสพติดทุกชนิด
11. หลีกเลี่ยงอาหารเสริมแบบเวย์โปรตีน เพราะที่ขายตามท้องตลาด 80 เปอร์เซ็นต์ มีสารสเตียรอยด์
12. ยาต้ม ยาหม้อ ยาลูกกลอนแคปซูล สมุนไพรพื้นบ้าน กรุนดาหลักเลี่ยง
13. หลีกเลี่ยงการพบแพทย์ ที่สถานเสริมความงามต่าง ๆ เพราะส่วนมาก ยาทา ยากิน ยาฉีด บางชนิดที่สถานเสริมความงามจ่ายให้คนไข้ จะมีส่วนประกอบของสารต้องห้ามผสมอยู่
14. ยาปลูกผม ยาปลูกหนวด
15. หลีกเลี่ยงการซื้อยารับประทานเอง ก่อนซื้อยาต้องถามผู้ฝึกสอน และเภสัชกร ว่ายาชนิดที่ซื้อ มีสารต้องห้ามทางการกีฬาผสมอยู่หรือไม่
16. ในกรณีต้องเข้ารับการรักษาอาการเจ็บป่วยกับแพทย์ ต้องแจ้งกับแพทย์เสมอว่าเป็น นักกีฬา งดจ่าย/ฉีดยาที่มีส่วนผสมของสารต้องห้ามทางการกีฬา นอกจากนี้ ต้องขอใบรับรองแพทย์มาด้วยเสมอ
17. หลีกเลี่ยงการรับประทานยาหรืออาหารเสริมที่ไม่มีฉลากยากำกับอยู่ รวมถึงฉลาก อ.ย.





ยาที่ใช้ได้



1. ยาแก้ปวดลดไข้ ใช้ได้เกือบทุกชนิด เช่น พาราเซตามอล ไทลินอล ซาร่า **ยกเว้น** Buprine, Durogesic, Pangon
2. ยาลดน้ำมูก แก้วภูมิแพ้ แก้วตัน ทานได้เกือบทุกชนิด **ยกเว้น** ยาที่มีส่วนประกอบของ Pseudoephedrine และยาที่ห้ามรับประทานโดยเด็ดขาดในข้อ 6
3. ยาขับเสมหะ ยาแก้ไอ ยาละลายเสมหะ ใช้ได้บางชนิด **ยกเว้น** ยาแก้ไอน้ำดำที่มีส่วนผสมของ Opium (ฝิ่น), Biovent Bronchonyl, Methorcon, Royalin Expectorant Salmon Expectorant, Ventolin Expectorant
4. ยาแก้หอบหืด ใช้ได้เฉพาะแบบพ่น แต่ต้องขอ TUE ก่อน **ยกเว้น** Salbutamol และ salmeterol ที่ไม่ต้องขอ TUE แต่ต้องทำ Declaration of use และตัวยาก็ต้องขอ TUE ได้แก่ Almasal, Asmaline, Asmasal, Bricanyl, Broncholine Clenil compositum, Proasma-t, Royalin, salbusian, salda Salmon Atlantic tab, Salmon Expectorant, Salmon syrup Solia, Sulterline, Terbulin, Terbono, Theosol, tolbin, Ventolin, Zebu
5. ยาปฏิชีวนะ (ยาแก้อักเสบ) ยานี้ดรับประทาน ใช้ได้ทุกชนิด
 - : ยาหยอดตา ใช้ได้ทุกชนิด
 - : ยาหยอดหู ใช้ได้ทุกชนิด
 - : ยาทาผิวหนัง แก้วแพ้ ผดผื่นคัน ใช้ได้ทุกชนิด **ยกเว้น** ยาที่มีส่วนผสมของเพรดนิโซโลน (ทั้งยากินและยาทา)





ยาที่ใช้ได้



6. ยาดลាយกล้ามเนื้อ ยานักปิดลดการอักเสบของข้อและกล้ามเนื้อ ใช้ได้ทุกชนิด
ยาเว้น ยารักษาโรคเก๊าท์บางชนิด
7. ยากระดูกคอรีติโคสเตียรอยด์ ใช้ได้เฉพาะทาที่ผิวหนัง (**ห้ามเพรดนนิโซโลน**) หยอดตา หยอดหู
8. ยานอนหลับ ยากล่อมประสาท ยาดลាយกังวล ยาดลាយเครียด ใช้ได้ทุกชนิด
9. ยาลดกรดในกระเพาะอาหาร ใช้ได้ทุกชนิด
10. ยาแก้ท้องเดิน ปวดท้อง ท้องอืด ท้องเฟ้อ ขับลม ใช้ได้ทุกชนิด
11. ยาระบาย ยาถ่าย ใช้ได้ทุกชนิด
12. ยารักษาโรคกระเพาะอาหาร ยาเคลือบกระเพาะ ใช้ได้ทุกชนิด
13. ยามาเชื้อรา ใช้ได้ทุกชนิด
14. ยารักษาสิว ใช้ได้บางชนิด เช่น แอคโนติน **แต่ห้ามฉีดสิวเพราะมีสเตียรอยด์ ห้ามทายาที่มีส่วนผสมของเพรดนนิโซโลน**
15. ยาเลื่อนประจำเดือน ใช้ได้ทุกชนิด
16. ยาแก้แพ้ คลื่นไส้ อาเจียน ใช้ได้ทุกชนิด
17. อาหารเสริมที่ทานได้ เช่น กลูต้าไธโอน สารสกัดจากเมล็ดดองุ่น ฮีฟนิ่งพิมโรส วิตามิน A-E, Zinc แอล-คาเนทีน แอล-กลูตามีน คออลลาเจน โคเอ็นไซม์ ดีทเทน แบรินเนอร์ แบรินซ์ซูปไท์ แบรินดริงก ครีเอทีน น้ำมันตับปลา โอเมก้า 3 Branch chain amino acid กลูโคส เป็นต้น



คำแนะนำสำหรับนักกีฬา

การรับประทานยา ไม่ว่าจะเป็นยาแผนปัจจุบัน ยาแผนโบราณ ยาสมุนไพร ยาจีน ยาบำรุงกำลัง หรืออาหารเสริมทุกชนิด ต้องปรึกษาแพทย์ หรือเภสัชกรหรือเจ้าหน้าที่ควบคุมสารต้องห้าม

หลีกเลี่ยง รับประทานยาที่ไม่ทราบส่วนประกอบทางวิทยาศาสตร์ เช่น ซึ่ยากินเอง ยาชุด หรือยาที่ถูกแนะนำมา กรณีที่นักกีฬามีโรคประจำตัวหรือมีประวัติการเจ็บป่วยต้องปรึกษาแพทย์ และขอใบรับรองแพทย์มาด้วยทุกครั้งก่อนการเข้าร่วมการแข่งขัน

หากนักกีฬาคนใดที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคหัวใจ โรคหอบหืด โรคความดันโลหิตสูง โรคเก๊าท์ (บางชนิด) โรคเบาหวาน หรือเป็นโรคที่จำเป็นต้องใช้ยาที่มีส่วนผสมของสารต้องห้ามผสมอยู่ ต้องให้แพทย์ประจำทีมหรือแพทย์ผู้รักษานักกีฬาออกใบรับรองแพทย์และจำเป็นต้องเขียนใบขออนุญาตการใช้สารต้องห้ามเพื่อการรักษา (TUE) โดยส่งให้คณะกรรมการจัดการแข่งขันหรือส่งได้ที่สำนักงานควบคุมการใช้สารต้องห้ามทางการกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย โดยมีกำหนดให้ส่งล่วงหน้าก่อนเข้าร่วมการแข่งขัน 30 วัน



คำเตือน : หากนักกีฬาไม่แน่ใจในตัวยา หรืออาหารเสริมที่จะรับประทาน 100% หรือมีข้อสงสัยกรุณาติดต่อ.
โทร. 0 2186 7559

