河北省省级科技计划资助（项目编号：22555704K）



对兴奋剂说不

——反兴奋剂知识科普

主编　高　晓　王立娜　柴建中

河北科学技术出版社

· 石家庄 ·

图书在版编目（CIP）数据

对兴奋剂说不 : 反兴奋剂知识科普 / 高晓, 王立娜, 柴建中主编. -- 石家庄 : 河北科学技术出版社, 2024.5
ISBN 978-7-5717-2092-6

Ⅰ. ①对… Ⅱ. ①高… ②王… ③柴… Ⅲ. ①兴奋剂－普及读物 Ⅳ. ①R971-49

中国国家版本馆CIP数据核字(2024)第103501号

对兴奋剂说不——反兴奋剂知识科普

高　晓　王立娜　柴建中　主编

责任编辑　王文静
责任校对　李嘉腾
美术编辑　张　帆
出　　版　河北科学技术出版社
地　　址　石家庄市友谊北大街 330 号（邮政编码：050061）
印　　刷　石家庄联创博美印刷有限公司
开　　本　787 毫米 ×1092 毫米　1/16
印　　张　13.25
字　　数　187 千字
版　　次　2024 年 5 月第 1 版
印　　次　2024 年 5 月第 1 次印刷
书　　号　ISBN 978-7-5717-2092-6
定　　价　88.00 元

编 委 会

主　编　高　晓　王立娜　柴建中

副主编　张景遥　刘　阳　徐起麟　张　佳

编　委　岳雷钧　王　清　李　靖　宫立红　李　媛

杨　丹　范丹星　邢丽丽　李佳轩　甘冰冰

李三昌　王子朋

前　言

反兴奋剂工作旨在保护体育运动参与者的身心健康，维护公平竞争的体育道德，维护国家形象和荣誉，是体育事业持续健康发展和体育强国建设的重要支撑和保障。

经过多年持续不懈的努力，我国的反兴奋剂工作取得了显著成效，政策、法规、制度日益完善，管理体制和运行机制不断健全，教育、检查、检测、调查等各项措施不断深入。全国 16 个国家运动项目管理单位和 27 个省区市成立了专门的反兴奋剂部门或机构，“纵横交叉、上下联动”全覆盖的反兴奋剂组织体系初步建成；反兴奋剂教育活动覆盖人数每年超过 40 万人，以“拿干净金牌”理念为核心的反兴奋剂宣传教育逐步深入。

但是，当前反兴奋剂斗争形势依然严峻复杂，无论是在体育比赛之内，还是之外，无论是在竞技体育赛场上，还是学校和社会体育活动中，依然有人在铤而走险使用兴奋剂。近年来，反兴奋剂中心查处的中考体育、体育单招考试中使用兴奋剂违法违规案件，表明兴奋剂已渗透进青少年体育、体育考试中，这一系列兴奋剂事件的发生，背后都折射出青少年反兴奋剂教育的缺失。

本书是河北省创新能力提升计划项目 2022 年立项课题（项目编号：22555704K），编写目的是向青少年运动员本人及其辅助人员、身边人，其他体育运动参与者普及反兴奋剂基础知识，在编写过程中得到了反兴奋剂领域专家学者、专业人士等的大力支持和帮助，在此表示衷心感谢。

当前反兴奋剂知识体系、政策体系均处在一个不断丰富和完善的过程中，同时因编写时间所限，内容难免存在疏漏，敬请广大读者批评指正，以便今后进一步改进和提高。

编　者

目　录

第一章　体育精神 …… 01

第一节　体育精神内涵 …… 01

第二节　奥林匹克精神 …… 03

第三节　中华体育精神 …… 05

第四节　反兴奋剂与体育精神 …… 08

第二章　兴奋剂问题概述 …… 11

第一节　兴奋剂的起源 …… 11

第二节　兴奋剂的基本概念 …… 15

第三节　兴奋剂的危害 …… 23

第三章　坚决推进反兴奋剂斗争 …… 33

第一节　国际反兴奋剂斗争 …… 33

第二节　中国反兴奋剂斗争 …… 45

第三节　反兴奋剂治理新动向 …… 53

第四章　我国反兴奋剂法律体系……55
第一节　我国反兴奋剂法律体系的构建过程……56
第二节　我国现行反兴奋剂法律……65
第三节　我国现行反兴奋剂法规规章……83

第五章　体育行业兴奋剂管制……87
第一节　兴奋剂管制……87
第二节　兴奋剂检查……89
第三节　兴奋剂检查基本程序……93
第四节　行踪信息管理……101
第五节　治疗用药豁免……108
第六节　样本检测……112
第七节　运动员生物护照……114
第八节　兴奋剂违规……116
第九节　调查……121
第十节　结果管理……123
第十一节　结果管理流程……124

第六章　防止兴奋剂误服误用……131
第一节　食品兴奋剂风险防控……132
第二节　药品兴奋剂风险防控……137
第三节　营养品兴奋剂风险防控……141
第四节　“三品”防控总体要求……147

第七章　经典违规案例分析 …… 149

第一节　11 种违规行为经典案例 …… 149

第二节　就医用药导致兴奋剂违规案例 …… 157

第三节　违反行踪信息管理规定典型案件 …… 158

附录一　反兴奋剂管理办法 …… 163

附录二　反兴奋剂条例（修订草案） …… 175

附录三　国家体育总局兴奋剂违规责任追究办法 …… 195

参考文献 …… 201

第一章　体育精神

在奥运会史上，有这样一位运动员，他虽未取得骄人成绩却赢得了比奥运冠军更高的声誉，他便是马拉松选手约翰·斯蒂芬·阿赫瓦里。他是第一位参加奥运会的坦桑尼亚选手，参加了 1968 年墨西哥奥运会男子马拉松比赛。比赛过程中，阿赫瓦里在 19 公里处被挤倒，肩膀被摔脱臼，膝盖被踩穿孔，但他拒绝了医护人员停赛的建议，坚持跑完了全程。他坚定的决心、坚强的意志感染了所有人，当得知他还在继续比赛时，原本准备撤离的工作人员和市民们纷纷赶回路边，为他鼓劲儿助威。顶着满天星光，迎着专门为他而打开的阿兹特克体育场灯光，阿赫瓦里终于迈过了终点，在那一刻，他成了英雄。随着时间的流逝，人们早已淡忘当年比赛的冠军，但是他一瘸一拐迈向终点的坚定身影却永远定格在了历史记忆之中。而他在回答记者提问时所留下的名言“我的祖国，把我从 7000 英里之外的地方送到这里，不是让我开始比赛，而是要我完成比赛”，则被誉为是体育精神“具象的载体”。

第一节　体育精神内涵

作为一种文化现象，体育不是自然而然产生的，是人在社会实践活动中的创造性产物。在体育与社会的互动中，产生于体育领域的精神，就是体育精神。体育精神是体育活动的最高产物，是体育现象之中的抽象、内隐之物，是体育

的灵魂，是一种催人奋进的崇高的人类精神。它包括以下四个方面的内容：

一是团结协作的精神。在体育活动中，既要不断进取力争上游，发挥出个人的最佳状态，又要以大局为重，在团结合作中求进步，培养团队合作精神和集体荣誉感。体育竞技在大多数情况下都是群体性的活动，要能正确处理个人利益与集体利益的关系，应以整体利益为主，兼顾个人利益。

二是传承求美的精神。要培养继承和传递人类优秀的体育文化的意识，追求身心健康愉悦，达到一种美的境界。这里的传承，既是对体育视觉美的热切向往，又是对体育特质美的多样追求，更是人们对生活中的优美与丑陋、高雅与低俗、文明与野蛮做出的价值取舍。例如，奥林匹克精神崇尚公正性、正义性，反对暴力和药物。其“更快、更高、更强——更团结”的格言想要挖掘的是更大的人生价值和社会价值。我们正在传递且会继续将奥林匹克精神传递下去，还因为奥林匹克的宗旨是要排除任何歧视，以友谊、团结和公平的体育活动来增进相互的了解，以其所崇尚的精神来教育青年，从而为建立一个和平的美好的世界做贡献。它所追求的就是一种高境界的体育特质美。

三是遵纪守法的精神。即遵守体育规则和道德规范的精神。在体育竞技中，违规违纪的事件时有发生，因使用兴奋剂而被取消奖励、禁赛、开除出局的丑闻屡禁不止，这种种现象的发生，不外乎遵纪守法精神的缺失。参加体育活动，必须遵守裁判规则，否则要按规则受到惩罚。体育比赛之所以能够顺利进行，是与规则具有的强制性分不开的。体育的规则正是社会法规和人类共同规范的一种模拟和缩影。

四是和谐发展的精神。即延续健康生命、推进社会文明的文化意识。体育的本质在于发展，发展是硬道理，发展是社会进步的原动力，发展是体育精神的最高目的。体育学上的发展也有其特殊性，它既要强调体质的健全发展，又要追求心理上、精神上的健康发展。和谐发展的意义就在于：体质的增强和思想精神的升华。在体育竞技中，打破一定的记录，就是对人类体质在一定程度上的进步的最好的反映，就是对发展意义的最生动的诠释。

第二节　奥林匹克精神

国际奥林匹克委员会（IOC）（以下简称国际奥委会）在《奥林匹克宪章》中“奥林匹克主义的原则”条款中有这样一段话：“每一个人都应享有从事体育运动的可能性，而不受任何形式的歧视，并体现相互理解、友谊、团结和公平竞争的奥林匹克精神。”所以，奥林匹克精神既是“更快、更强、更高”的自我挑战精神，也是公平、公正、平等、自由的体育竞技精神。

一、奥林匹克精神与奥林匹克运动

奥林匹克精神与奥林匹克运动密不可分，奥林匹克运动是奥林匹克精神的活动形式，保证了奥林匹克精神的实现，奥林匹克精神是奥林匹克运动的实质内容，二者是一个有机的整体，不能分割。

奥林匹克精神对奥林匹克运动具有十分重要的指导作用。首先，奥林匹克精神强调对文化差异的公正对待和理解。强调每一个人都可以公平的参与体育运动，参与体育运动期间，应该相互理解、突出友谊和体现团结。其次，奥林匹克精神强调竞技运动的公平与公正。奥林匹克运动以竞技运动为其主要活动内容，竞技运动最本质的特征就是比赛与对抗。在直接而剧烈的身体对抗和比赛中，运动员的身体、心理和道德得到良好的锻炼与培养，观者也得到了感官上的娱乐享受和潜移默化的教育。但是，竞技体育的教育功能和文化娱乐功能的基本前提是公平竞争。只有在公平的基础上竞争才有意义，所有参赛者必须在同一条件、同一规则下进行比赛，运动员才能保持和加强团结、友谊的关系，奥林匹克运动才能实现它的神圣目标。一切借助外力和不正当手段谋求好成绩的行为都是对竞技体育核心价值的最大破坏。

二、奥林匹克精神包含的原则

（一）参与原则

参与原则是奥林匹克精神的第一项原则，参与是基础，没有参与，就谈不上奥林匹克的理想、原则和宗旨等等。参与比取胜更重要。

（二）竞争原则

竞争原则表明奥林匹克运动是一项倡导挑战与竞争的社会活动。竞争是奥林匹克运动的基本形式，也是推动人类社会进步的基本形式之一。人类在竞争中，勇于向世界强手和先进水平挑战，超越自我、超越他人，获得发展、不断创新、持续前进。

（三）公正原则

公正原则是参与奥林匹克竞争的行为规范。奥林匹克精神蕴含了公正、平等、正义的内容，承认一切符合公正原则的优胜，唾弃和否定一切不符合道德规范的行为。

（四）友谊原则

友谊原则是奥林匹克运动的目的。奥林匹克运动不仅仅是一项单纯的体育活动，其最高目标，是要通过体育活动的手段，把世界上不同国度、不同种族、不同语言、不同宗教信仰的人，凝聚在一起，使大家相互交往，增进了解和友谊，进而达到世界的团结、和平、进步的目的。

（五）奋斗原则

奋斗原则是奥林匹克精神的灵魂。奋斗精神是人类得以繁衍生息、繁荣昌

盛的重要品质，是人类最伟大、最可称颂的内在力量。赛场的奋斗是人类奋斗的一个缩影。奥林匹克精神要求人们具有坚韧不拔的进取精神和克服一切困难的英雄气概。



第三节　中华体育精神

“人无精神则不立，国无精神则不强”，中华民族是崇尚精神的民族，中国精神引领各民族不懈奋斗，造就了屹立世代而不倒的中国。中华体育精神是中国精神在体育领域的体现，习近平总书记强调：“广大体育工作者在长期实践中总结出的以‘为国争光、无私奉献、科学求实、遵纪守法、团结协作、顽强拼搏’为主要内容的中华体育精神来之不易，弥足珍贵，要继承创新、发扬光大。”

一、中华体育精神的内涵

在历史的长河中，体育内含着人的一种独特需要，由于符合人发展自身的需要，因而逐渐作为文化的内容传承下来。精神以文化为内容，中华体育精神凝结着中华民族的文化，一个民族和国家的体育精神是该民族文化的一部分，因而和本民族的生活习俗、价值取向以及民族心理密切相关。中华体育精神，顾名思义，是中华民族精神和体育精神的结合。

在当代社会，对中华体育精神内涵的解释有多种，总的说来可以概括为“为国争光、无私奉献、科学求实、遵纪守法、团结协作、顽强拼搏”。中华体育精神作为体育精神的一种，包含着体育精神的一般内容，因此中华体育精神的一些内容也为世界体育精神所共有，例如：以“顽强拼搏”为内容的英雄主义精神。拼搏一方面表现了个人不断突破极限、挑战自我的精神境界，另一方面拼搏还是一个人独立的自我意识的获得。又如：以“科学求实、遵纪守法”为内容的契约精神。体育是讲究规则的，以竞技体育为主，体育精神除了表达积极、健康向上的人生态度外，还树立了明显的规则意识。各项体育活动都有各自的规则，按照严格的规则公平竞争一直是体育活动顺利进行的保障。再如：以“团结协作”为内容的团队合作精神。体育精神不仅强调个人的拼搏、奋斗，而且注重团队的合作。

此外，中华体育精神还包括以“为国争光、无私奉献”为内容的爱国主义精神。爱国主义精神是中华体育精神区别于一般体育精神的最根本原因。和其他领域的爱国主义情感不同，中华体育精神是把爱国情感放在体育事业中，把国家和民族的荣誉当作体育事业的目标来实现。以国家、集体本位价值为主导，个人在竞技体育活动中首先是为国家、集体荣誉而战，之后才是为个人而战。在某种意义上爱国主义精神是顽强拼搏和团结协作的体育精神的支撑，强化着其他体育精神内容的实现。

二、弘扬中华体育精神

体育承载着国家强盛、民族振兴的梦想。体育强则国家强，国家强则体育强。发展体育事业不仅是实现中国梦的重要内容，还能为中华民族伟大复兴提供凝心聚气的强大精神力量。

弘扬中华体育精神，有助于践行社会主义核心价值观。中华体育精神和中华体育文化是体育领域的核心价值观，是社会主义核心价值观在体育领域的集中体现，反映体育事业发展中的国家价值目标、社会价值取向和公民价值准则，培养人的高尚道德情操和文明综合素养，丰富人民精神文化生活，激励各族人民弘扬追求卓越、突破自我的精神，实现依法治体和以德治体的有机结合，促进人的全面发展。

弘扬中华体育精神，有助于推动体育强国建设。国务院办公厅印发的《体育强国建设纲要》将“体育文化感召力、影响力、凝聚力不断提高，中华体育精神传承发扬”作为体育强国建设战略目标予以明确，并进一步细化了“促进体育文化繁荣发展，弘扬中华体育精神”的战略任务。中华体育精神和中华体育文化体现在体育的各个领域：它源自于更快、更高、更强——更团结的竞技体育；扎根于健康、快乐、积极向上的群众体育；辐射于公平有序、充满活力的体育产业；蕴含于爱国奉献、自强不息的体育文化。中华体育精神和中华体育文化是体育强国建设的精神动力、核心支撑和价值引领。

弘扬中华体育精神，有助于新修订的《中华人民共和国体育法》（以下简称《体育法》）的全面实施。《体育法》总则第一条：“弘扬中华体育精神，培育中华体育文化”，反映了我国体育的价值导向和精神文化追求，对《体育法》相关条款起到纲举目张的统领作用，对强化全体人民贯彻实施体育法、建设体育强国、发展体育事业具有十分重要的意义。

第四节　反兴奋剂与体育精神

翻开《世界反兴奋剂条例》，它的基本原理中写明：反兴奋剂体系建立在体育的内在价值观之上。该内在价值观通常被称为“体育精神”，即运动员将天赋发挥到极致而有道德地追求人类的卓越。

反兴奋剂体系旨在保护运动员的健康，并为运动员提供不使用禁用物质和禁用方法而追求卓越的机会。同时，力求在尊重规则、尊重其他参赛者、公平竞争、公平的比赛环境等方面维护体育的完整性。体育比赛需要公平竞争的体育精神，使用兴奋剂在根本上与体育精神背道而驰，反兴奋剂工作就是为了维护体育道德，倡导公平竞争，共同保护体育运动的健康发展。下面我们通过例证来了解反兴奋剂与体育精神。



一、健康（Health）

（一）通过运动使身体更健康

2011 年 8 月 18 日，继夺得第 26 届世界大学生运动会男子 200 米蝶泳和 200 米个人混合泳金牌后，匈牙利名将切赫在男子 400 米个人混合泳决赛中，又以 4 分 12 秒 67 的成绩夺冠。赛后，他表示游泳带给他的不仅是胜利的喜悦。“我是一名哮喘病患者，游泳帮助我缓解了病情”。切赫说，“在匈牙利，医生给哮喘病人开出的药方通常是‘去练游泳吧’”。切赫在 4 岁时就患上哮喘，“我父亲曾经是一名游泳冠军，为了治疗我的哮喘，父亲把我领进了泳池，从那以后，我就再也没有离开过游泳”。切赫曾经到国外进行过治疗，但都不太见效，直到开始练习游泳后，病情才稳定下来，“我现在依然在服用药物，但起到最大作用的还是游泳。通过游泳，我没有那么害怕吸入冷空气了，而且游泳对我调整呼吸也起到了非常关键的作用”。

（二）现实和潜在的健康风险

女子七项全能运动员比尔杰特·德莱赛，1985 年在世界上排名第 33 位，服用兴奋剂 1 年后，排名升至第 6 位。就在她雄心勃勃备战汉城奥运会的时候，忽然因背部剧痛被送入医院，24 个医生试图使她安静下来却没有成功，当天她即在剧痛中死去，时年 26 岁，医生们大感不解。后经调查，在 2 年多的时间里，她共注射和服用了 101 种兴奋剂，计 400 多次。

二、公正竞争

国际足联建立了《公平竞赛准则》，将公平竞赛曲（FIFA Anthem）作为几乎所有的重大国际比赛和正式国际比赛的球员入场音乐。国际足联还设立了公平竞赛奖（Fair Play Award），颁发给在竞赛中经常保持公平竞技或在指定

事件中体现公平竞技的个别球员、长期表现良好秩序的观察者、对抗种族歧视的个人或团体。《公平竞赛准则》明确指出“如果我们胜之不武或有失公平，胜利就毫无价值。作弊很容易，但它无法带来乐趣。公平竞赛需要勇气与品格，但它能让你收获更大的满足感。即使输掉比赛，公平竞赛也会回报你很多。它会使你获得尊重，而欺骗只会令你蒙羞。记住，这只是一场比赛。不公平的比赛是毫无意义的”。

2017 年 10 月 24 日凌晨，2017 年国际足联年度颁奖典礼在英国伦敦帕拉丁剧院举行。法国足球名宿德塞利作为颁奖嘉宾，把 2017 年度国际足联“公平竞赛奖”颁发给在比赛场上对方球员倒地失去意识后，第一时间施救的多哥球员弗朗西斯·科内。

三、诚实

兰斯·阿姆斯特朗是世界著名自行车运动员，1996 年他被诊断出患有癌症，病愈后加盟美国邮政车队，阿姆斯特朗连续七次夺得环法自行车赛总冠军，被人称为“抗癌英雄”。他在十几年的运动生涯中，曾经接受过不下 500 次的兴奋剂检查，其兴奋剂检测结果从未被查出过阳性，他也一直在公众面前否认使用兴奋剂。但是，他的队友指证他使用兴奋剂，美国反兴奋剂机构开始对其进行调查，随即公布了 1000 多页的调查报告。2012 年，迫于压力，他终于公开承认了使用兴奋剂的行为。国际自行车联盟对其终身禁赛，并剥夺其七次环法冠军头衔。2013 年亚历克斯·吉布尼执导的纪录片《阿姆斯特朗谎言》，详细记述了整个事件的过程。

第二章　兴奋剂问题概述

从古至今，人类一直在不断地挑战科学技术的极限。从古老的烽火传烟、飞鸽传书到“摩尔斯电码”电报机再到全球互联的移动智能手机。在体育运动中，很多项目的竞争也伴随着科技的进步而愈发公平。然而却有一个领域，虽然它代表了人类技术的前沿，但是却没有人预期到它会快速增长甚至发展成为附生在体育身上的毒瘤。整个世界都在想尽办法压制、限制它，甚至试图让它消失，但至今尚未实现这一目标。它是竞技体育中历史的、自然的和人为的不公平的产物，也是体育异化的“怪胎”，它是破坏奥林匹克理想的“魔鬼”，它的种类多得超出你我的想象，有着一个让体育人听着就不寒而栗和心生厌恶的名字——兴奋剂。

第一节　兴奋剂的起源

兴奋剂到底是什么？为什么会引起人们如此大的厌恶？了解这些，需要先了解兴奋剂的历史。

一、古代奥林匹克运动中兴奋剂的使用

有史以来，人们就使用一些方法，以提高自己的能力以期在战斗和体育比赛中获胜。所以，兴奋剂并非到近代或伴随着现代奥林匹克运动才出现，运动

员服用药物也并非什么创举或新闻，其使用史可谓长久。早在公元前 3 世纪的古代奥林匹克运动会上，运动员就试图使用各种可能的方法，如喝特殊的茶、嚼可可叶来提高成绩，以期战胜对手。不过，由于当时不存在任何禁用规定，这种依靠“外力”取胜的做法还谈不上是什么不道德的欺骗行为。

近代体育运动中使用提高成绩药物的更是大有人在。虽然十六世纪末欧洲就有使用兴奋剂的报告，但到十九世纪才有在体育中使用兴奋剂的确凿无疑的例子。

1807 年，一位耐力赛跑参赛选手夺冠后坦然地说出了自己的秘诀——服用鸦片酊。他公然宣称服用鸦片酊可以让他 24 小时内保持清醒，不断奔跑，从而在这种不限时间的耐力赛跑中跑出最远的距离。

此后 70 年间，这种类型的兴奋剂统治了这项耐力赛跑，纪录频频被刷新。1878 年，一位选手连续奔跑了 138 个小时，创造了 837 公里的惊人纪录。但是那个时候大家并没有兴奋剂的概念，只认为这种行为是合理的使用药物。在这样的风气下，越来越多的兴奋剂产品被开发出来，可卡因、咖啡因、士的宁等新兴的混合药剂逐渐成为主流。

与此同时，关注度不亚于马拉松赛事的环法自行车比赛也不甘落后，同样上演了精彩的“兴奋剂大战”。1879 年第一次举行的著名的六日自行车赛中，由于赛程长，体力消耗大，各国选手使用各种神奇的制品以进行艰苦的比赛，购买兴奋剂就像是在运动用品店购买装备一样。他们有的爱用经典的士的宁，有的偏好咖啡因的混合物，有的选手将糖浸在乙醚中，还有人使用含酒精的饮料，而冲刺前专用的是硝酸甘油。

二、现代奥林匹克运动中兴奋剂的使用

现代奥运会史上最早的兴奋剂使用者是 1904 年第三届奥运会美国马拉松运动员托马斯·希克斯。在整个马拉松比赛的过程中，他的教练一路拿着注射器跟着他，每当希克斯筋疲力尽时就给他来一针士的宁，再喝下一大杯威士忌，

希克斯就又重新能量满满。靠着强大的“后勤补给”，希克斯最终成为首位“兴奋剂奥运冠军”。

首位奥运会上的兴奋剂牺牲者则是丹麦运动员努德·詹森。1960 年罗马奥运会上，他在参加 100 公里自行车计时赛时突然摔倒在地，当人们去搀扶他时，发现他已经死亡。这一事故立即引起人们的疑问，因为在他骑车出发时还精神抖擞的，怎么会突然就死去了呢？经过随后的尸体解剖，詹森的死因之谜终于解开：原来他是服用了过量苯丙胺和酒精的混合剂导致了猝死。这一结论公布后，震动了整个国际体育界，人们开始意识到兴奋剂的严重性和危害性。“詹森事件”是奥运历史上因服用兴奋剂而猝死在赛场的第一个案例。

不久之后，兴奋剂导致的猝死事件又在环法自行车赛中上演。英国著名的自行车运动员辛普森在参加 1967 年环法比赛过程中意外死于旺图峰。当时他的口袋里还留有尚未服用的安非他命，后来的尸检也证实了他曾服下安非他命。

合成类固醇兴奋剂的滥用在 1988 年的汉城奥运会上达到顶峰。加拿大短跑运动员本·约翰逊在男子 100 米决赛上像一道闪电一样跑出了 9 秒 79 的惊人成绩，不仅碾压夺冠热门美国运动员米尔·刘易斯登上冠军宝座，还一举将男子 100 米世界纪录提高了 0.14 秒。赛后，时任国际奥委会主席萨马兰奇亲自为他颁奖，他也口出狂言称自己的纪录在未来半个世纪内都无人能破。然而，风光日子只过了 3 天，约翰逊就被查出赛前服用了兴奋剂，成绩作废，金牌收回。此后好几年他都没跑出 10 秒以内的成绩，下一次好成绩再次出现时，他也因再次服用兴奋剂而被终身禁赛。

20 世纪 80 年代末 90 年代初，女子田径项目沦为兴奋剂滥用的“重灾区”。同样是 1988 年的汉城奥运会，美国女子短跑名将格里菲斯·乔伊娜创下的多项世界纪录，直到今天都没有女性运动员能再次接近，更不要说打破。翻看目前的女子田径世界纪录，有一半项目的纪录已经沉寂了 20 年以上。1998 年，年仅 38 岁的乔伊娜在家中猝死，这被很多人认为是她服用兴奋剂造成的后果，且其超低的体脂和男性化的脸庞难免令人生疑至今。

至今，兴奋剂与奥林匹克运动仍是“道高一尺，魔高一丈”的关系，禁而未绝、禁而不绝，成为长期附生在体育健康机体上的毒瘤。

知识拓展台

士的宁（strychnine）

又名番木鳖碱，是由马钱子中提取的一种生物碱，能选择性兴奋脊髓，增强骨骼肌的紧张度，如今已很少作为兴奋剂使用。



第二节　兴奋剂的基本概念

一、兴奋剂的药物属性

体育运动最直接的目的是通过规律的运动改善人体生理机能，达到身体健康的功效，竞技体育也是实现这个目的的手段之一。在竞技体育中，人们以追求“更高、更快、更强”为目标，最大限度地开发自身的潜力，不断向人类身体的极限逼近。

体育学认为，竞技体育的基础是身体素质，身体素质是人体在运动中所表现出来的力量、速度、耐力、灵敏和柔韧性等身体机能能力，而机能能力的大小取决于肌肉的生理特点和肌肉工作时的供能情况、内脏器官以及神经分泌系统的调节等等。某些药物的属性恰恰可以介入人体的生理系统，通过对“靶细胞”发挥作用，使人的肌肉解剖生理结构和机能、神经内分泌系统和能量供给系统发生有利于提高竞技水平的变化。

随着药品由天然物质向人工物质发展，也随着竞技体育竞争的日趋激烈，药物和体育的结合越来越密切，这种结合的“中介”就是兴奋剂，也就是某些能够提高运动成绩的药物被滥用于体坛。

二、兴奋剂与使用兴奋剂

（一）兴奋剂的定义

兴奋剂的英文为 Dope，一说原为南非黑人方言中一种有强壮功能的酒，一说起源于荷兰语 Dop，指非洲战士饮用的一种由葡萄皮制作的有强壮功能的酒精性饮料。据国外报道，该词汇 1889 年首次被列入英语词典，释义为“供赛马使用的一种鸦片麻醉混合剂”。

在医学中，兴奋剂原指能刺激人体神经系统使人产生兴奋从而提高机能状态的药物，后在体育界泛指可作用于人体机能，有助于运动员提高运动成绩的药物。由于最早服用的药物大多属于兴奋性药物（刺激剂类），所以尽管后来被禁用的其他类型药物并不具有兴奋性（如利尿剂）甚至有的还有抑制性（如阻断剂），但国际上仍习惯沿用“兴奋剂”的称谓。

世界上每年有将近 300 种新“药”问世，同时，药物的、化学的或物理的篡改方法、基因手段以及提高输氧能力的方法使兴奋剂的种类突破了药物的范围。按照以往对兴奋剂的定义很难把现有的各种兴奋剂概括进去，很难给兴奋剂下一个内涵确切的定义，为了避免因定义不准确而引起歧义，所以无论是医学还是体育学，都没有对兴奋剂给出完整、确切的定义，只能从界定概念外延的角度来定义兴奋剂，即是指“兴奋剂目录所列的禁用物质和方法”。

目前对兴奋剂的标准定义是：世界反兴奋剂机构（WADA）每年发布的《禁用清单国际标准》（以下简称《禁用清单》）中所包含的禁用物质和禁用方法统称为“兴奋剂”。

定义中所提到的《禁用清单》，是确定体育运动中全部禁用物质和禁用方法的清单，清单内容不是一成不变的，原则上至少每年更新一次。世界反兴奋剂机构确定的判断禁用药物和禁用方法的标准：第一，能够或可能提高运动成绩；第二，给使用者带来实际或潜在的危害；第三，违背体育精神。

（二）使用兴奋剂（Doping）的定义

由于兴奋剂种类繁多，变化复杂，很难准确而详尽地描述，国际奥委会等国际体育组织一般是根据时代的发展和科技的进步以及国际反兴奋剂斗争形势的需要，不断对“使用兴奋剂”的定义作出界定和修改。

“使用兴奋剂（Doping）”最早被国际奥委会认可的定义是 1963 年由欧洲体育联合会提出，于 1964 年东京召开的国际运动医学会的国际兴奋剂会议上被采纳的，其表述为：“参加竞赛的运动员使用任何异体物质或以不正常的

量和不正常的进入机体的途径使用生理物质，试图人为的以不正常的方式提高其在竞赛中的运动成绩的行为。”

1999 年 2 月，在世界反兴奋剂机构主持召开的瑞士洛桑世界反兴奋剂大会上，又对“使用兴奋剂（Doping）”的定义做了进一步明确，统一了所有会员的思想。“使用兴奋剂（Doping）”包括两层含义：第一，凡是违背《奥林匹克运动反兴奋剂条例》，使用了《奥林匹克运动反兴奋剂条例》上列明的违禁药物或方法，都应该被视为使用了兴奋剂；第二，《奥林匹克运动反兴奋剂条例》上没有作具体规定的，但是只要运动员使用的药物或者采取的方法对身体健康造成潜在损害，或者同时又提高比赛成绩，也应被视为使用了兴奋剂。

而后国际奥委会和世界反兴奋剂机构审定批准的“使用兴奋剂（Doping）”的定义为：使用了对运动员的健康具有潜在危害和（或）能提高运动成绩的物质或方法；或者在运动员体内查出了或有证据表明使用了《奥林匹克运动反兴奋剂条例》列表中禁用物质或者有证据表明使用了该条例列表中的禁用方法。

2003 年 3 月 5 日，由世界反兴奋剂机构主持召开的哥本哈根世界反兴奋剂大会首次通过了《世界反兴奋剂条例》，这个条例是奥林匹克反兴奋剂斗争的基本纲领，也是国际体育组织和各国体育组织必须遵守的反兴奋剂法规。

《世界反兴奋剂条例》中推出了关于“使用兴奋剂（Doping）”的新定义，在表述上未遵循以前用整段文字表述定义的惯例，而是详细地用考虑周全的许多条款严格定义了“使用兴奋剂（Doping）”：“凡构成本条例第 2.1 条款至第 2.8 条款中规定的一项或更多项违禁行为，即为使用兴奋剂。”

随后《世界反兴奋剂条例》进行了四次修订，最新的 2021 版《世界反兴奋剂条例》（图 2-1）对“使用兴奋剂”的表述为：“使用兴奋剂是指发生了《条例》条款 2.1 至 2.11 条款中规定的一项或更多项违禁行为。”

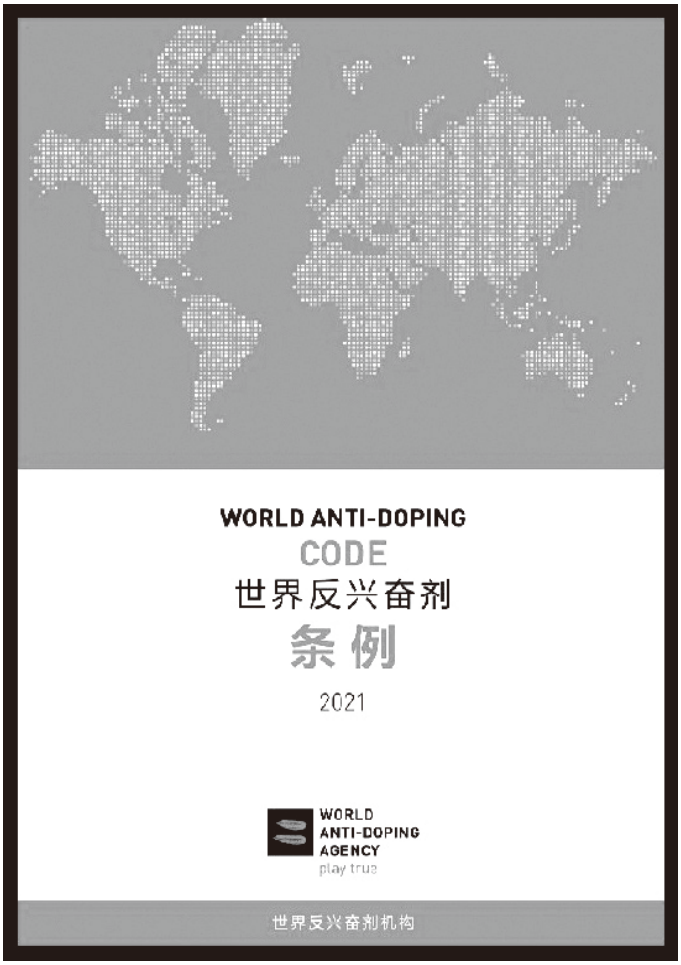


图 2-1　2021 版《世界反兴奋剂条例》

三、兴奋剂的种类

兴奋剂的种类随着医药和医学科技的发展也在逐步增加。从十几年前国际奥委会规定只有 5 类物质，到国际反兴奋剂机构（WADA）最新公布的《禁用清单 2024》（图 2-2）的 10 种禁用物质（S0 ～ S9），3 种方法（M1 ～ M3）以及特殊项目禁用物质（P1），禁用物质和禁用方法无论数量还是种类都发生了巨大变化。

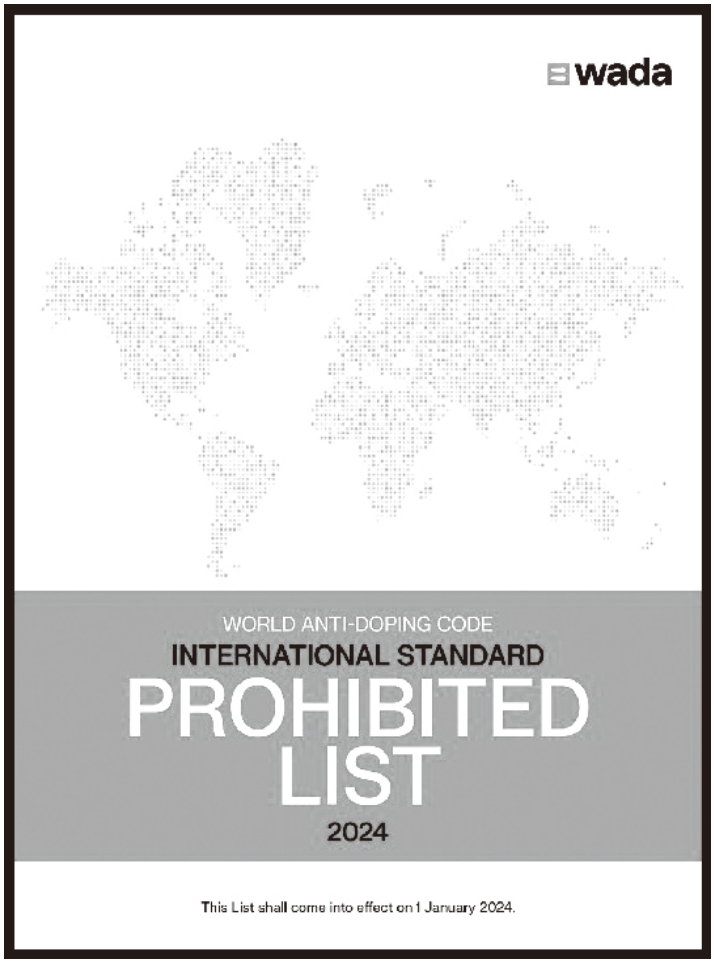


图 2-2　世界反兴奋剂机构发布的 2024 年《禁用清单》

根据《世界反兴奋剂条例》的要求，《禁用清单》每年至少更新一次，我们都要学习新的清单，但是每年世界反兴奋剂机构的整体思路并没有变化，大的框架一直维持不变，可以总结为三个大类：一是赛内和赛外都禁用的物质和方法，二是赛内禁用物质和方法，三是特殊项目禁用物质（图 2-3）。

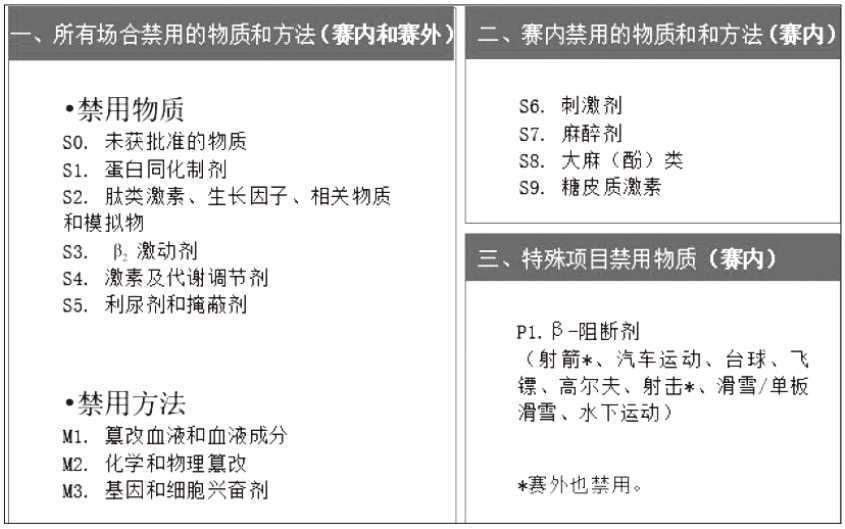


图 2-3 《禁用清单》（2024）中的 10 类禁用物质、3 类禁用方法

目前，《禁用清单》（2024）中明确列出物质名称约有 300 多种。除了在《禁用清单》中明确列出的物质和方法外，大部分禁用物质分类中特别注明“包括但不仅限于列出的这些物质，还包括它们的代谢物和异构体，以及其他具有相似化学结构或相似生物作用的物质”。加上注明后，禁用物质的范围大大超出了已经列在《禁用清单》中的物质，据此统计，目前的禁用物质已经超过 2000 种。

列入《禁用清单》的标准如下：一是医学或其他科学证据、药理学作用或经验证明，该物质或方法，在单独使用或与其他物质或方法一起使用时，可能提高或者能够提高运动能力。二是医学或其他科学证据、药理学作用或经验证明，使用该种物质或方法可对运动员的健康造成实际的危害或者潜在的危害。三是世界反兴奋剂机构确定，使用该种物质或方法违背了《反兴奋剂条例》导言中的体育精神。符合以上 3 条中的 2 条即可被列入《禁用清单》。除了符合以上 3 条中的 2 条将被列入《禁用清单》外，世界反兴奋剂机构还规定，医学或其他科学证据、药理学作用或经验证明，该种物质或方法具有掩蔽使用其他禁用物质或禁用方法的可能性，则该种物质或方法也将被列入《禁用清单》。

四、几种代表性的禁用物质

（一）刺激剂

最早出现的兴奋剂，一类主要通过作用于人的中枢神经系统从而增加耐力和力量，如苯丙胺、可卡因。另一类主要作用于心血管和呼吸系统，增加心率、血压、肌肉血流量和肺通气量，如麻黄素、肾上腺素。

（二）麻醉剂

这类兴奋剂其实就是通常所说的毒品，直接作用于中枢神经系统从而抑制疼痛，如吗啡、杜冷丁。

（三）蛋白同化制剂

通常所说的合成类固醇，其实应称为蛋白同化雄性激素类固醇，它们是一类在结构和活性上与人体雄性激素睾酮相似的化学合成衍生物。这类物质除了具有增加肌肉力量的作用外，还可加快训练后的恢复，有助于增加训练强度和时间。

（四）利尿剂

能够快速排出体内水分，减轻体重，也有达到稀释体内其他兴奋剂代谢物的作用，如西布曲明、氢氯噻嗪。

（五）促红细胞生成素（EPO）

属于《禁用清单》（2024）中“S2. 肽类激素、生长因子、相关物质和模拟物”。其功能是提高肌肉中氧气的含量，从而使肌肉工作时间更长，注射人工合成 EPO 是耐力性运动员常用手段。

知识拓展台

准确地把握兴奋剂的定义，注意以下几点：

1. 这里所说的兴奋剂是体育行业独特的专有名词。它与临床医学、药物学中的中枢神经兴奋剂是不同的概念，与滥用药物中的兴奋剂也是有区别的。

2. 兴奋剂不单是指“剂”，即不单指药物，也包括禁用方法。

3. 兴奋剂不单指具有兴奋功能的药物，而且还可以包括很多其他功能的药物和物质。

4. 兴奋剂不单指药物，还包括非药物的物质，如一些从来不可入药的毒品或其他未列入国家药物名单的合成物质或生理物质。

5. 兴奋剂不单指《禁用清单》列举的禁用物质和方法，还包括相关物质。根据国际奥委会和世界反兴奋剂机构的定义，相关物质是指在化学结构上和（或）药理学作用相似的物质。违禁药物和违禁方法分类表只是一个举例表，并不是所有的违禁物质都已经在此举例表上。

6. 兴奋剂或使用兴奋剂是动态的、变化的概念，是一个发展和变化较快的范畴，随着体育科学、医学科学及体育伦理学、社会学的发展而变化，因此，一定要注意当年现行有效的《禁用清单》。

7. “是否禁用”和“目前的科学技术能否检测”是两个不同的概念。不管目前某禁用物质或禁用方法是否能检测到，都不能使用。是否能检测只是一种证明是否曾经使用过禁用物质或禁用方法的手段之一，还有许多检测以外的其他控制途径，如海关检查等。



8.《世界反兴奋剂条例》明确说明运动员必须自己对所使用的兴奋剂负责。

第三节　兴奋剂的危害

体育精神的核心是道德规范下的公平竞争精神。使用兴奋剂使体育比赛变得不再公平，有悖于基本的诚实和公平竞争的体育道德，这种欺骗行为是对体育道德和公平竞争的严重背叛。因此，“兴奋剂就是死亡”（国际奥委会前主席萨马兰奇语）、“使用兴奋剂是体育第一杀手”（国际奥委会前主席罗格语）。

一、兴奋剂使用的社会根源

（一）兴奋剂使用源于体育价值观的扭曲

运动员使用兴奋剂的归因是追求荣誉和金钱、满足虚荣心，还有一些别有用心的、在体育商业化中牟利的人和组织起到了推波助澜的作用。为了一己私利，通过兴奋剂的外力作用提升自己的竞技水平，谋取非法利益，违背了体育道德，破坏了体育公平竞争的环境，损害了他人公平竞技的正当利益。

在竞技体育中，每位运动员都渴盼胜利，但优异的运动成绩应该是通过刻苦训练、努力付出争取的，而不是通过使用兴奋剂来得到的。公平、公正是竞技体育的生命之本，正确的价值观则是竞技体育的生命之魂，使用兴奋剂在很大程度上是因为价值观的缺失，进而开启了罪恶之源。

（二）兴奋剂的使用源于利益的驱使

自 20 世纪 50 年代伊始，一些国家就把体育竞技场上的角逐视为和平年代展示本国综合国力的重要舞台。此外，胜利和奖牌背后潜藏的巨大商业利益往往冲淡了运动员对健康的担忧，成为其不惜铤而走险的动因，使得运动员逐利动机被无限地放大和激化。由于竞技体育竞争的激烈和对利益追求极端化的诱导，加上道德和法规的相对滞后，就会导致道德价值以及人的价值受到忽视、

扭曲、淡化乃至弱化，致使金钱至上、唯利是图、个人主义、拜金主义等一系列的丑恶现象蔓延弥散。同时，在国际性重大比赛中取得胜利，接踵而来的不光有丰厚的奖金，还有高额的商业赞助以及良好的社会声誉等。当运动员把胜利作为竞技的唯一目的时，就会在强烈获胜欲望的扭曲膨胀下，在追求巨额奖金和名利驱使下，不择手段地选择各种激进方法，全然不顾惜自己的身体健康、公众形象、人格尊严和社会影响。兴奋剂作为短时间内提高成绩的不二替代品，自然就成为个别运动员首要选择的对象。

（三）兴奋剂的使用源于竞技体育竞争的残酷性和体育政治化的影响

竞技体育的特征之一就是“金牌至上”，所以自其产生以来就伴随着激烈而残酷的竞争，只有最终获胜者才能享受最高荣誉。运动员要想在激烈的竞争中战胜对手、取得最大利益，在实力不足的情况下就会“另辟蹊径”，通过使用兴奋剂来争夺奖牌和名次。当前许多国家对运动员的竞赛结果非常重视，为了使本国运动员战胜对手，不惜包庇其使用兴奋剂，从而助长了兴奋剂在世界范围内的蔓延。有报道称，在 1998—2000 年，美国奥委会不仅隐瞒了包括美国体坛巨星卡尔·刘易斯等在内的 100 多名美国运动员使用兴奋剂的事实，而且还允许他们参加奥运会和其他重大国际比赛，其中 18 名尿检呈阳性的运动员在 2000 年悉尼奥运会上获得了奖牌。

（四）兴奋剂的使用源于高科技成果的隐蔽性和检测方法的滞后性

凭借当代高科技研究成果的大力“相助”，兴奋剂的隐蔽性、安全性越来越高，被查出的风险性越来越小，这无疑推动了兴奋剂的广泛使用。例如，在 2003 年美国兴奋剂丑闻调查过程中，美国反兴奋剂组织执行主席特里·梅顿曾说：“随着科学技术的日新月异，兴奋剂的品种也越来越多。在对美国运动员进行药检过程中，我们发现了一种从没遇到过的类固醇类兴奋剂。这种药品可以促进人的新陈代谢，通过一般的药检根本无法检测出来，因此在以前的检

查中还从没被查出来过。”

围绕兴奋剂和反兴奋剂进行的斗争是一场“持久战”，兴奋剂的发展在技术层面往往领先检测手段的发展大约为 5 ～ 10 年，所以如果运动员使用的兴奋剂在时间和种类上是最先进的，这样就有很大概率能逃过药检。尽管国际奥委会对兴奋剂的检测和处罚在持续强化，一直在为找到先进、科学的检测方法而努力，但兴奋剂的使用事件不降反升，最重要的原因是兴奋剂检测方法和手段的滞后性。缘于无法对新型兴奋剂提前预测并加以确定，也就是说只有在知晓了某种兴奋剂被使用之后才会把它列入禁药并进行专门性检测，使得新型兴奋剂更具隐蔽性和欺骗性，给反兴奋剂工作带来不小的挑战。

（五）兴奋剂的使用源于社会评价的偏失

随着竞技体育商业化和职业化的快速推进，科技信息的发展与传播使大众媒体与竞技体育密不可分。大众媒体借助竞技体育的社会影响力在扩大自身影响力的同时也在增强社会竞争力，而竞技体育也因为有了媒体全方位的宣传更加深入人心。媒体在宣传报道中突出竞技体育的英雄主义情结，逐渐形成了以成败论英雄的社会氛围，弱化了体育的教育、文化等功能，使得获取比赛胜利成为社会对运动员的唯一评价标准。运动员获胜带来的不仅有荣誉和财富，还有自我价值的体现，这样就造就了不正当的体育竞争环境。大家只注重比赛的结果，对产生这一结果的行为活动的道德评价却采取听之任之的态度，该谴责的不谴责，该发扬的不发扬。这种对不道德行为的淡化、宽容甚至支持将会向社会推广不健康的道德评价标准，也会使得社会的道德舆论监督力量不能有效地行使和发挥作用，这间接给运动员在竞技体育比赛中使用兴奋剂提供了生存的土壤。

二、兴奋剂危害的表现

（一）使用兴奋剂对国家民族的伤害

一个国家在竞技体育中的形象是与其国家形象息息相关的，其在竞技体育比赛中的表现往往给予围观者对这个国家最直接的印象。体育形象是国家形象的重要组成部分，竞技体育运动被看作是现代社会各国之间无硝烟的战争，它代表了一个国家经济和科学技术实力，同时也是在世界面前树立良好形象的平台。在竞技体育中使用兴奋剂的行为不仅是对运动员个人形象的破坏，更是对国家形象的破坏。

2015 年底，从德国电视台曝光俄罗斯有组织使用兴奋剂事件开始，到世界反兴奋剂机构成立独立调查组对事件进行调查，发现的问题越来越多，事件也越发严重，“雪球”越滚越大，最终波及整个俄罗斯体育界。2016 年，俄罗斯体育代表团 100 多名运动员被禁止参加里约奥运会，俄罗斯残奥体育代表团整体被禁止参加里约残奥会，俄罗斯反兴奋剂机构和实验室被暂停资格，俄罗斯体育遭受重创。但这一系列的惩罚并未结束，众多国家政府、运动员和世界反兴奋剂机构呼吁国际奥委会禁止俄罗斯代表团参加平昌冬奥会，对俄罗斯国家形象造成了严重的负面影响。这不仅是俄罗斯体育事业的灾难，也是这个国家的一场巨大灾难。这样严重的后果，不仅个人无法承担，国家和民族也无法承担。

2017 年 12 月，国际奥委会经过投票决定，禁止俄罗斯参加在韩国的平昌举行的 2018 年冬季奥运会。不过将允许部分俄罗斯运动员在“严格条件下”参加平昌冬奥会的相关比赛。

2019 年在世界反兴奋剂机构合规审查委员会的提议下，12 月 9 日，世界反兴奋剂机构执行委员会判定俄罗斯反兴奋剂机构违反了世界反兴奋剂法规，并开出“罚单”：禁止俄罗斯运动员在未来四年参加大型国际赛事，包括奥运

会和残奥会，只允许“干净的”，即可以自证清白的俄罗斯运动员以中立的身份参赛。同年 12 月 24 日，俄罗斯反兴奋剂机构召开全体大会，会议决定不接受世界反兴奋剂机构对俄罗斯的禁赛决定，随后上诉至国际体育仲裁法庭（CAS）。

经过近一年的审理，2020 年 12 月 17 日，俄罗斯被国际体育仲裁法庭判决的禁赛期由四年缩短为两年，但俄罗斯仍然无法以国家名义参加接下来的东京夏季奥运会以及北京冬季奥运会，也无法参加 2022 年卡塔尔足球世界杯。

这是现代国际奥委会自成立以来对一个参加奥运会主权国家最严厉的处罚。

（二）对体育本身的伤害

1. **破坏公平竞争的体育精神。**体育精神的基本原则是公平竞争，它要求比赛的公正性，这是体育竞技能够进行的根本前提。如果体育比赛在体力和精神之外再加上什么别的东西，很显然就做不到公正无私。体育承认个体差异，但竞技必须处在同一起跑线上。使用兴奋剂的这种不正当的手段，掩盖了运动员的真实水平，它是通过用药改变人体的生理条件，造成运动能力的突然提高。例如：一个有多年训练经历的优秀运动员竟能败给一个只训练了几个月的运动员！

当兴奋剂泛滥体坛，公平竞争的基础就会随之瓦解。它使本应公正的比赛成为赤裸裸地欺骗，并带来许多认知上的误区，如“那么多人都在用，自己不用就吃亏了”“出成绩的最佳办法就是用药”等。他们公开否认，查出后抵赖，甚至集体做伪证，打药物的“时间差”，抢用新药等等。不劳而获，少劳多获，骗取功名利禄，污染人们的心灵。

兴奋剂使人们在体育竞赛中丧失了精神自律的力量，破坏了公平竞争的原则，在更大范围上带来了行为的失范，荣辱的颠倒，是非的混淆，从而瓦解了体育精神的基础。如篡改尿样被禁赛 4 年的爱尔兰游泳名将米歇尔·史密斯的

教练就公开声称：“谁能说服用兴奋剂不道德？谁能决定什么才是道德的？政治道德吗？商业道德吗？体育本身就不纯正。”这代表了体坛一部分人的错误心理。公平、公正，以及“以真正的体育精神去比赛”这个体育道德的准则，已经被兴奋剂的使用者粗暴践踏了。

2. **对干净运动员的伤害。**使用兴奋剂本身就是一种作弊行为，干净的运动员经过艰苦的训练取得的成绩轻而易举被作弊者超越，本该属于干净的运动员的荣誉和利益被窃取。

亚当·纳尔逊是世界级杰出的铅球运动员，早在很年轻的时候他就发誓不会使用兴奋剂，这是他最骄傲的事之一。像大部分奥运选手一样，他的目标是必须赢得金牌，这样才能保证赞助商继续资助他的运动生涯。2004 年的雅典奥运会，亚当·纳尔逊走进了属于他的奥运赛场。比赛一共进行了六投，在前四投中亚当·纳尔逊都领先于对手，而在第五投中位居第二的选手平了他的最好成绩，所以在最后一投中，他必须投得更远才可以赢得比赛。最后一投，超越了之前最好的成绩，亚当·纳尔逊觉得自己要赢了，可是左边的裁判却举起了红旗判定犯规。亚当·纳尔逊当场进行了申诉，但是看了录像后，确实存在明显犯规，脚踏出了边线，最后他输了比赛，击败亚当·纳尔逊赢得金牌的是乌克兰选手尤里·比罗诺格。对于职业选手来说，金牌和银牌的差距是巨大的，接下来的两年中，亚当·纳尔逊都没有得到任何的赞助，他需要坚持到下一届奥运会，在此期间，个人需要承担的训练比赛费用将近 300 万美元。大约 8 年后，雅典奥运会的一百份样本被重新检测，其中五份显示阳性，尤里·比罗诺格就是其中之一。之后美国奥委会打电话给亚当·纳尔逊，约他在机场见面。在亚特兰大机场的美食广场，亚当·纳尔逊拿到了早该属于他的奥运金牌。但是 8 年的时间，亚当·纳尔逊无论是个人还是职业生涯都付出了巨大代价。

除此之外，兴奋剂给体育运动带来的恐惧挥之不去，最突出的就是对冠军的质疑、对纪录的怀疑、对优秀成绩的存疑。每当一个新的冠军产生、一项新的纪录诞生，人们再难以抱着一种纯洁和虔诚的心境去崇拜和膜拜成绩。世界

反兴奋剂机构前主席庞德说：“兴奋剂危机映照偶像的黄昏。”那些“奥运英雄”的堕落给体育运动蒙上了一层怀疑的阴影。兴奋剂使用者伤害的不仅是被他们窃取奖牌的对手，还有那些勤奋诚实的运动员。因为受到牵连，这些干净的运动员不得不面对质疑，这对于以体育精神作为激励手段的竞技体育来说是一个悲哀。

（三）对运动员身心健康的伤害

1. **对运动员身体健康的伤害。**多届奥运会中出现了运动员使用兴奋剂致死事件，即使在当时可能没有任何异样出现，但在几年后，当初在奥运会中使用兴奋剂的运动员也出现了各种病症。国际奥委会始终不允许使用兴奋剂，不仅仅是为了保证比赛中的公平性，也是为了保护运动员的身体健康。凡是使用兴奋剂都有一个共同的特征，就是以提高成绩为目的滥用药物，而不顾身体健康。具体表现为不顾年龄、性别和身体条件，多品种、大剂量和长时间地用药，从而引起人的生理机能的变异，有时甚至是不可逆转地导致人体的生理性“死亡”。试想，由于滥用类固醇，使男人睾丸萎缩，精子减少到丧失生育能力，胸前长出硕大的乳房；女人生出浓重的体毛，长出喉结，嗓音变粗，整个体态男子化，你还能说这个生理意义上的男人或女人存在吗？

这样的例证还有很多。有些个案显示，长期使用合成类固醇，使男性运动员生殖器萎缩，睾丸缩小 15%。前苏联曾对 15 名服用类固醇的男性进行检测，精子成活率等于零。由于女性运动员生理、体质方面的特点，合成类固醇的危害更大。

2. **对运动员心理健康的伤害。**使用兴奋剂是一种不道德的行为，兴奋剂不仅对运动员身体健康造成影响，对运动员精神心理上的摧残更是不可忽视。例如麻醉剂、刺激剂，长期使用会使人记忆力和认知能力出现障碍，导致妄想；合成类固醇易引起焦虑、抑郁等。

3. 兴奋剂危害的典型案例

（1）海蒂·克雷蒂。1979 年，海蒂还是一位 14 岁的女孩子，当时刚刚进入民主德国的一所青少年体育运动学校练铅球。两年后，教练开始让她开始服用一种蓝色包装的药丸，称其是一种葡萄糖，能够提高力量和耐力。实际上那是一种名叫 Oral-Turinabol 的类固醇激素，为了平衡副作用，海蒂同时服下的还有避孕药。很快药物就让海蒂的体重飙升到了 100 公斤，同时她的嗓音开始变得低沉，体毛浓密。因为这些男性化的体征，海蒂被看作是同性恋皮条客，还被当成男扮女装的异装癖。海蒂逐渐变得暴躁、易怒，除了因为生活上的打击，这也是药物的副作用之一。那个时候唯一能让她坚持下去的理由就是突飞猛进的成绩。1986 年，20 岁的克雷蒂成了欧洲铅球冠军，成绩是 19.96 米。但是激素能让她长出比男人还强健的肌肉，却无法作用于她的骨骼。5 年之后，超量的训练损害了海蒂的关节和骨骼系统，她只能以 25 岁的低龄退役。退役后海蒂备受煎熬，生理的变异使她恐慌不已，心理上大受影响，痛不欲生。她曾想到自杀，以结束自己这种难堪与压抑的境地。1997 年，她于无奈中摘除了乳房，选择了变性，被迫成了一个男人，改了一个非常男性化的名字叫安德鲁。从此，地球上一个叫做海蒂·克雷蒂的女人消失了。如今，成为男性的海蒂不会再跟他人提及铅球比赛。但一旦听说有女子铅球运动员的成绩超过 19 米，他都会流露出同情：“我很清楚，这成绩是不可能靠喝白开水练出来的。”

海蒂不过只是整个民主德国兴奋剂计划的其中一员。还有更多的运动员因为超量服用兴奋剂导致了严重的健康问题，甚至是失去了生命。

（2）克里斯蒂娜·克纳克·左默。使用类固醇还会殃及后代。德国女子游泳运动员克里斯蒂娜·克纳克·左默在退出泳坛后生下一个女孩。女孩半岁的时候，一次不小心从儿童篷车上掉下来，头上摔了一个大包，开始号啕大哭，四肢痉挛。之后的一年半时间，孩子一直挣扎在死亡线上，费了好大劲儿，最后才算医治好了。但医生告诉她：孩子的病不是摔的，而是荷尔蒙失衡，是她过去服用大量兴奋剂给女儿带来的恶果。克纳克说：“我当年的两个队友也怀

了孕，其中一个怀孕 5 个月就流产了，另一个队友生下一个畸形的孩子，3 年后她再次怀孕，生下的又是一个畸形儿。”人们不难想象克纳克们当母亲后的悔恨心情，她们若再去看当年赢得的奖牌，恐怕感受到的就不再是荣誉而是耻辱了。

