

指導者 各位

2017年1月1日からドーピングに関する禁止表国際基準が変更になります。2016年1月の変更の際には、シャラポアさんが禁止表の変更を知らなかったために処分を受けています。そのようなことが無いように変更点の把握と選手の指導をお願い致します。

## 2017年1月からの世界アンチドーピング機構 ドーピング禁止表の変更について

日本卓球協会 ドーピングコントロール委員会  
委員長 松尾 史朗

いくつかの変更点がありますが、一般的な選手に最も関わりがあると思われるのは「ヒゲナミン」という物質が禁止物質として例示されたことです。この物質は多くの漢方薬、市販薬、栄養食品に含まれておりますので、これまで以上に薬、サプリメントの使用に際して注意が必要となります。

### 1. のど飴に注意

「ヒゲナミン」は、ゴシュユ(呉茱萸)、ブシ(附子)、サイシン(細辛)、チョウジ(丁子)、ナンテン(南天)という生薬に含まれています。

これらの生薬が含まれている最も身近な薬は「のど飴」です。「南天」を含む「のど飴」は有名です。2017年1月1日以降「ヒゲナミン」が禁止物質として明示されましたので、この成分を含む生薬「南天」を用いた「のど飴」は使用を避けて頂きたいをお願い致します。

尚、同じ目的で使われる『浅田飴』も禁止物質であるエフェドリン(麻黄)を含みますので、『浅田飴』の代替使用は不可です。

### 2. サプリメントに注意

「ヒゲナミン」は植物から抽出された成分であり、各種サプリメントにも含まれていると言われています。しかし、具体的にどのサプリメントにこの物質が含まれているかは、成分表を見ても確認が困難です(サプリメントは食品扱いのため全ての成分を表示する義務がない)。従って、サプリメントを使用する場合には、これまで以上の注意が求められます。

但し、注意するといってもメーカーに電話で確認しても確実な保証をしてくれることは稀です。JTTAスポーツ医科学委員会はサプリメントの使用よりも日常の食事をきちんと摂取することの推奨を原則としていますが、どうしてもサプリメントの使用を希望される選手には、日本アンチ

ドーピング機構（JADA）認定商品の使用をお勧めしています。以下のサイトで、認定商品を確認することが出来ますので参考にしてください。

<http://www.playtruejapan.org/qualified/>

### 3. 漢方薬の使用は避けてください

これまでも漢方薬は成分がはっきりしない場合がありますので使用を避けて頂くようお願いして来ましたが、今回の「ヒゲナミン」の禁止物質としての例示により、この原則をさらに強く守っていただきたく思います。以下の表は「ヒゲナミン」を含む可能性のある漢方薬の一覧です。多くの漢方薬にこの物質は含まれています。漢方薬は使用しないことを原則として下さい。

附子（ブシ）を含む漢方	呉茱萸（ゴシュユ）を含む漢方
葛根加朮附湯	呉茱萸湯
桂枝加朮附湯	当帰四逆加呉茱萸生姜湯
桂枝加苓朮附湯	温経湯
桂芍知母湯	
芍薬甘草附子湯	細辛（サイシン）を含む生薬
麻黄附子細辛湯	小青竜湯
真武湯	当帰四逆加呉茱萸生姜湯
八味地黄丸	麻黄附子細辛湯
牛車腎気丸	立効散
四逆湯	苓甘姜味辛夏仁湯
大防風湯	
当帰芍薬散加附子	丁子（チョウジ）を含む漢方
八味丸	治打撲一方
附子理中湯	女神散

### 4. 病院で処方される薬剤にも「ヒゲナミン」は含まれています

『SM 配合散』という胃腸薬が医療機関で頻用されています。これは漢方薬に分類されている薬剤ではありませんが、今回指摘されている生薬（チョウジ；丁子）を含みます。

漢方ではないため、医師がドーピングにならないと胃腸薬と考え、処方することがあるかもしれません。従って、病院で処方を受けた際でもスポーツファーマシスト等による確認を受けることを原則として下さい。

以上