

L'automédication du sportif & la compétition



DÉFINITIONS

- **L'automédication**, c'est prendre des médicaments sans l'avis d'un médecin. On le fait souvent pour lutter contre la fièvre, la douleur, ou parce qu'on a un rhume, etc.

Cependant cela peut comporter le risque d'être **contrôlé positif** à un contrôle anti-dopage. Alors avant de prendre un médicament sans avis médical si je fais du sport en compétition :

- Je me demande si j'en ai **vraiment besoin**.
- Si j'achète le médicament en pharmacie, je précise au pharmacien que je suis sportif et **participe à des compétitions**.
- Je vérifie la **composition** du médicament avant de le prendre.
- Je m'assure que son emballage (*ou sa notice*) ne comprend pas une **mise en garde** spécifique aux sportifs.
- Je ne prends jamais un médicament que je ne connais pas ou sans son **emballage d'origine**, même s'il m'est donné par un ami « pour me dépanner ».
- Je n'accepte aucun produit d'une **personne inconnue**.

Quelles sont
les règles
à respecter ?

AU MOINDRE DOUTE JE ME RENSEIGNE AU :



Numéro vert « Écoute dopage »
0 800 15 20 00
ou www.santesport.gouv.fr

Sources:
Livret « Se doper ou pas ? »
Inpes, Mildt, Ministère de
la Santé et des Sports