



Uztura bagātinātāju piesārņotība

Publicēts: 01.11.2020.

Nereti interneta forumos tiek apspriesta dažādu vielu lietošana, labāka rezultāta sasniegšanai. Dažādas vielas sportisti vai amatieri mēdz lietot lielos daudzumos, apdraudot savu veselību un pat dzīvību.

Liela problēma gan Latvijā, gan Pasaulē ir piesārņoti uztura bagātinātāji, kuros tiek pievienotas aizliegtas vielas lielākai efektivitātei, bet šīs vielas netiek norādītas sastāvdaļās. Apmēram 10 līdz 26% uztura bagātinātāju ir piesārņoti, un sportistiem tiek atgādināts iegādāties pārbaudītas vielas no licencētiem piegādātājiem, nevis nezināmas izcelsmes uztura bagātinātājus internetā. Rūpējoties par savu veselību, visiem sportistiem būtu jālieto tikai pārbaudīti, licencēti Uztura bagātinātāji. Zemāk tabulā norādīts dažādās valstīs cik procentos uztura bagātinātāju nav norādītas aizliegtās vielas, kas ietilpst uztura bagātinātāju sastāvā.

SOK uztura bagātinātāju sastāva analīze

Valsts
Preparāti
Uztura bagātinātāji, kurām visas sastāvdaļas nav norādītas marķējumā
Procenti
NL
31
8
26%
UK
37
7
19%
ASV
240
45
19%

I
35
5
14%
D
129
15
12%

Starptautiskās Olimpiskās Komitejas Mediciniskā komisija Lozannā, Šveicē (2002.)

Ja uztura bagātinātājs nav reģistrēts [Pārtikas un Veterinārā dienesta uztura bagātinātāju reģistrā](#), tas nozīmē, ka tas netiek uzraudzīts un to ir bīstami lietot. Diemžēl Latvijā nav paredzēts veikt uztura bagātinātāju sastāva pārbaudes pirms to izplatīšanas un iekļaušanas uztura bagātinātāju reģistrā, tādējādi samazinot risku legālā tirgū ieplūst viltotiem apšaubāmas kvalitātes produktiem. Līdz ar to jāņem vērā, ka nevienam uztura bagātinātājam nav 100% garantija, ka tas ir "tīrs" un drošs.

Īss video tulkojums latviešu valodā:

"Sāku spēlēt 8 gadu vecumā. Sāku vietējā klubā. Kad biju ~12 gadus vecs, cilvēki sāka saprast, ka man ir interese par regbiju un esmu labs spēlētājs. Nekad nebija domājis, ka mani izvēlēšies Anglijas komandai. Tas bija labākais laiks manā dzīvē, līdz... man veica dopinga kontroles pārbaudi un atbilde bija nelabvēlīga: anabolie steroidi. Gribēju uzzināt kā viņa varēja nonākt manā organismā, tāpēc veicu izpēti. Mana izpēte noveda pie viena konkrēta produkta, uz kura etiķetes nebija norādīts, ka tas satur steroidus. Tas bija uztura bagātinātājs.

Visi mani draugi to lietoja, arī visi sporta zālē to lietoja! Nekad apzināti nevienu aizliegto vielu neesmu lietojis!"

<https://www.antidopings.gov.lv/lv/ub-piesarnojums>