

WALTHER, T., Sport: Universal Social Phenomenon, 8, DFSSOM. Ed: Wiczorek, IOC Publications, Lausanne, 1974

ÜNSAL Yücel, *Türk Okçuluğu*, Atatürk Yüksek Kurumu, Atatürk Kültür Merkezi Yayını:182, Ankara-1999

İLETİŞİM ADRESİ

Doç. Dr. Hüdaverdi ADAM
Sakarya Üniversitesi
Eğitim Fakültesi
Eğitim Bilimleri Bölümü
54300 Hendek / Sakarya
e-posta: adam@sakarya.edu.tr

YÜKSEK PERFORMANS SPORLARINDA DOPİNG KULLANIMI İLE DOPİNGE KARŞI MÜCADELE ÇALIŞMALARININ TARİHSEL GELİŞİMİ VE AKTÜEL BOYUTU

Yrd.Doç.Dr. Metin YAMAN Yrd. Doç. Dr. Gülten HERGÜNER
Sakarya Ün. Eğitim Fak. Sakarya Ün. Eğitim Fak.
Beden Eğitimi ve Spor Öğr. Beden Eğitimi ve Spor Öğr.
Böl. Öğr.Üyesi Böl. Öğr.Üyesi

Yrd. Doç. Dr. Çetin YAMAN
Sakarya Ün.
Beden Eğitimi ve Spor Yüksek
Okulu Öğr.Üyesi

ÖZET

Dopingle yapay kuvvet artırma konusunda sporcuların uğradığı kayıp ve zararların sonuçta herkesçe bilinmesine rağmen ısrarla denendiği bir gerçektir. Amaç, sporcu açısından dopingin söz konusu zararlarını çok boyutlu olarak ortaya koymak, sporcuların, spor eğitimcilerinin, velilerin ve spor hekimlerinin konuya dikkatini çekmektir.

Bu çalışmada yüksek performans sporlarında doping kullanımı ve kullanılmasına karşı mücadele çalışmalarının tarihsel gelişimi ve aktüel boyutu ele alınmaktadır. Doping zemin hazırlayan sebepler, dopingin zararları, dopingle mücadele çalışmalarının gereği irdelenerek, Türkiye'de dopingle mücadele çalışmaları incelenmiş, ilgili kurumlar tanıtılmış ve öneriler sunulmuştur.

ANAHTAR KELİMELER : Doping, Ahlak, Mücadele, Eğitim

ABSTRACT

Although being known of loss and harm wich sportsmen have by everybody in the subject of increasing artificial force, it's the fact that doping is tried insistently.

The aim is to bring up harm of doping by lost of ways in the view of athlets and to attracts of sportsmen's, sports doctor's, athlets trainer's and parents attentions to the subject. In this study, using doping in High Performance Sports, historical progress of studies of struggle agains doping and it's current form have been handled. Suggestions

have been presented by examining the reasons of doping, harm of doping, the study of struggle against doping, the study of struggle in Türkiye and related institutions and by having a point of view to the subject

KEY WORDS: Doping, Morals, Struggle, Education

1. GİRİŞ

Sporcular mevcut başarılarını artırmak ve katıldıkları müsabakaları kazanmak ve performanslarını en üst seviyeye çıkarmak için çeşitli arayışlar içerisine girerler. Bu başarı bazen ulusal ve uluslar arası nitelik taşıması nedeniyle yönetici, antrenör ve spor hekimlerini de bu arayışların içerisine çeker. Bazı ülkelerde başarının yakalanmasında doping yapmak bir spor politikası haline gelmiş iken; çoğu ülkede sporun temel amacı olan sağlığın korunması düşüncesi, dopingin engellenmesi gerekliliğini ortaya çıkarmıştır.

Tarihin bilinen en eski zamanlarından itibaren sportif başarıyı dışarıdan müdahale yoluyla, kural dışı olarak etkilemek anlayışı hep söz konusu olmuştur. Tabii ki aynı zamanda sportmence ve centilmence davranışların varlığı da tarihin bu en eski devirlerine inmektedir. Sporcunun fiziki ve psikolojik yapısının bozulmasına, sağlıksız bir görünüm kazanmasına yol açan doping uygulamalarını sadece maddi kökenli söz konusu bozuklukları değil, aynı zamanda ahlaki değerleri de aşındırması suretiyle ideal insan tipi olan şampiyon ve rekortmen sporcu anlayışını da yozlaştırmaktadır (19).

Özellikle soğuk savaş döneminde ülkeler güçlerini ve propagandalarını spor aracılığı ile sportif arenalarda sergilemeye başladılar. Bu mücadelede özellikle yüksek performans sporları başta olmak üzere birçok spor branşlarında, sporcular enerji ve güçlerini suni şekilde artırarak başarılı olmayı ve ülkelerine daha iyi derece alarak dönmeyi hedeflemekte ve bunun için de başlangıcı çok eskilere dayanan dopinge başvurumaktadırlar. Günümüzde bu amaçla, akıl almaz hızla kimyasal, farmakolojik ve narkotik türden uyarıcı ilaçlar ve değişik doping maddeleri geliştirilmektedir (12).

Sporada amacın insan olduğu, şampiyon yetiştirmenin, madalya almanın ve rekor kırmanın sporun uygun yapıldığında ortaya çıkan ürünler olduğu, bu kültürel olayda davranışların da insana özgü olması gerektiği, bilinci insanlara yerleştirilebilirse, mutlak kazanma merkezli bir düşünce yerine katılımdan ve ne olursa olsun sonuçlarından haz

duymaya yönelik bir eğitim gerçekleştirebilirse, doping kullanımını da sporun güncel sorunları arasından çıkabilecektir (9).

Spor; "eşit şartlar altında dürüstçe, dostça rekabet ve kuvvetlere bağlı yarışmayı" hedefler. Bu amaçtan sapan ve doping kullanarak eşitsizlik yaratan sporcu ve spor eğiticileri hakkında hukuki mücadeleler yoğun şekilde uygulanmalı ve spor camiasına verilen zararların ortaya konulması gereklidir. Çalışma, doping kullanımını ve dopinge karşı mücadele çabalarının tarihsel gelişimi ve aktüel boyutu yönünde arşiv taraması usulü ile yapılmış olup konuya sporcu, aile ve eğiticilerin dikkatini çekerek insan sağlığının önemi ve dopingin zararları vurgulanmıştır.

2. DOPİNG VE DOPİNGE ZEMİN HAZIRLAYAN SEBEPLER

"Doping" sözcüğüne ilk defa 1889'da bir İngiliz sözlüğünde rastlanmıştır. Bu kelime ile opium ve narkotik karışımı tanımlanmak istenmiştir (17). Ayrıca doping kelimesinin Güney-Doğu Afrika yerli dillerinde Burence kökenli bir kelime olduğu, bu yerlilerin törenlerde içki (sert kanyak türü) içtikleri ve sinir sistemi üzerinde uyarıcı etkisi olan bu içkiye "dop" dedikleri bilinmektedir. Daha sonra İngilizler tarafından "dope" kelimesi sözlükte uyarıcı, uyuşturucu ve uyarmak anlamına geldiği gibi, "ing" takısı alarak uyarıcı etkisi olan kimyasal maddeleri kullanmak şeklinde "doping" olarak ifade edilmiştir (20).

Dopingi bir çok kuruluş, bilim ve spor adamı, özde aynı olmakla birlikte değişik yorumlar halinde tanımlaya çalışmıştır. Bu tanımlardan bazıları şöyledir :

Doping, yarışma durumundaki bir sporcunun adil olmayan bir biçimde yarışma içinde kendi performansını yükseltmek niyeti ile vücuduna yabancı bir maddeyi alması veya herhangi bir fizyolojik maddeyi anormal miktarda veya anormal yollarla vücuduna almak suretiyle kullanması ya da buna istek duymasıdır (11).

Doping Uluslararası Olimpiyat Komitesi (IOC) tarafından; yasaklanmış madde veya yöntemlerin sporcu tarafından bilinçli veya bilinçsiz olarak kullanımı diye tanımlanmaktadır(8).

Dopinge zemin hazırlayan sebeplere genel olarak bakacak olursak, şöyle bir özetleme yapmak mümkündür: Bugün sporcuların çoğu kendilerini öyle bir baskı altında hissediyorlar ki; kendileri, antrenörleri (hatta hekimleri), uyarmak veya teskin etmek için vücut ağırlığını arttırmak veya azaltmak için, ağır antrenmanların

yorgunluğunu azaltmak için doping kullanmaktadırlar. Sportif başarılar verilen ödüller çok artmıştır. Bildiğimiz geleneksel şampiyonluk prestijine bugün maddi getiriler de eklemiştir. Ulusal veya uluslar arası yarışmalarda üst düzeylere gelebilmek için sporcudan çok şey istenmektedir. Günlük minimal bir antrenman programı için birkaç çalışma gerekmektedir. Diğer bir deyimle, sporcular gerek fiziksel, gerek mental olarak ağır bir çalışmayla karşı karşıyadırlar. Bazı sporcular iyi bir sonuç, iyi bir derece, madalya bekleyişi karşısında güç durumda kalırlar. Sporcular kazanmada diğer yarışmacılardan biraz daha iyi olabilmek için maalesef yasak doping maddelerine başvururlar ve risklerini düşünmeksizin muhtelif hapları kullanmaya başlarlar (2).

Dopinge neden olabilecek faktörlerden bazılarını şöyle sıralamak mümkündür (1):

- a- Özellikle günümüz sporlarında, spor anlayışının ticari ve siyasi rekabet haline dönüştürülmesi (kişisel ve bölgesel rekabet);
- b- Spor müsabakasının sonucuna bağlı, milli ve şahsi prestijin söz konusu olması,
- c- Sporcuların, bir sporcunun yaşantısının gerektirdiği kurallara özen göstermemeleri,
- d- Kısa süreli başarının her ne pahasına olursa olsun istenmesi,
- e- Transfer ücretlerinin astronomik rakamlara ulaşması
- f- Spor yarışmalarında menfaat kombinasyonlarının hazırlanması,
- g- Yönetici, antrenör ve sporcuların konu hakkında yeterli eğitim görmemelerinden kaynaklanan bilgi eksikliği (zararları ve faydaları hakkında),
- h- Sporcuya, fiziksel ve psikolojik olarak kapasitesinin üzerinde yüklenme

Ergojenik yardımcıların etki mekanizmaları çok iyi bilinmediğinden aşağıdaki olumlu etkilere ulaşabilmek umuduyla da kullanılırlar :

- a- Kas fibrilleri üzerinde doğrudan etki,
- b- Yorgunluk ürünleri üzerinde ters etki,
- c- Kas kasılması için gerekli enerji kaynağını oluşturucu etki,

- d- Kalp ve dolaşım sisteminin etkinliğini artırıp oksijen, enerji ve artık ürünlerinin transportunu hızlandırıcı etki,
- e- Solunum merkezi üzerine etki,
- f- Sınır sistemini etkileyip yorgunluk duygusunun başlangıcını geciktirici etki.

3. DOPİNGİN ZARARLARI VE YASAKLANMA NEDENLERİ

Fizyolojik ve psikolojik olarak kendi kendini sabote ederek, adeta kronik bir intihar seyri halinde akıl hastanesine veya ölüme doğru yolculuğa çıkış olan dopingin zararlarını aşağıdaki örnekler de açıkça ortaya koymaktadır (1):

-Dopington ölen ilk sporcu 1886'da yapılan bir bisiklet yarışında fazla miktarda doping maddesi (trimethyl) alan Linton isimli İngiliz sporcusu olmuştur.

-1955'te Fransız turunda Mollejak, Mont du Ventoug yolunda dopingli olduğu için bayıldı.

-Bisikletçi Knut Enemark Jensen gibi, yine bisikletçi Tom Simpson da Tour de France'de yaptığı doping sonucu hayatını kaybetmiştir. 1967'de yarışmada ölen Simpson'a yapılan otopsi neticesi, ölüm sebebinin fazla miktarda alınan Amphetamin "Actedron" adlı doping maddesidir.

-Dünya şampiyonu boksör Billy Bella da 1963'te fazla miktarda eroin ve amphetamin alması sonucu hayatını kaybetmiştir.

-Yine atlet Dick Howard ve Jupp Elza benzer şekilde yaşamlarını yitirmişlerdir. Amerikalı atlet Dick Howard 1960 olimpiyatlarında 400 m. engelli üçüncüsü olduktan sonra ölür. Yapılan otopsi sonucu ölüm sebebinin fazla miktarda eroinle doping yapılması olduğu ortaya çıkmıştır.

-Rich De Mont'un 1972 olimpiyatlarında yüzmede altın madalyayı teorilin, efedrin sülfat karışımı stimülant bir ilaç kullandığı için kaybetmesi; Moğol judocusu Bakshaava'nın bu yüzden gümüş madalya kaybetmesi; yine İranlı halterci Mohammed Nassiri, Avusturyalı Walter Leger, Portorikolu basketbolcu Miguel Coll gibi doping yüzünden diskalifiye olmuş sporcular ve diğerleri örnekler listelerini oluştururlar.

Antrenmansız kişi kullanabileceği kapasitesinin % 70'ini tüketir. Daha fazla çalışması gerektiğinde strese girerek bunu

tamamlar. Yalnız tam antrenmanlı bir sporcu başarı ile rezervlerinin % 90'ını kullanabilir. Onun da kullanmadığı % 10 bir potansiyel enerji kapasitesi kalır. Buna organizmanın "otonom enerji rezervi" denir ki bu, ya olağanüstü durumlarda veya bir "drug" alınarak mobilize edilebilir. Organizma bu enerji rezervlerini kendi regülasyon işlemlerinde kullanır. Bunun için bu rezervlere el atılması organizmanın harap olması demektir. Organizma kendi regülasyon işlemleri dışında, örneğin ısıya göre vücudun regülasyonu gibi durumlarda da bu rezerv enerjiden faydalanır. Bu enerjinin tükenmesi, yaşamı riske sokar. Böyle durumlarda ölüm vakalarına rastlanmıştır (17).

Şöhret, devlet desteği, halkın ilgi ve isteği, para elde etme, kazanmaya bağlıdır. İşte bunu bilen sporcu bilinçli ya da bilinçsiz olarak ya kendi isteğiyle ya da başkalarının etkisi altında kalarak doping yapmaya çalışmakta veya yapmaktadır (14).

Doping zararlarını maddeler halinde şöyle sıralayabiliriz (5, 14):

- a- **Amfetaminler:** Aşırı heyecan, uykusuzluk, tansiyon yüksekliği, baş dönmesi, titreme, kilo kaybı, bitkinlik, ani kollaps ile ölüm.
- b- **İMAO'lar:** Ölümle sonuçlanan tansiyon düşmesi, ruhsal bozukluklar.
- c- **Korkikordler:** Delinme ve kanama ile sonuçlanan mide ve oniki parmak bağırsağı ülserleri, karaciğer-şeker hastalığı, kemik kırılmaları tehlikesi, kas erimesi, yaraların zor kapanması, ruhsal bozukluklar, virüslü hantalıklar vs.
- d- **Morfin ve benzeri maddeler:** Mide ve kalp hastalıkları, solunum durması ile ölüm.
- e- **Hormonal anabolizanlar:** Ödem, karaciğer fonksiyonlarının bozulması, kemik arızaları, kirış kopmaları, saldırganlık, tümör ihtimali ve gençlerde gelişmenin durması, erkeklerde sperm azalması, testislerin küçülmesi, iktidarsızlık, prostat bozuklukları; kadınlarda erkeksi tüylülük, ses kalınlaşması, adet bozuklukları.

Genel olarak kadın ve erkeklerde şunlar görülür:

- Tansiyon yüksekliği, vücutta beliren cerrahi sivilceler, vücut sıvısında hacim yükselmesi, karaciğer fonksiyon testlerinin farklılaşması, psikolojik bozukluklar, kadınlardaki adet hallerindeki değişimler, cinsel

bozukluklar, saç uzamasındaki değişimler, yağ bezlerindeki yağın çoğalması, sıkıntılar, nefes darlığı, iştahın artması, erkeklerde testislerin dumura uğraması, kadın hastalıkları, kadınlarda göğüs dokusunun azalması, kadınlarda ses kalınlaşması.

f- **Kan nakli:** (Takriben bir litre kan alınması, alyuvarların ayrılması ve yarışmadan 3 hafta ile bir ay kadar önce yeniden zerk): Bu uygulama kan zehirlenmesi, hava embolisi, beyin trombozu, alyuvarların ani erimesi, sarılık ve karaciğer iltihabına sebep olabilir (14). Alınan kanın kişiye tekrar verilmesinde alerjik reaksiyonlar olduğu gibi, uygun kan kullanılmadıysa, böbrek hasarı, ateş, sarılık gibi reaksiyonlar ve enfeksiyon AIDS, viral hepatit gibi ve metabolik şok oluşabilir (16, 14).

g- **Elektrikli cihazlarla uyarı:** Bu uygulama kirış kopmalarına, sürekli adale kramplarına, deri tahrişine sebep olduğu gibi, kaslara da zarar vermektedir SSCB'deki sporcuların küçük kasları elektrikle uyarılıyordu (5, 14).

IOC ve uluslararası federasyonlarca dopinge iki yönden yasak konmuştur (3);

1- Spor ahlakı yönünden:

Sporcular kendi yetenek ve güçlerine dayanarak yarıştıkları takdirde eş şanslı ve eşit koşullarda yarışmaya katılmış olurlar. Başarı için yapay yollara başvurmak sportif kurallara ve spor ahlakına aykırıdır ve kötü örnek oluşturur.

2- Sağlık yönünden:

Başlangıçta verilen bir çok örnekten anlaşılacağı gibi bu maddeler sağlığa zararlıdır. Her birinin kısa ve uzun vadede sağlığa zararlı etkileri vardır.

Bütün bunlar gösteriyor ki, sporcu sağlığı için dopingin yasaklanması zorunludur.

4. DOPİNG VE ERGOJENİK YARDIM ÇEŞİTLERİ

Doping, yarışma durumundaki bir sporcunun, yapay ve adil olmayan bir biçimde yarışma içinde kendisinin performansını yükseltmek niyeti ile vücuduna yabancı bir maddeyi alması, herhangi bir fizyolojik maddeyi anormal miktarda kullanması ya da buna istek duymasıdır. Bileşimi, dozajı ve kullanılması nedeniyle yabancı bir

maddenin tıbbi muamele gereksinimi ile alındığında sporcunun yarışma içerisindeki performansı yapay ve adil olmayan biçimde yükseltilebiliyorsa, bu durum da doping sayılır.

U.S.O.C. İlaç Kontrol Programı Protokolü için önemli fikirler aşağıdakilerdir (11).

- Ergojenik yardımcıların kişinin fiziksel performansı yükseltir veya yükselttiğine inanılır.
- Halk arasında bireysel, psikolojik ve fizyolojik değişimler, bir dereceye kadar ilaçlar ve ergojenik yardımlar hakkında amaç ve tutarlı bilgi eksikliğinin sonucudur.
- Bir sakinleştirici, gerçek uyuşturucularla aynı özellikleri haiz pasif bir maddedir.
- Şimdiye kadar uyuşturucular ve diğer sözde ergojenik yardımların etkileriyle yapılan çalışmaların çoğu bu maddelerin egzersiz performansı üzerinde hiç değilse bile çok az olumlu etkilerinin olduğunu göstermiştir. Açıklayıcı bilgiler aşağıdaki konu başlıklarıyla verilmiştir (11).

4.1. Beslenme ile İlgili Ergojenik Yardımlar

Besin destekleyicileri oldukça çeşitlidir. O kadar çok besin yardımcıları vardır ki, bunların çoğunun faydalı olduğu tartışılabilir. Bunlar arasında karbonhidratların manipülasyonu (işlenmesi) bir hareketin aktivite sürecini uzatabiliyor. Bunun yanı sıra vitaminler, mineraller, su ve elektrolitlerinde egzersizleri destekleyici özellikleri vardır. Ancak bilinçli ve dengeli kullanılmadıklarında temel besin maddeleri olmalarına karşın vücutta istenmeyen sonuçlara yol açabilir (Örneğin şişmanlık)

4.1.1. Karbonhidratlar: Karbonhidratlar ve yağ asitleri kas faaliyetleri için vazgeçilmez birincil kaynaklardır. Aktivitenin yoğunluğunun (% 70-90) arasındaki bir kapasitede olduğu zaman kaslardaki glikojen stoğu ve bundan faydalanımı tehlikeye girmektedir.

Özel olarak hazırlanmış karbonhidrat içerikli içecekler, mevcut glikojen depolarının tükenmesi durumunda ekstra enerji kaynağı olarak kullanılmaktadır. Yani bu karbonhidrat bileşimi, sporcunun normal faaliyetleri sırasında glikojeni bitmişken, normalin üstünde kullanımını sağlayarak yarışmada daha da uzun süre aktif olmasını sağlar.

Bir sporcunun karbohidrat rezervlerini doldurarak kendine avantaj sağlayacak fizyolojik bir oluşum sağlayabilir. Son üç gün içerisinde

sporcu karbonhidrat alımını % 70'lere kadar çıkarmaktadır. Bu da glikojen birimini (stoğunu) artırmaktadır. Genellikle (glikojen süper tanzimi) daha çok sporcularda, bir saatten fazla aktif olması gereken branşlarda faydalı olmakta ve olumlu sonuçlar vermektedir. Yarıştan önceki 35-40 dakikalık dönem çok önemlidir,

4.1.2. Su ve elektrolitler: Vücudun yüzde 2-3 oranındaki su kaybı dolaşım sisteminde ve bedenin ısısını ayarlayan fonksiyonlarında tahribatlara yol açar. Uygulanan diyet normal olarak bu aktivitelerdeki bozuklukları telafi edecek derecede elektrolitleri içermektedir. Gün içinde yüksek oranda bir terleme meydana gelebilir. Bu nedenle potasyumla ilişkili olarak daha fazla sayıda elektrolit almak konusunda bir karar alınması gereklidir.

4.1.3. Vitaminler ve mineraller: Yaygın kullanımına rağmen demir dışında, değişik şekilde tamamlayıcı vitamin ve mineralleri almak zorunda olduğumuzu ispatlayacak herhangi bir kanıt yoktur.

Vitaminlerin çoğu aşırı alındığında idrarda sadece fazlalık oluştururlar. Tamamlayıcı vitaminlerden en çok bilinenleri Thiamine (B1), ascorbic acid (C) ve alphetocapherol (E) vitaminleri ihtiva eder.

4.2. İlaç (Farmakolojik) Ergojenik Yardımlar

Çeşitli farmakolojik madde ve ilaçları kullanma etik, yasal ve klinik soruları akla getirmektedir. Farmakolojik maddelerin gelişigüzel kullanılması sporcunun sağlığını zedeleyebilir. Steroidleri kullanan bir çok kuruluş vardır. Çok kullanılan diğer maddeler, amfetamin, aspartik asit tuzları, bikarbonat, kafein ve pengamik asitleri içine alır.

4.2.1. Steroidler: Kaslar üzerindeki hipertrofik etkisinden dolayı, özellikle futbolcuların, haltercilerin, güreşçilerin ve atletlerin bu maddeye ilgileri artmıştır. Anabolik-androjenik steroidlerin performansa etkisi vardır. Androjenik steroidler erkek cinsiyet hormonu testesterondan türemiştir. Testesteron erkek vücudunda belli fiziksel değişimlere neden olur. Testesteron erkek çocuklarında 11 ve 13 yaşları arasında üretilmeye başlar ve hayat boyunca devam eder.

Bazı sentetik testesteron ilaç adları şunlardır: Adroyd, Diarabol, Deca-Durabolin, Maxibolin, Nileuor ve Winstrol.

Derinliğine yapılan bir çok bilimsel çalışmada bu ilaçların performans ve kas gelişimine olan etkileri belirsiz sonuçlar vermiştir.

Bu da gösteriyor ki, steroidler bazı kasların gücünü yükseltebilir. Ancak hepsinin değil.

Kısacası anabolik-androjenik steroidler kullanan sporcular bazı potansiyel tehlikelerle karşı karşıyadırlar.

4.2.2. Büyüme Hormonu: Son yıllarda sporcular kilo almak için yasal olmayan bir şekilde anabolik-androjenik steroidlerle birlikte büyüme hormonu kullanmaktadırlar. Biyosentetik insan büyüme hormonu (HGH) sadece kadavraların pituitary bezlerinden elde edilmektedir. Bununla birlikte herhangi bir laboratuvar kontrollü çalışması yoktur. Bazı sporcular kötü körüne, kısa dönem kazançlar için, uzun sürede yan etkilerini gözardı ederek bu hormonu kullanmaktadır. Bu potansiyel yan etkiler steroidlerin etkisi kadar büyüktür.

4.2.3. Amfitaminler: Sporcuların performans yükseltmek için kullandıkları en popüler ilaçlardandır. Epinefrin gibi merkezi sinir sisteminin uyarılmasına yol açar. Bunun sonucunda motor güçte ve fiziksel aktivitede hızlanma, zaman zaman uykusuzluk ve yorgunlukta azalma görülür. Sıklıkla tansiyon yüksektir. Bununla birlikte kalp atışları hızlanmıştır. Bazı düzensizlikler ve hatta hızlı atışlar, paraximal taşikardi görülür. Aynı zamanda metabolizmada orta düzeyde yükselme ile birlikte kilo kaybı görülebilir. Aşırı dozda, aşırı heyecanlanma, uykusuzluk, ardından depresyon görülür. Bunun sonucunda da, karın krampları ve hematom (kanda üre birikmesi), çöküş, baygınlık ve koma durumu görülebilir.

4.2.4. Alkalin (bikarbonat) alımı: Anaerobik araştırmalarda kan ve PH azalması ile birlikte laktik asit konsantrasyonunun yükseldiği belirtilmiştir. Bu faktörlerin ikisi de (PH'nin azalması ve laktik asit konsantrasyonunun yükselmesi) kassal yorgunluk sürecine dahildir. Bu gerçekler doğrultusunda önceki araştırmacılar vücut alkalin deposunun yükselmesini (Buffereng sistem) ağır egzersizler öncesinde PH'nin belirgin şekilde düşmesine, bundan dolayı da yorgunluğun gecikmesi ve egzersiz performansının yükselmesini bir neden olarak görmüşlerdir.

4.2.5. Kafein: Bir çok insan bir fincan kahve ile sabahları güne hazır hale geldiklerini söylerler. Bunun bilimsel olarak da geçerlilik payı vardır. Son zamanlarda kafeinin dayanıklılık üzerinde olumlu bir etkisinin olabileceği belirtilmiştir.

Bunların ergojenik etkileri literatürde iş üretme etkileri olarak geçmektedir.

Bir çalışmada maratonu 2.5 saatte tamamlayan koşucular, kafein verildiği zaman 10 dakika daha az bir zamanda maratonu tamamlamışlardır. 3.5 saatte koşan koşucular ise kafein aldıklarında en az 15 dakika daha az bir zamanda maratonu tamamlamışlardır.

Kafeinin ergojenik etkileri belki de serbest yağ asitlerini harekete geçirmektedir.

Serbest yağ asitleri aerobik sistemde bir yakıt gibi kullanılabilir. Bu kafeinin yakıt gibi kullanılan yağların glikojen ayırımı etkisiyle birlikte glikojen kullanım azlığına da neden olabilir. Glikojen ayırımı kaslardaki yorgunluğu azaltır.

4.2.6. Pangamik asit (vitamin B-15): Son zamanlarda pangamik asit veya vitamin B-15 diye adlandırılan kimyasal yapılar ilgi çekmektedir. A.B.D. Federal ilaç yönetimine göre, pangamik asitin vitamin olduğuna dair herhangi bir bilimsel veri yoktur. Başka bir deyişle bu sadece illegal (yasal olmayan) bir ilaçtır. Büyük bir olasılıkla tehlikelidir. Buna rağmen takım kaptanları ve sporcular, pangamik asitin kronik kullanıcıları, fiziksel ve atletik performansı yükselttiklerini düşünmüşlerdir. Dayanıklılık gücüne yönelik iki çalışma vardır. Bunlardan % 70 aerobik kapasite ile dayanıklılık gücüne yönelik iki çalışmada herhangi bir farklılık gözlenmemiştir. İkinci çalışma daha özenle hazırlanmıştır. Ancak, belirgin farklılık gözlenmemiştir. Pangamik asit daha çok Rus spor ve tıp literatüründe yer almıştır.

4.3. Fizyolojik Ergojenik Yardımlar

Performansı yükseltmek için kullanılan fiziksel metotlardan en çok kullanılanlarından iki tanesi kan dopingi ve oksijen kullanımına ilave yapmaktır. Kan dopingi yasal bir işlem değildir. Oksijen sağlanması ve ilavesi de atleti normal hale getirmede sadece pratik bir yardımcıdır.

4.3.1. Kan Dopingi: Kan dopingini tanımlamadan önce, bu yapıyla ilgili U.S.O.C. pozisyonunu tanımlayacağız. "Pratik olarak kan dopingi = Amerika Birleşik Devletleri Olimpiyat Komitesi bunu doping olarak değerlendirmiş ve yasaklamıştır. Kan dopingi kanın damardan enjeksiyondur. Kan, sporcunun kendi kanı veya bir başkasının kanı olabilir. Performans yükseltmek amacıyla yapılır. Pratikte sporcuları özendirici bir davranış içinde olması, yarışmalarda bu zararlı maddeyi kullanmasına yol açabilir."

Kırmızı kan hücrelerine hemoglobin denilir. Hemoglobinin kandaki O₂'nin taşıma kapasitesini ve teorik olarak dayanıklılık performansını yükseltir. Kan dopingi veya dayanıklılık performansı ile ilgili bilimsel çalışmaların çelişkili sonuçları vardır.

Araştırma deneylerinin tasarımları farklı açıklamalar ve birçok çelişkili sonuçlar vermektedir. Burada iki kritik faktör önem kazanmaktadır:

1. Kan basıncı 800-1200 ml. arasında veya buna yakın değerlerde kan verilmesi ile aerobik kapasite veya dayanıklılığın yükselmesi.
2. Kan verilmesinden 5 ve 6 hafta geçtikten sonra da hala olumlu sonuçların izlenmesi.

Pratikte kanın elde edilebileceği iki kaynak vardır: Autologous (kendi kanından) ve homologous (kan vericisinden). Yasal olarak kan, buzdolabında 21 günden fazla saklanamaz. Diğer donmuş maddeler daha uzun süre kullanılabilir. Kan dopingi dayanıklılık müsabakalarında, yarışma anında önerilmez. Aynı zamanda kan dopingi yöntem olarak uygulanması zor bir yöntemdir. Kan uyuşmazlığı ve kan transfüzyonu açısından zor bir uygulamadır. Bazı olası komplikasyonlar (istenmeyen yan etkiler) şunlardır: Kan uyuşmazlığı, kan transfüzyonunda enfeksiyon taşınması, Septisemi, Emboli, Trombozis (kan toplanması).

4.3.2. Oksijen: Nefes almada ergojenik etkileri olan çalışmalar:

a- Alıştırma öncesinde oksijen alımı: Çalışma öncesinde alınan oksijenin performans üzerinde olumlu etkileri bazı verilerde belirtilmiştir. Bu etki şu gerçekle ilgili olabilir: Nefes tutma zamanını, dolayısıyla karbondioksit temizleme zamanını da artırır. Örneğin yüzücülerde hiperventilasyon (sık nefes alıp vermek) başlangıç silahı atılmadan hemen önce yaygınlıkla hemen olur. Bu teknik performansın yükselmesinde etkili olur, ancak aynı teknikle boğulma olasılığı da artabilir.

b- Alıştırma esnasında oksijen alımı: Nefes alırken oksijen yönünden zengin (% 33-100) havanın alıştırma performansı üzerinde olumlu etkileri vardır. Büyük çalışmaların şu yararları vardır: Fazla dayanıklılık kapasitesi gözlemlendiği gibi alt çalışmalar sırasında kanda düşük laktik asit emilimi ve düşük nefes alma da gözlemlenmiştir. Bu mekanizma kısmi oksijen baskısı ile, ki bu da hemoglobinde oksijen taşınmasını ve fiziksel karışımı alveol kılcallarından dokulara doğru

akımı ile sağlanabilir. Burada belirtilen sporcuların performanslarını yükseltme amacı ile yapılan, ergojenik yardım vurgulamıştır. Ancak bu alıştırma sürecinde kullanılmaz, çünkü pratik değildir.

c- Alıştırma sonra oksijen kullanımı: Oksijenin profesyonel sporcularda dinlenme sırasında verilmesi tercih edilmiştir. Bu uygulama için çok fazla çalışma yoktur. Uygulamanın herhangi bir faydası yoktur. Bununla birlikte dinlenmede oksijen verilmesi herhangi bir fizyolojik temele dayanmaksızın psikolojik bir etki sağlayabilir.

4.3.3. Gen Dopingi: İnsanda yaklaşık 30-40 bin adet gen bulunmaktadır. DNA'nın şimdiye kadar %99'u deşifre edilmiş, ancak sadece %25'nin ne işe yaradığı çözümlenebilmiştir. DNA şifresinin çözülmeye başlamasıyla birlikte bu bilginin ne şekilde kullanılacağı sorusu gündeme gelmiştir. Bu sorunun en önemli cevabı şu an için gen tedavisi olarak görülmektedir. Fakat bu teknoloji yakın gelecekte sağlıklı insanların da kendi çıkarları için kullanmak istediği bir sistem haline getirilirse ve örneğin profesyonel sporcular, kendi yetenek ve çalışmalarını sonucunda geldikleri noktanın ötesine bu teknolojiyi kullanarak geçmek isterlerse, tıp bilimi bunun karşısında nasıl durabilir? Uluslar arası spor kuruluşu yetkilileri şu anda, gelecekteki bu tehlikeye işaret ederek, gerekli önlemlerin alınması için uzmanlardan görüş istemeye başlamışlardır (15).

Doping olarak kullanılan farmakolojik yardımcıların hastalıkların iyileştirilmesinde kullanılan bir tedavi unsuru olduğu hatırlandığında, hastalıkların önlenmesini amaçlayan "Gen Tedavisi" yoluyla edinilen bilgilerin önümüzdeki yıllarda kazanma arzusuna yenik düşen bireylerin elinde amacı dışında kullanılabilmesi de unutulmamalıdır. Şu anda en az 3 tip gen tedavisi metodu geliştirilmiş olup, bunlar sporda doping olarak kullanılmaya uygun durumdadır (15):

1- İnsan dolaşımına verilen bir genin, yeni eritrosit yapımına yol açan eritropoetin hormonunun salgılanmasında artış sağlayarak aerobik kapasitesinin artırılmasına yönelik çalışmalar bulunmaktadır.

2- Kas hücresine enjekte edilen ve kas geliştirici bir gen olan, kodlandığı protein kas-büyüme faktör protein olarak adlandırılan (IGF-1) bir gen tedavisi üzerinde de çalışılmaktadır. Bu tedavi metodu da sporcular için ciddi bir doping aracı olabilir. Tenisçilerin omuz kasları, atletlerin bacak kasları lokal uygulamalar ile dopinge maruz kalması en olası birkaç örneği oluşturmaktadır.

3-Kan dolaşımına enjekte edilen genin yeni damar yapılanmasına yol açması sağlanmaktadır. Ancak bunun sporcular tarafından yeni damar oluşumu ve hiperoksijenizasyon sağlamak için doping amaçlı kullanılabilmesi düşünülmektedir. Dolayısı ile kaslara, akciğere, kalbe ve diğer dokulara ulaşan oksijen miktarlarındaki artış, beraberinde daha geç yorulmayı getirecektir.

Olimpiyat Komitesi Tıp Komisyonu üyeleri ve Dünya Doping Mücadele Ajansı Bilim Kurulu üyelerini en çok düşündüren konu Genetik Doping'in eğer imkan varsa nasıl test edileceğidir. Böylece Olimpiyat Komitesi ve Dünya Doping Mücadele Ajansı'nın ortak yayınladığı 2003 yılı doping listesine "Gen Dopingi'ni" almalarının hakkı olduğu ortaya çıkmıştır. (15)

Başta olimpiyatlar olmak üzere bir çok uluslar arası organizasyona talip olan ülkemizin en kısa sürede Gen Dopingi'ni test edebilecek teknolojiye ve donanımlı laboratuarlara ve yetişmiş elemanlara sahip olması gerekmektedir.

5. TARİHSEL GELİŞİM SÜRECİNDE DOPİNGLE MÜCADELE ÇALIŞMALARI

Hemen hemen bütün ülkelerin spor ve tıp kurumları, Amerikan Spor Sağlığı Koleji, Uluslar arası Olimpiyat Komitesi vs. spor müsabakalarında artık bazı antrenörler, çalıştırıcılar, eğitimciler dopinge karşı bir güç oluşturmaktadırlar.

Doping mücadele çalışmaları 1990'lı yılların başında başlamıştır. 1956 Melbourne Olimpiyatları'nda da gündeme gelmiş, ancak herhangi bir girişimde bulunulmamıştır. 1964 Tokyo Olimpiyatları'nda bazı sporcuların kollarında enjeksiyon izlerinin görülmesi üzerine bir takım kontroller yapılmıştır. Bütün bu birikim üzerine yasaklanacak olan ilaçların listelerinin hazırlanması çalışmalarına başlanmıştır. İlk olarak resmi doping kontrolü 1968 Meksika Olimpiyatları'nda başlamıştır. Ancak, gerek yöntemler, gerekse organizasyon açısından çok yetersiz kalmıştır. Çünkü henüz ciddi olarak dopingin tarifinde bile bir görüş birliğine erişilememiştir. Bu olimpiyatlarda kullanılan analiz yöntemlerinin yetersizliği nedeniyle sonuçlar hep negatif olarak yayınlanmıştır. İlk ciddi ve resmi yeterli doping kontrolünün yapıldığı olimpiyatlar 1972 Münih Olimpiyatları'dır. Aynı yıl doping ile ilgili broşürler her dilde bastırılmış, yasaklı ilaçlar listesi yeniden gözden geçirilerek ve güncelleştirilerek hazırlandıktan sonra Milli Olimpiyat Komitesi'ne

gönderilmiştir(27). 1972 Sappora ve Munich; Bütün milli olimpiyat komitelerine yasaklanmış doping sayılan ilaçların listesi gönderilmiştir. Bu liste aşağıdaki maddeleri ihtiva ediyordu(1, 6).

- Psikomotor stimulant ilaçlar
- Sempatikomimetik aminler
- Muhtelif merkezi sinir sistemi uyarıcıları
- Narkotik analjezikler

Konuyla ilgili gerek sorumlular ve gerekse sporcuların bilgilendirilmesi üzerinde durulmuştur. Olimpiyatlar süresince 2079 test uygulanmış ve 7 pozitif sonuç elde edilmiştir. Alınan ilaçların çoğu anfetamin türü uyarıcı etkili ilaçlar olarak bulunmuştur. 1976 Montreal Olimpiyatlarında organizasyon daha çok genişlemiş, analiz yöntemlerinin ve kan düzeylerinin limitlerinin saptanması sonucu anabolik steroidler yasaklı ilaçlar listesine alınmıştır. Bunun yanısıra bugün yasak olmayan antihistaminik, analjezik ve antipiretik gibi bazı ilaçların listede olduğu görülmektedir. Montreal Olimpiyatlarında 1789 kontrol yapılmış ve sadece 3 pozitif sonuç elde edilmiştir(27). Innsbruck Olimpiyat Oyunlarında aşağıdaki kararlar alınmıştır;

- 1-Kan naklinin Norveç Olimpiyat Komitesi tarafından normal dışı olduğu bir mektupla bildirilmiş ve sporculara da zararlı olduğu ifade edilmiştir. Sağlık komitesi de bu görüşe mutabık olduğunu belirtmiş ancak bunu laboratuvar yoluyla ortaya çıkarmak mümkün değildir.
- 2-Sağlık komitesi lokal anesteziğin kullanımına karşı değildir. Yalnız, lokal anesteziğin kullanılması ile ilgili bilgi yani tarihi, zamanı, sporcunun adı, milliyeti, ekibi, konulan teşhis (tanı), kullanılan ilaç ve dozu, enjeksiyon zamanı ve anatomik bölgesi yazılı ve imzalı olarak komiteye bildirilmelidir. Böyle bir bildirim ilk defa Sappora' da istenmiştir (1, 6).

1980 Moskova Olimpiyatları'nda daha büyük bir organizasyona gidilmiş, kontrol edilecek spor dalları, sporcuların seçimi, doping olmayan ve kısıtlı kullanımı bulunan ilaçların listeleri ile analiz yöntemleri gibi konular ayrıntılı olarak ele alınmıştır. 1984 Los Angeles Olimpiyatları'nda konu tamamen netleşmiştir. 1986 Asya Olimpiyatlarında 585 numune, 1988 Seul Olimpiyatları'nda ise 1601 numune 15 gün gibi kısa bir sürede güvenilir analiz yöntemleriyle yapılmıştır (27).

Avrupa Konseyi 25 Eylül 1984'de "European Anti-Doping Charter for Sport"u kabul etmiş ve Konsey üyesi bütün ülkelere dopingün yasaklanması ile ilgili tavsiyelerde bulunmuştur. Daha sonraları 26-29 Haziran 1988'de Ottawa'da 28 ülkenin katılımı ile toplanan "Permanent World Conference on Antidoping in Sport" Avrupa Konseyi'nin aldığı kararları dikkate alarak "International anti-doping anlaşması" 1988 Eylül ayında Seul Olimpiyat Oyunları esnasında IOC tarafından da onaylanmış ve 1988 Kasım ayında Moskova'da yapılan UNESCO Spor Bakanları ikinci toplantısında da desteklenmiştir. Böylece IOC'ye üye bütün ülkelerde aynı anti-doping düzenlemelerini uygulama imkanı doğmuştur (3).

IOC, 1996 yılında Atlanta Olimpiyatlarında yaptığı 105. Session Toplantısında dopinge karşı savaş başlattı. IOC başkanı Samaranch, doping kullanan sporculara son uyarısını yaparak Atlanta'da en uygun doping önlemlerinin halterde alınacağını bildirdi. İngiliz Olimpiyat takımından bir doktorun sporcuların % 75'inin performansı artıcı ilaçlar aldıklarını iddia etmesi şaşkınlık yarattı (18).

Atlanta Yaz Oyunları başlamadan sağlık kontrolleri başlatıldı. Dopinge karşı müthiş bir savaş başlatan IOC başta halter olmak üzere atletizm ve güreşte uygulayacağı çift kontrol sistemini devreye soktu (24).

6. TÜRKİYE'DE DOPİNGLE MÜCADELE ÇALIŞMALARI VE KURUMLAR

Türkiye dopingle mücadele konusunda oldukça duyarlı olup, IOC, GAİSF ve Avrupa Konseyi (EC)'nin dopingle ilgili almış olduğu kararlara ve uyguladıkları kurallara bağlı kalmaktadır.

Ülkemizde Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü Amatör Spor Dalları Ceza Yönetmeliği kapsamındaki 48. Madde yasal yollarla dopingle mücadeleyi ihtiva etmektedir. Ayrıca G.S.G.M. Sağlık Dairesi Başkanlığı da bu konuyla ilgili çalışmalar yürütmektedir. Diğer yandan Hacettepe Üniversitesi Eczacılık Fakültesi bünyesinde Doping Kontrol Merkezi ve Anti-Doping Bilgi Ünitesi kurulmuştur.

6.1. Dopingin Kanunen Engellenme Boyutu

Doping 15.7.1971 tarihli ve 13896 sayılı Resmi Gazete'de yayımlanan Beden Terbiyesi Ceza Yönetmeliği'nin 32. Maddesinde yer almıştır (1).

Daha sonra 7 Ocak 1993 tarih ve 21458 sayılı Resmi Gazete'de yayımlanan Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü Amatör Spor Dalları Ceza Yönetmeliği'nin 48. Maddesinde yer almıştır. 4 Kasım 1993 tarih ve 21748 sayılı Resmi Gazete'de 48. Madde aşağıdaki şekilde değiştirilmiştir (22).

48. Madde- Ulusal ve uluslar arası spor müsabakalarında doping kontrolü kabul etmeyen veya dopingli oldukları tesbit edilen sporculara, yarış hayvanlarına ve bunların sorumlularına aşağıdaki cezai müeyyideler uygulanır.

a-Uluslar arası federasyonlarca düzenlenen spor müsabakalarında doping yaptığı belirlenen sporcular ile kendilerine doping maddesi verilmiş yarış hayvanlarına doping suçunun işlendiği tarihten itibaren uluslar arası federasyonca verilen ceza aynen uygulanır. Bu sporcu, yarış hayvanı sahibi ve sorumlularına ilgili müsabakalar için verilmiş ödül varsa, geri alınır.

b-Yurtiçi spor müsabakaları öncesi, müsabaka süresi veya müsabaka sonrasında doping kontrolü için numune vermekte her ne suretle olursa olsun imtina eden sporcu, yarış hayvanı sahibi ve sorumluları doping yapmış ve doping yapmaya teşebbüs etmiş sayılırlar. Bu bent kapsamına girenlere suçun işlendiği tarihten itibaren en az bir, en fazla iki yıl spor müsabakaları ve faaliyetlerden men cezası verilir.

c-Yurtiçi spor müsabakalarında yapılan kontrollerde dopingli olduğu tesbit edilen sporculara, yarış hayvanlarına, sahibi ve sorumlularına en az iki, en fazla dört yıl müsabaka ve faaliyetlerden men cezası verilir.

d-Daha önce doping ile cezalandırılmış sporcu, yarış hayvanı sahibi ve sorumlusu tekrar suçu (numune vermekten kaçınma dahil) işlediği takdirde bunlara suçun işlendiği tarihten itibaren ömür boyu müsabaka ve faaliyetlerden men cezası verilir.

e-Doktorunca daha önce bildirimde bulunulmayan ancak tedavisi için kullanılması zorunlu olan ilaçlar nedeniyle dopingli olduğu tesbit edilen sporcu, yarış hayvanı sahibi ve sorumlularına suçun işlendiği tarihten itibaren en az bir ay, en fazla bir yıl müsabaka ve faaliyetlerden men cezası verilir.

f-Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğünce görevlendirilen elemanlar tarafından yapılacak kontrollerde üzerlerinde, kamp veya müsabaka yerlerinde, odalarında veya dolaplarında doping maddesi bulunanlara ve görevlilerin aramalarına mani olan veya arattırmaktan

imtina edenlere en az bir ay ile altı ay arasında müsabaka ve faaliyetlerden men cezası verilir.

g-Dopingli oldukları tesbit edilen ve hakkında cezai müeyyide uygulanan sporcu, yarış hayvanı sahibi ve sorumlulukları, antrenörlük kurslarına kabul edilmez. Dopingli sporcunun antrenörü, yarış hayvanı sahibi ve sorumlularının evvelce almış oldukları antrenörlük belgesi, serbest giriş kartı vb. belgeler iptal edilir.

6.2. Hacettepe Üniversitesi Doping Kontrol Merkezi.

7 Nisan 1988 tarihinde Hacettepe Üniversitesi rektörlüğü ve Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü arasında imzalanan protokol ile yurdumuzda da "Doping Kontrol Merkezi" kurulması amacıyla ilk adım atılmıştır. Üniversitenin Eczacılık Fakültesinde kurulması kararlaştırılan merkezin işletilmesi için Fakülte Dekanının başkanlığında ve çeşitli anabilim dallarından birer öğretim üyesi ile Bilimsel Kurul oluşturulmuştur. Bu kurul öncelikle kurulacak olan laboratuvarların her türlü cihaz, kimyasal madde ve eşyalarının satın alınması için çalışmalara başlamıştır. Fiziksel ve sportif aktivitelerin geliştirilmesi ve daha geniş anlamda spordaki gelişmenin etkisi ve uygun bir anti-doping önlem politikalarının gerekliliği gözlenmektedir (27). 1999 yılında IOC geçici akreditasyonu ile Uluslararası bir karşılaşmada doping analizini gerçekleştirdikten sonra Uluslar arası Olimpiyat Komitesi Tıp Komisyonunca tam akreditasyonu amacı ile resmi başvuru yapılmıştır. 2001 yılında IOC akreditasyonu verilmiştir. Ayrıca İSO 17025 akreditasyon belgesi 2002 yılında alınmıştır (28). Doping merkezlerinde genel olarak analiz usulleri ve araştırma metotları ise kromatografi spektroskopisi usulleri, kombinasyon metotları, screening presedürü ve doğrulama analizi ve gazkromatografi screening ve ince tabaka kromatografik tarama gibi laboratuvar teknikleri mevcuttur (1).

7. DOPİNG KONTROLLERİNE KARŞI MÜCADELE

Eğer dopinge karşı bir mücadele var ise doping kontrolüne karşı da bir mücadele olacaktır ve bu mücadele aşağıdaki şekilde organize edilmiştir (7):

a-Birkaç yıl evvel doping kontrolünün karşısında olanlar laboratuvar araştırmalarının ilmi değerinin her zaman inandırıcı ve

emin olmadığını iddia etmişlerdir. Bugüne kadar herkes laboratuvar sonuçlarının inandırıcı olduğunda hemfikirdirler.

b-Sporcuların diğer insanların tedavi edildikleri şekilde doping maddeleri ile tedaviye hakları vardır.

Buna cevap: Bütün hastalıkların yasak olmayan ilaçlarla tedavi imkanı vardır. Gerçekten hasta olan bir sporcunun yarışmaya katılmaması gerekir.

c-Yasaklanmış maddeler, eğer medikal kontrol altında sağlıklı sporculara verilirse tehlikeli değildirler. Buna "ilmi doping" denir.

Buna cevap: Bütün görevli hekimler ve spor görevlileri doping uygulamasının her bakımdan yasaklanması hususunda hemfikirdirler. Fakat yasaklanmış ilaçlar listesi olmasın, ki bu listede bazı maddeler sınırda bulunur, dopinge karşı mücadele imkansızdır.

d-Olimpiyatlarda doping kontrole karşı yapılan son hücum, metodun doğru olmadığı, örneklerin taşınmasının iyi yapılmadığı, örnek şişelerinin iyi kapanmadığı şekline olmuştur.

Motreal Olimpiyatları'ndan sonra anabolik steroid yönünden pozitif çıkmış vakalara uygulanan metotlar üzerinde uzun tartışmalar yapılmıştır. Bu iddiaları önlemek için metodun bütün aşamalarına büyük önem verilmesi gerekir.

e-1996 Atlanta Olimpiyat Oyunlarında bir doping vakası da şöyle gelişmiştir:

Olimpiyat tarihinin en iyi doping kontrolü yapılacağı belirtilen Atlanta'da ilk skandal Avusturyalı atlet Dean Capablonco'nun steroid kullandığının tesbiti ile olmuştur. Capablonco "hayatımda böyle bir olayla karşılaşmadım, mutlaka bir yanlışlık olmalı, ben masumum" diye kendisini savunmuştur. Takımın kafale başkanı John Coates, testin yeniden yapılması için başvurduklarını ve karara itirazlarını belirtmiştir (10).

Avusturyalı atletin itirazı kabul edildi ve Atlanta 96'da yarışmasına izin verildi. Capablonco'nun doping kullandığı saptanmıştı. Fakat doping testlerinin kurallara uygun olarak gerçekleştirilmediğini ve sabotaj olduğunu iddia eden atletin bu itirazı kabul edildi (25).

Doping kullandığı gerekçesiyle Atlanta olimpiyat kafalesinden çıkarılan Avusturyalı atletin tahlilleri temiz çıktı. Capablonco Atlanta'da 100-200-400'de yarışmasına izin verildi (24). Ancak IAAF Hakem Komitesinde atlet suçlu görülürse olimpiyatlardaki dereceleri iptal edilecek. IAAF, kararına dopingi bilmeden almış olmasını

gereke gösterdi (26). Görüldüğü gibi çelişkili ve şüpheli kararlar dopinge mücadeleye karşı mücadele edilmesini doğurmaktadır. Güvenirlik sağlanamadıkça bu gibi benzer karşı mücadelelere rastlanacaktır. Ancak kararlı olmak, yılmadan mücadele etmek, insan sağlığı açısından ve vicdani sorumluluk açısından gereklidir.

8. ÖNEMLİ SPOR ORGANİZASYONLARINDA DOPİNG KULLANIMININ AKTÜEL YÖNÜ

Doping konusu önemini hiç kaybetmemiştir. IOC, tıp komisyonu yolu ile konuyu her zaman canlı tutmuş ve ciddi çalışmaları ile doping kullanımını disiplin altına almaya çalışmıştır. Ama doping kullanımı devam etmektedir. Doping alanında çalışan bir uzmanın dediği gibi, yeni doping maddeleri, metodları bulup çıkarma çalışmaları, doping kontrol çalışmalarının önünde gitmektedir (3).

Birçok önemli spor organizasyonunda ve olimpiyatlarda çeşitli doping vakalarıyla spor camiası adeta sarsılmıştır. 1904 St.Louis Olimpiyat Oyunları'nda maratonda Amerikalı Hicks konyağın üzerine sülfat döküp, strikin içerek doping yaptığı yıllar sonra onaylandı (23).

Meşhur İngiliz atleti Sebastian Coe, Baden Baden'e 1981 yapılan olimpik kongrede yarışmacılar adına yaptığı konuşmada dopingi Olimpik idealin utanç verici bir istismarı olarak nitelemiş konuşmada dopingi olimpik idealin utanç verici bir istismarı olarak nitelemiş ve bu ajanları kullananların ve veren doktorların cezalandırılmalarını istemiştir. 1983'te 400 m. dünya rekortmeni Edwin Moses'in itirafı da oldukça acıdır. Moses'in ifadesine göre Amerikan atletlerinin yarısından fazlası doping kullanmaktadır. 1988 olimpiyatlarında Kanada'lı atlet Ben Johnson'un 100 m. koşusunda dünya rekoru kırarak şampiyon olmasının yarattığı hayranlıktan kısa bir süre sonra bu rekorun arkasında dopingin bulunması spor dünyasında büyük yankılara neden olmuştur. Johnson önce ithamı kabul etmemiş, fakat bilim ve teknik onu yenmiştir. 17 Haziran 1989 tarihli Le Monde gazetesinde yayınlanan Johnson'un aşağıdaki itirafı doping kullanacaklara bir uyarı niteliğindedir. "Yalan söyledim. Ailemden, dostlarımdan bana hayran olan gençlerden utanıyorum. Çok güç durumdayım." Johnson şunu ilave ediyordu: "Bir daha asla doping kullanmayacağım ve gençler sizler de kullanmayın" demiştir (3).

Sporcular profesyonelleştikçe, antrenmanlar ağırlaştıkça, yarışmalar sıklaştıkça, en önemlisi sportif başarıların gerek sporcuya ve gerekse çalıştırana getirdiği maddi kazanç her geçen gün yükseldikçe doping kullanımına eğilim de artmaktadır. Bu arada bireysel ve ulusal prestijin eskiden olduğu gibi bugün de bir faktör olarak rol oynadığı unutulmamalıdır. Doping ile ilgili önemli bir husus da gerçekten bu ajanların sportif performansı artırıp artırmadığıdır. Yapılan araştırmaların çoğu doping maddelerinin sportif performansı artırmadığı yönündedir. Performansa etki eden birçok faktör vardır (teknik, taktik, kondüsyon vs.). Eğer ilaç alınmasından sonra performansta iyileşme tesbit edilirse bunu, etkili o kadar faktör arasından sadece alınan ilaca bağlamak çok güçtür. Bazen pozitif bir etki var gibi görülürse de, bu daha çok psikolojik faktörlere bağlanmaktadır. Şu halde bütün doping maddelerine sportif performansı artırıyor gözüyle bakmak pek mümkün görünmemektedir (3).

Ayrıca sporcular ve idareciler arasında öyle bir kanaat hakimdir ki, yakın geçmişteki çeşitli atletik rekorların kırılmasında anabolik steroid kullanımının önemli bir role sahip olduğu düşünülmektedir. Bu rekorların kırılmasında aynı zamanda antrenman ve eğitim tekniklerinin de gelişmiş olmasının rolü olabileceği gözardı edilmemektedir (29).

Ne yazık ki günümüzde birçok sporcu kısa yoldan ve her ne pahasına olursa olsun kazanmayı bir amaç, doping ajanlarını da bir araç olarak görmektedir (4). Bu anlayış devam ettiği sürece doping aktüel boyutuyla da hep gündemde olacaktır. Doping'in sakıncalarının işlenmesi ve sporcuların eğitilmesi açısından yazılı ve görsel basına önemli görevler düşmektedir. Sporcunun ve eğitimcilerin bilinçlendirilmesi açısından yapılacak yayınların kalitesi ve bilimselliği de önem taşımaktadır. Olumlu yayınlarla doping'in işlenmesi ve gündemde kalması sporcunun dikkatini çekmesi önemlidir.

9. SONUÇ VE ÖNERİLER

Ergojenik yardım fiziksel performansı artırmayı hedefler. Ergojenik yardım beslenme, ilaç, fizyolojik, psikolojik ve mekanik olarak sınıflandırılabilir.

İlaçların etkilerine objektif ve total bilgilerine bakış eksikliği ile insanların psikolojik ve fizyolojik farklılıkları, ergojenik

yardımlardaki farklı tutumların bir parçasıdır. Bundan dolayı araştırmalarda olası fizyolojik etkileri ölçmek için plasebo kullanılabilir.

Besin yardımı glikojen formu, kaslarda glikojen depolandığından dayanıklılık performansını yükseltmekte, bu da yorgunluğun başlangıcının gecikmesine yol açmaktadır.

Ek vitaminlerin alınmasının sporculara herhangi bir yardımı olmadığı gibi, yüksek dozlarda kullanımının zararları olduğu görülmüştür. Su ve elektrolit dengesi aslında normal performansı sağlar.

Şimdiki verilerde anabolik-androjenik steroidlerin vücut gelişiminde ve güçlenmesinde etkili olduğu görülmüştür. Su ve elektrolit dengesi aslında normal performansı sağlar.

Şimdiki verilerde anabolik-androjenik steroidlerin vücut gelişiminde ve güçlenmesinde etkili olduğu görülmüştür. Bununla birlikte dokümanlarda potansiyel tehlikeler karşılaşılmaktadır. İki cins için de kullanımda ayrı tehlikeler söz konusudur. İnsan büyüme hormonu steroidlerle birlikte kullanıldığı tek başına da kullanılmaktadır. Bunlar insan sağlığını riske atan maddelerdir. Steroid ve büyüme hormonlarını almada tek amaç fiziksel gücü artırmaktır. Ancak bu hastalığın gelişmesine yardımcı olacaktır. Amerikan Spor Tıbbi Yüksekokulu, Amerikan Olimpik Komitesi ve diğer spor idarecileri bu maddelerin alınmasına kesinlikle karşıdılar. Steroidler, insan büyüme hormonu, amfetaminler, zararlı maddelerin büyük bir çoğunluğunu kapsar.

Fiziksel maddelerin içinde kan dopingi büyük bir yer tutar. Klinik ve etik nedenlerden dolayı kan dopingi tavsiye edilmez. Ulusal ve uluslar arası yarışmalarda pratikte zararlı (yasak)dır.

Oksijen alımının etkisi aktiviteden önce olması durumunda kısa sürelidir. Diğer türlü oksijen sağlanması etkisizdir.

Sportif performansın artırılmasını sağlayan genlerin, genetik elementlerin, hücrelerin tedavi dışı amaçla kullanımı olarak bilinen gen dopingi hem insan sağlığı için tehlikeli hem de ahlaki değerlere ters düşmektedir. Buna rağmen belki de büyük organizasyonlarda özellikle 2004 Olimpiyatı'nın gündemini gen dopinginin tespiti için yapılan test yöntemleri ve riskleri oluşturacaktır. Bu konuda ilgililerin duyarlı ve hazırlıklı olması gereklidir.

Aspartik asit tuzlarının alıştırmaya performansını yükselttiği kesin değildir. Ancak, alkaline tuzlarının ağır ve kısa süreli alıştırmalarda dayanıklılığı artırdığı görülmüştür.

Sporla ilaç testlerinin sürekli olagelmesi ve gerçekleşmesi fazlaşmaya başlamıştır. Bazı krometografinin/mess spektrometrenin kullanılması, doping maddelerini bulmayı kolaylaştırmış, hatta dakika düzeyinde idrarda kolayca tesbit edilmesini sağlamıştır.

Spor dünyasının en önemli problemlerinden birisi olan ilaç bağımlılığı ve doping olayı çeşitli yönleriyle irdelendiğinde önlenmesi amacıyla dopinge mücadele çalışmaları üzerinde önemle durulması gerektiği ortaya çıkmaktadır.

Her alanda olduğu gibi eğitimin sporda da önemli ve gerekli olduğu ortadadır. Sporunun geleceği ve sağlığı açısından dopingin zararları ancak eğitim yoluyla engellenebilir.

Eğitim, gelişme çağında, çocukluk çağında, ilaçlarla ilgili yeterli bir bilginin verilmesi ve bilinçlendirilmesi ile başlamalıdır. Sadece ilaçlara özgü olarak verilecek bir eğitim de yetersizdir. Doping olayının üstesinden gelebilmek için konuyla ilgili hususların çok iyi incelenmesi ve ilgililerin gerektiği ölçüde bilgilendirilmesi sağlanmalıdır (13).

Sporla performansı artırmak amacıyla ilaç kullanımı, bir yandan daha başarılı olanların haklarını hileli yollarla ele geçirmeye çalışmak, diğer yandan da çevresindekileri kandırmaya çalışması olayıdır. Bu nedenle hem moral, hem medikal, hem de etik nitelikler gösteren doping olayını sadece korkutmayı ve kontrolü kapsayan yaklaşımlarla önleyebilmek mümkün olamaz. İşte bunun içindir ki, durumu öncelikle moral, etik ve medikal yönleri olan bir eğitim olayı olarak ele almak gerekmektedir (13).

-Bütün çabalara rağmen doping yapmakta ve yaptırmakta ısrarlı olan sporcuların uluslar arası önemli organizasyonlarda yarışma şansı olmamalı. Bu sporcular bir kez doping yaptıkları takdirde cezalandırılmalı sonra da ancak ülkelerinde yarışabilmeli, yurtdışı temsilcileri engellenmeli ve böylece caydırıcılık özelliği daha artırılmış olmalıdır.

-Doping yapan sporcuların ülkeleri de bir sonraki büyük organizasyona takım olarak alınmamalı, ki ülkeler de çok ciddi önlemler almaya mecbur kalsınlar.

-Doping yaptığı anlaşılan sporcunun eğitimcisiinden kaynaklandığı tesbit edildiğinde o eğiticiye bir daha spor camiasında iş verilmemelidir.

Amaç; sağlıklı fertlerle saygın ve çağdaş bir toplum oluşturmaktır. Böyle bir toplumun meydana getirilmesinde en önemli unsur toplumsal ahlakın yerleştirilmesi, kötü alışkanlıklardan uzak durmak, beden ve ruh sağlığının gelişmesi ve korunması için spor yapmaktır. Sporu da sportmenliğe ve spor ahlakına yaraşır şekilde yapabilmek ve dürüstlikle başarıyı yakalayabilmek önemlidir. Bu görüş ve anlayış tüm çocuk ve gençlerin temel ilkesi olmalıdır. Bu konuda;

İngiliz olimpiyat eski antrenörü Ron Pickering "Eğer çocuklarımızı spora sokacaksak, bu idealin kısıkanç koruyucuları olmalıyız ve bu ahlak kurallarını çiğneyen birini gördüğümüzde hemen üzerine atlamalıyız. Aksi halde bizden sonraki kuşağa aktardığımız bu değerli mücevheri kaybetmiş oluruz ve ben, benim kuşağımın bunu kollamakta çok başarılı olduğuna inanmıyorum" (21) şeklinde görüş bildirmiştir. Türk spor bilimcileri ve antrenörler, öğretmenler, sporla ilgili eğitim veren kurum ve kuruluşlar ile ailelerin işbirliği bilinçli, kararlı tutumları Türk sporunda ve sporcusunda dopingin yaygınlaşması ve kullanılmasına karşı yapılan mücadeleyi başarılı kılacaktır.

Sporcu düşünceleriyle, bedeniyle barışık olmalı, kendisine maddi-manevi zarar verecek ek maddeleri kabul etmemelidir. Hiçbir büyük başarı ve ödül, beden ve ruh sağlığından daha önemli ve ön planda olmamalıdır.

Bu konuda birey olarak sorumlulukları olan başta spor bilimcileri, antrenör, idareciler, öğretmenler, aileler ve en önemlisi sporcular sağlığa, ahlaki ve kültürel değerlere sahip çıkmalıdır. Ayrıca varolan değerleri yitirmemeli ve bu güzellikleri zedelemeye, zehirlemeye çalışan herkese de gereken tepki gösterilerek yasal önlemler alınmalıdır. Böylece sporcunun hakkı da sağlığı da korunabilir ve gerçek başarılar ortaya çıkartılabilir, doping ile mücadelede hedefe ulaşılır.

Büyük organizasyonlara ve Olimpiyatlara aday durumdaki ülkemizin Doping Kontrol Merkezi'nin imkanları artırılarak resmi büyük organizasyonlarda doping kontrolü (Gen dopingi dahil) yapabilecek seviyeye getirilmesi gereklidir. Böylece ülkemizdeki

doping kontrolleri ve dopinge karşı mücadele çalışmalarının daha başarılı olacağı umulmaktadır.

FAYDALANILAN KAYNAKLAR

1. ACABAY, Ş., *Spor, Sporcu ve Doping*, Milli Eğitim Basımevi, ss.8-9 Ankara 1986
2. AKGÜN, N., *Steroidlere Karşı Mücadele Sürüyor*, Yayın No: 96, ss.12-14, Ankara, 1991.
3. AKGÜN, N., "Spor Hekimliği Açısından İlaçlar, Doping", *Anti-Doping Eğitim ve Doping Kontrolünün Kanuni Yönleri, Olimpik Solidarite Bölgesel Aenoc Kursu*, Hacettepe Üniversitesi Eczacılık Fakültesi Doping Kontrol Merkezi, ss.31-34, Ankara 1-3 Mayıs 1991.
4. ARIKAN, A.N., *Yüksek Performans Sporlarında Doping Kullanımına Karşı Mücadele Çalışmalarının Tarihsel Gelişimi ve Aktüel Durumu*, Yayınlanmamış Doktora Semineri, G.Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara, 1996.
5. Bundesinstitut für sportwissenschaft, *Doping*, Köln, 1987, s.22..
6. CENGİZLER, J., HASÇELİK, Z. ve ÖZKER, R., "Ergojenik Yardım ve Doping", *Spor Hekimliği Dergisi*, c.24, 1989, s.3, ss.83-93.
7. DIRIX, A., "Olimpiyatlarda Doping Kontrolünde Prensipler ve Özel Problemler", *Spor Hekimliği Dergisi*, (Çev. N.Akgün), c.14, s.2, ss.15-25, İzmir, 1979
8. *Doping Mücadele Vakfı Yayınları*, *Doping ve Bilinmesi Gerekenler*, No:1, s, Ankara, 1996.
9. ERGEN, E., "Sporda İlaç Kullanımının Medikal ve Etik Yönleri", *Olimpik Solidante Bölgesel Aenoc Kursu*, 1-3 Mayıs 1991, Hacettepe Üniversitesi, Ankara, 1991.
10. *Fanatik Gazetesi*, 17.7.1996 tarihli nüsha, s.6.
11. FOX, E.L., BOWERS, R.W. ve FOSS, M.L., *The Physiological Basis of Physical Education and Athletics*, Fourth Edition, Saunders College Publishing, ss. 631-645, Philadelphia 1988.
12. GÜÇLÜ, M., "OIC' nin Doping ve Ergojenik yardımla ilgili Kararları ve Gelişimi" *Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Doktora Seminer Çalışması*, Ocak, 1997, Ankara.
13. HINCAL, A.A., "Anti Doping Eğitim ve Doping Kontrolünün Amacı, Stratejisi ve Önemi", *Anti-Doping Eğitim ve Doping Kontrolünün Kanuni Yönleri, Olimpik Solidarite Bölgesel Aenoc Kursu*, Hacettepe Üniversitesi Eczacılık Fakültesi Doping Kontrol Merkezi, Ankara, 1-3 Mayıs 1991, ss.35-40.
14. İMAMOĞLU, O., "Sporda Doping", *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, s.6, Samsun 1991, ss.93-96.
15. İMRZALIOĞLU, N., "Gen Dopingi" *Dirim Aylık Tıp Gazetesi*, s.49-50, İstanbul, Mart-Nisan 2003
16. İŞLEĞEN, Ç., "Doping Metotları ve Doping Yapan Madde Grupları Listesi", *Dirim Mecmuası*, S.1, s.7, İstanbul, 1977,
17. KONOPKA, P., *Spor, Beslenme, randıman*, *Sandoz Kültür Yayınları*, No:8, s.196, 1985,
18. *Milliyet Gazetesi*, 17.7.1996 tarihli nüsha, S.24.

19. ÖNGEL, H.B., *Sporda Etik Değerler Açısından Doping*, G.Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim dalı, Ankara, 1996.
20. ÖZEL, R., *Haltercilerde Doping Kullanım Metotları ve Yaygınlığının Araştırılması*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, G.Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara, 1995.
21. ÖZTÜRK, H., "*Performans Sporlarında Doping ve Ahlak*" Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Entitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Doktora Seminer Çalışması, Ocak, Ankara., 1997.
22. *Resmi Gazete*, 4.11. 1993 tarih ve 21748 sayılı , s.2
23. *Sabah Gazetesi*, 16.7.1996 tarihli nüsha, s.23
24. *Sabah Gazetesi*, 19.7.1996 tarihli nüsha, s.23
25. *Sabah Gazetesi*, 27.7.1996 tarihli nüsha, s.22
26. *Sabah Gazetesi*, 19.7.1996 tarihli nüsha, s.12.
27. TEMİZER, A., "Dopingle Mücadelede Doping Kontrol Laboratuvarlarının Tarihi Yeri ve Önemi", *Anti-Doping Eğitim ve Doping Kontrolünün Kanuni Yönleri, Olimpik Solidarite Bölgesel Aenoc Kursu, Hacettepe Üniversitesi, Eczacılık Fakültesi Doping Kontrol Merkezi*, Ankara, 1-3 Mayıs 1991, ss.83-88.
28. *Türkiye Doping Kontrol Merkezi Broşürü*, 1 Ocak 2003
29. UMA, S., "Anabolik Steroitler", *Anti-Doping Eğitim ve Doping Kontrolünün Kanuni Yönleri, Olimpik Solidarite Bölgesel Aenoc Kursu, Hacettepe Üniversitesi, Eczacılık Fakültesi Doping Kontrol Merkezi*, Ankara 1-3 Mayıs 1991, ss.55-58.

İLETİŞİM ADRESİ

Yrd. Doç. Dr. Metin YAMAN

Sakarya Üniveristesi

Eğitim Fakültesi

Beden Eğitimi ve Spor Bölüm Başkanı

54300 Hendek / Sakarya

e-posta: yamanm@sakarya.edu.tr

Yrd. Doç. Dr. Gülten HERGÜNER

Sakarya Üniveristesi

Eğitim Fakültesi

Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Öğretim Üyesi

54300 Hendek / Sakarya

e-posta: herguner@sakarya.edu.tr

Yrd.Doç. Dr. Çetin YAMAN

Sakarya Üniversitesi

Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Öğretim Üyesi

54000 Sakarya

e-posta: ctnyaman@sakarya.edu.tr

HEGEL'İN TARİH FELSEFESİ İLE COLLINGWOOD'UN TARİH TASARIMININ KARŞILAŞTIRILMASI

Dr. İbrahim DAŞKAYA

ÖZET

Bu çalışmada birkaç ana öge çerçevesinde Hegel ile Collingwood'un tarih hakkındaki görüşleri karşılaştırılmaktadır. Her ne kadar bu filozoflar arasında önemli benzerlikler varsa da, farklılıklar da oldukça önemlidir. Söz konusu farklılıkların temellendiği yer, her iki düşünürün de düşünce sistemlerini oluşturan bazı öğelerin aynı anlama geldikleri tezinin hatalı olduğunun gösterilmesidir.

ANAHTAR SÖZCÜKLER: Neden-Etki; Sebep-Ereke; Akıl; Doğal süreçler/Tarihsel süreçler

SUMMARY

In this article we compare Hegel's and Collingwood's views on history. Although there are important similarities between them, the differences are striking. The basis for the latter is some main components their history of philosophy, which suggests that these components have same meaning in their views.

KEYWORDS: Cause-Effect; Reason-End; Reason; Natural processes/Historical processes

GİRİŞ

Bu çalışma, *F.Hegel*'in tarih felsefesinin ana öğeleriyle, *G.Collingwood*'un tarih tasarımı'nın ana öğelerinin karşılaştırılmasını içerir. Bu amacı gerçekleştirmek için, önce Hegel'in tarih görüşünün dayanaklarına, sonra da Collingwood'un tasarımı'nın dayanaklarına bakılmalıdır. Dolayısıyla, bu düşünürlerin tarih hakkındaki görüşlerinin ana öğelerinin neler olduğu saptanmalıdır. Bu amaçla Hegel'in *Tarihte Akıl* adlı yapıtı ve Collingwood'un *Tarih Tasarım* adlı yapıtının Hegel ile ilgili kısmı ve kendi görüşlerini anlattığı bölümleri kaynak olarak alındı. İncelenen filozofların tarih üzerine düşüncelerini kavramak için, işaret edilenlerden başka ve daha çok ya da daha az ana öğeden söz edilebilirdi, ancak burada karşılaştırmaya en uygun görülen öğeler ele alındı. Hegel'i okurken karşılaştırmaya en