



# KIBERSPORTDA TAQIQLANGAN DORILAR



## **Nima uchun dorilar kibersportda taqiqlangan?**

**Raqobatbardosh o'yinlarning o'sishi  
Kibersport, yoki esports, juda raqobatbardosh, professional  
soha sifatida rivojlandi.**

### **Adolat va halollik**

- Taqiqlangan dorilar o'yinchilarga adolatsiz ustunlik berishi mumkin, bu esa adolatli o'yin ruhini zaiflashtiradi.
- Teng sharoitlarni saqlash ishonchlik va auditoriya ishonchini ta'minlash uchun muhimdir.

### **Sog'liq va xavfsizlik**

- Ba'zi moddalar sog'liq uchun xavf tug'diradi, ayniqsa uzoq vaqt o'ynaganda.
- Tartibga solish o'yinchilarni va esportsning obro'sini himoya qilish uchun mo'ljallangan.

# Taqiqlangan moddalar va ularning ta'siri



## Stimulantlar

- Adderall va Ritalin kabi dorilar, diqqat va reaksiya vaqtini oshirish uchun ba'zida ishlatiladi.
- Ushbu dorilar ADHD uchun belgilangan, lekin kognitiv ko'tarish uchun suiiste'mol qilinishi mumkin.
- Yon ta'sirlari qiyinchilik, tashvish va yurak muammolarini o'z ichiga oladi

## Beta-blokatorlar va sedativlar

- Yuqori bosimdagi o'yinlarda nervlarni kamaytirish va qo'llarni barqarorlashtirish uchun ishlatiladi.
- Beta-blokatorlar yurak urishini va tashvishni kamaytiradi, lekin xulq-atvorni buzishi mumkin.
- Sedativlar uyquchanlik va aqliy keskinlikning pasayishiga olib kelishi mumkin



# Misollar: Kibersportda dorilarni ishlatish



## 2015 ESL Skandali

Eng yaxshi o'yinchi katta turnirda Adderall ishlatganini tan oldi, bu esa dorilarni tekshirishni yanada kuchaytirdi.



## WADA va Kibersport

Butunjahon antidoping agentligining ro'yxati hozirda ko'plab kibersport ligalarining taqiqlangan moddalariga ta'sir ko'rsatmoqda.



Ba'zi jamoalar endi o'yinchilarga xavfsiz amaliyotlar bo'yicha ta'lim berish va kuzatish uchun mutaxassislarini jalb qilmoqda.



# Kybersportda taqiqlangan moddalar bo'yicha tushunchangizni sinab ko'ring

## Savol 1:

Nima uchun kibersportda teng sharoitlarni saqlash muhim?

## Savol 2:

Kybersportda Adderall kabi stimulantlardan foydalanishning potentsial salbiy ta'sirlari nimalardan iborat?

## Savol 3:

Beta-blokatorlar yuqori bosimdagi kibersport o'yinlarida o'yinchilarga qanday ta'sir ko'rsatadi?



# Kybersportda taqiqlangan moddalar bo'yicha tushunchangizni sinab ko'ring

## 1-javob:

Adolat va halollik kibersport musobaqalarining ishonchliligi hamda tomoshabinlarning ishonchi uchun juda muhimdir.

## 2-javob:

Stimulyatorlar e'tiborni va reaksiya tezligini oshirishi mumkin, biroq ular uyqusizlik, xavotir, yurak muammolari kabi holatlarga olib kelib, o'yinchining salomatligi va uzoq muddatli faoliyatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

## 3-javob:

Beta-blokerlar yurak urishini va xavotirni kamaytirish orqali asabiylikni pasaytirib, qo'llarning qaltirashini bartaraf etishi mumkin. Biroq, ular fikrlash qobiliyatini susaytirib, o'yin davomida optimal qaror qabul qilishga to'sqinlik qilishi mumkin.



# Xulosa: asosiy xulosalar

## Nimalarni o'rgandik?

Kibersportda taqiqlangan dorilar adolatli o'yin va o'yinchi sog'lig'iga tahdid soladi.

- Taqiqlangan keng tarqalgan moddalar qatoriga stimulantlar va beta-blokatorlar kiradi, har birining o'ziga xos xavflari mavjud.
- Skandallar esports jamoasida qattiqroq qoidalar va sog'liq tashabbuslarini keltirib chiqardi.

## Dunyo Ahmiyati

Kibersport rivojlanishda davom etar ekan, ushbu tartibga solishlarni tushunish o'yinchilar, muxlislar va tashkilotchilar uchun muhimdir.



# Nima uchun o'yinchi sog'ligi kibersportda muhim?

Uzoq o'yin sessiyalari stress va charchoqqa olib kelishi mumkin, bu esa o'yinchilarning farovonligini xavf ostiga qo'yadi.

Yaxshi salomatlikni saqlash aqliy diqqatni, barqaror ishlashni va uzoq muddatli kareralarni qo'llab-quvvatlaydi.



## Stimulantlar

CNS stimulyatorlari sportda charchoqni kamaytirish va hushyorlikni, raqobatbardoshlikni va tajovuzkorlikni oshirish uchun ishlatiladi.



Stimulyatorlar ba'zan yuqori deb ataladi va charchoqning aqliy va jismoniy vazifalarga ta'sirini bekor qiladi.



Stimulyatorlarning terapevtik darajasi hayajonlanish, uzoq vaqt uyg'onish va ishtahani yo'qotishi mumkin. Stimulyatorlarning katta dozalari qabul qilinganda bu ta'sirlar ancha kuchayadi.



Stimulyatorlar miyyadagi ba'zi kimyoviy moddalar darajasini oshiradi. Shuningdek, ular yurak urishini tezlashtiradi va qon bosimini oshiradi.

## Beta-blokatorlar

### Sportda beta-blokerlar nima uchun ishlatiladi?

Beta-blokerlar yurak urish tezligini pasaytiradi va kuchli bo'shashtiruvchi ta'sirga ega bo'lganligi sababli, shuningdek, mushaklarning titrashini oldini olganligi sababli, doping maqsadlarida suiiste'mol qilish alohida aniqlik va konsentratsiyani talab qiladigan sport turlarida sodir bo'ladi,



Bu yurak urish tezligi, qon bosimi va yurak qisqarishi kuchining pasayishiga olib keladi. Ushbu fiziologik javoblarni kamaytirish orqali beta-blokerlar tashvish belgilarini yengillashtirishga va yurakdagi ish yukini kamaytirishga yordam beradi.



Mushaklarning qaltirashini oldini olganligi sababli, doping maqsadlarida iste'mol qilish alohida aniqlik va konsentratsiyani talab qiladigan sport turlarida uchraydi.