ISSN : 1112-4032 المجلة العلمية العلوم و التكنولوجية للنشاطات البدنية و الرياضية
مجلة علمية سداسية محكمة
eISSN 2543-3776 العدد الخامس عشر الجزء الأول جوان 2018م

الوعي بمخاطر وأضرار المنشطات لدى لاعبي كرة القدم
القسم المحترف "1"و"2" من البطولة الجزائرية

غوال عدة [1] – كوتشوك سيدي محمد [2] – بن قوة علي [3]
[1] مخبر تقويم النشاطات البدنية والرياضية جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم
[2] مخبر تقويم النشاطات البدنية والرياضية جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم
[3] مخبر تقويم النشاطات البدنية والرياضية جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

الملخص:
انطلاقا من ظاهرة تفشي تعاطي لاعبي كرة القدم بعض المواد المنشطة المحظورة بهدف التألق أو محاولة الارتفاع بالمستوى البدني والأداء الرياضي من خلال الاستعانة بطرق مختلفة كالحقن بالإبر و...الخ هدفت دراستنا الحالية إلى معرفة مستوى إدراك اللاعبين المحترفين في كرة القدم الجزائرية بمدى أهمية الوعي الصحي خلال مسيرتهم الرياضية وخطورة وأضرار المنشطات على صحتهم في المدى القريب والبعيد وعلى حياتهم، بالإضافة إلى معرفتهم أهم المواد المنشطة المحظورة والممنوعة كيميائية كانت أو طبيعية ومعرفتهم أهم القوانين والعقوبات. ومن اجل تحقيق ذلك أجري البحث على عينة مكونة من 92 لاعب كرة القدم يمثلون القسمين الأول و الثاني لرابطة كرة القدم الجزائرية المحترفة.وخلصت الدراسة الى النتائج التالية :أن الأغلبية يؤكدون على تفشي هذه الظاهرة بين اللاعبين في الوسط الكروي دون دراية بخطورة وأضرار هذه المنشطات على صحتهم وحياتهم.
الكلمات المفتاحية: الوعي، مخاطر، أضرار، المنشطات

The study of the healthy conscious importance about the Doping prejudices and danger for the football players".
The Algerian professional championship as a sample

Abstract:
This study attempts to shed light on the role of developing the scientific and cultural level of the players towards the danger of dopage In bad of this, the researchers adopted both the qualitative and quantitative paradigms.
Throughout a test and questionnaire of three phases; whish are the cultural and scientific level of the players about dopage and its bad effects, the cultural and devising programs about it and the player's attitude toward the planning rules of taking drugs.
The samples were 90 players who were chooser and only from the first and second professional league who were asked about this phenomenon and it's prevent and future disadvantages and the playing rules.
After the data analysis, the results show the crucial role of developing the cultural and scientific level of the players towards the problem of dopage and the demand to assist the right healthy thinking of the players to choose the right healthy food and natural nontoxic treatments.
They researchers finally suggest teaching the health education in all the levels to prevent the future generation from this problem.

Keywords: Doping. Prejudices. Danger. Professional championship.

➢ المقدمة:

تنفق حكومات العالم أموالا طائلة لتجعل كل المواطنين على وعي بأهمية الصحة، وتنشر الكثير من الكتيبات والنشرات الطبية التي تدعم هذا المفهوم وتزيد في تعزيز المعرفة)سلامة(1997 باعتبار أن الصحة أعظم الثروات التي يتمتع بها الإنسان، وتزيد إنتاجيته في عمله، وفي الوقت ذاته يصبح قادراً على الاستمتاع بحياة صحية كاملة خالية من الأمراض والمشكلات الصحية. المنشطات او المواد المحظورة في كرة القدم والرياضات عموما .. موضوع كان وما زال محلا للجدل القانوني والبحث العلمي (julie.M, 2001) و المواد المنشطة هي كل مادة أو دواء يدخل الجسم لزيادة نشاط العضلات أو الكفاءة البدنية للحصول على انجاز رياضي بطرق غير مشروع. وتعتبر قائمة «العقاقير المنشّطة» المحظورة أحد الأمثلة لما على اللاعبين والمدربين و المسؤولين في الوسط الرياضي معرفة تأثيراتها خطيرة والمنتشرة مؤخرا مثل الهرمونات المحفزة للتفاعلات الايضية ومادة الأمفيتامين والكوكايين. حيث تؤكد الوكالة العالمية لمكافحة المنشطات أن تعاطيها بكثرة ستنجم عنه أمراض خطيرة كالعقم وأمراض القلب والكبد. وفي نهايات القرن الماضي استطاعت الوكالة العالمية لمكافحة المنشطات تختص بتحديث قائمة المنشطات واستحداث طرق الكشف عنها وصارت المرجعية الأساسية للجنة الأولمبية الدولية وللاتحاد الدولي لكرة القدم اذا اعتبرنا ان الاتحاد الدولي لكرة القدم يشرف علي ما يزيد عن 250 مليون لاعب ولاعبة فان الجزم بحجم تعاطي المواد المحظورة يعد ضربا من الاستحالة لتعذر الكشف علي كل اللاعبين في كل المنافسات. وبحسب إحصائيات الوكالة فان معدل الكشف على المنشطات لدي لاعبي كرة القدم في العام كان بمعدل 30.000 عينة في العام بعضها يتم بطريقة عشوائية والبعض بطريقة منظمة لكل اللاعبين كما حدث في كاس العالم 2014. ولصعوبة إشراف الفيفا مباشرة علي أكثر من 250 مليون لاعب فانه يشرف مباشرة علي الكشف عن المنشطات علي لاعبيه في البطولات التي ينظمها مباشرة مثل كاس العالم لكل الفئات من الجنسين وكأس القارات بينما يترك الأمر في باقي البطولات للاتحادات القارية والاتحادات الوطنية ويشرف الفيفا علي القرار النهائي. كما أسلفنا فان تعاطي المواد المحظورة بعلم وبغير علم فيه ما يضر اللاعب وما يخل بشرف التنافس ولهذا جاءت القوانين رادعة للمخالفين وغالبا العقوبة تبدأ من 4 سنوات إيقاف. (حسن، 2006)

وإضافة إلى تأثيراتها السلبية على نزاهة النتائج، بكل التداعيات الإعلامية والرياضية والاقتصادية والأخلاقية والعقوبات فإن هناك تأثيرات سلبية بدنية ونفسية وصحية تطال بشكل مباشر اللاعبين المتعاطين لهذه المواد وعلى حياتهم الصحية ومن هنا تبرز أهمية البحث المتمثل في إلقاء الضوء على ظاهرة تعاطي المنشطات في الوسط الرياضي الاحترافي لدى لاعبي كرة القدم الجزائرية التي تهدد صحة الرياضيين وأخلاقيات اللعبة. لقد أثبتت جميع الدراسات العلمية التي قام بها الباحثون والأطباء والعلماء، إن المنشطات لها أضرار

صحية خطيرة على صحة الرياضيين تؤدي إلى أعراض مرضية غير طبيعية وتكون سببا للوفاة في بعض الأحيان (الطويل، 2015) ، حيث انتشرت هذه الظاهرة وأدت إلى فضائح لطخت سمعة كرة القدم الجزائرية حيث عدد كبير من الفحوصات لكشف المنشطات اجري هذا الموسم و 4 حالات فاضحة كشفت المستور من ممارسات اللاعبين بحسب "جمال الدين دمرجي" رئيس اللجنة الطبية بالاتحادية الجزائرية لكرة القدم فإثنين من الحالات التي تم الكشف عنها من خلال الفحوصات تتعلق بتناول "الاكستازي " و هي نوع من المخدرات المعقدة والخطيرة بالإضافة إلى حالة واحدة لتناول الكوكايين وبالتالي فإن الأمر غير عادي ويستدعي الوقوف مليا" وهذا من أجل التألق وكسب الأموال وتعويض النقص البدني.. خاصة وأن جل اللاعبين في البطولة الوطنية يجهلون المواد وقائمة الأدوية الممنوع تداولها قبل اللقاءات، كما أن بعض الأطباء الذين يرافقون أندية القسمين الأول والثاني، يجهلون أيضا المواد والأدوية التي يمنع استعمالها، حيث تعرف القائمة تحديثا مستمرا من طرف الهيئات الدولية، ولا توجد متابعة دورية من طرف اللجان الطبية الجزائرية، مما يؤدي إلى أضرار ومخاطر صحية التي يصاب بها اللاعبون على مدى القريب أو البعيد وقد تودي بحياتهم فتعتبر هذه من المشكلات الرئيسية التي حفزت الباحثون في معرفة مستوى وعي اللاعبين بالمخاطر والأضرار الصحية التي تسببها هذه العقاقير والمنشطات من أجل التقليل أو الحد منها والمحافظة على مستقبلهم الرياضي والإبقاء على القيم و المبادئ المنافسة الشريفة و الأخلاق الرياضية السامية ومنه نطرح التساؤل التالي:

- ✓ ما مستوى الوعي الصحي لدى لاعبي كرة القدم القسم المحترف الأول و الثاني من البطولة الجزائرية اتجاه مخاطر و أضرار المنشطات ؟
- ✓ و الهدف من هذا البحث يكمن في :
- ✓ معرفة أهم الأسباب الرئيسية لتعاطي اللاعبين للمواد المنشطة.
- ✓ مدى اطلاع اللاعبين على المواد المنشطة المحظور استخدامها وعلى القوانين والعقوبات الجديدة في حالة ثبوت تعاطي المواد المنشطة
- ✓ مدى وعي اللاعبين بأضرار والمخاطر الصحية عند تعاطي المواد المنشطة وعلى بعض الحالات المرضية التي تسببها هذه المواد.
- ✓ المساهمة في إيجاد الحلول الفعلية لتقليل أو الحد من تفشي ظاهرة المنشطات لدى لاعبي كرة القدم والطرق المثلى لتخلص منها.

وعليه فرضنا أن :

1. هناك نقصا في مستوى الوعي الصحي للاعبي كرة القدم القسم المحترف الأول والثاني من البطولة الجزائرية اتجاه مخاطر وأضرار المنشطات.

2. المخاطر والأضرار الصحية والأمراض التي تسببها المواد المنشطة من أهم أسباب تخوف اللاعبين مقارنة مع توقف المسار الرياضي أو التعرض للعقوبات.

➢ المنهجية والأدوات:

- **منهج البحث :**

نظرا لمتطلبات موضوع بحثنا ومشكلته المتعلقة بأخطار وأضرار المنشطات لدى لاعبي كرة القدم اعتمد الباحثون على المنهج الوصفي التحليلي الذي يهدف إلى دراسة وصف الظاهرة وذلك من خلال جمع البيانات وتصنيفها وتدوينها ومحاولة تفسيرها وتحليلها.

- **عينة البحث :**

تمثل المجتمع أصلي في جميع أندية القسم الوطني المحترف الأول والثاني في البطولة الجزائرية لكرة القدم والتي بلغ عددها 32 فريق، (16 من القسم الأول، 16 من القسم الثاني) بمجموع 800 لاعب، فأما عينة البحث تم اختيارها بطريقة عشوائية متمثلة في 92 لاعب محترف لكرة القدم وهذه الفرق ممثلة في مجموعة من اللاعبين صنف الأكابر.

جدول (01): يبين البيانات الشخصية لعينة الدراسة.

المستوى الدراسي	ت	%
متوسط	25	27.2
ثانوي	38	41.3
جامعي	29	31.5
الخبرة	ت	%
المتوسط	56	% 60.8
المجموع	92	100

كما هو موضح من خلال نتائج في الجدول أعلاه أن غالبية أفراد عينة الدراسة لها مستوى ثانوي بنسبة (47.3 %)، فيما بلغ اللاعبين ذوي المستوى الجامعي (31.5 %)، يليهم أصحاب المستوى الدراسي أقل بنسبة (21.2 %)، كما أن غالبية أفراد عينة الدراسة أي بنسبة (60.8 %) لديهم أكثر من 5 سنوات خبرة في هذا المستوى .

- **أداة البحث:**

تمثلت في استعمال الاستبيان لجمع معلومات وتمحور حول :

المحور الأول :يحتوي على 13 سؤالا يبين أهم أسباب تعاطي اللاعبين للمواد المنشطة ومدى اطلاع على قائمة المواد المحظورة وعلى القوانين والعقوبات.

المحور الثاني: تحتوي على 08 أسئلة وهي تظهر مدى وعي اللاعبين بمخاطر وأضرار المنشطات والأمراض التي تسببها هذه المواد المنشطة وعلى الاقتراحات لمواجهتها.

- **المجال الزمني** :قام الباحثون بالدراسة أثناء الموسم الرياضي 2015 – 2016.

➢ **النتائج**: ***عرض النتائج ومناقشتها.***

أسفرت الأسئلة وما تبعها من نتائج المعالجات الإحصائية أن يستخلص الباحث النتائج التي سنقوم بعرضها:

جدول (01):رأي اللاعبين في أسباب تعاطي المنشطات ؟

	تألق وكسب المال		تعويض النقص البدني		الإدمان		المجموع	
	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%
عينة البحث	42	33.6	78	62.4	05	04	125	100

من خلال نتائج الجدول السابق نلاحظ أن نسبة كبيرة من اللاعين أي 62.4 % يرون أن من أهم أسباب تعاطي اللاعبين للمنشطات هي من أجل تعويض النقص البدني والأداء الجيد أثناء المنافسة وتفادي هبوط مستوى أداء اللاعب. كما أن نسبة أخرى من اللاعبين 33.6% يرون أن كذلك أسباب تعاطي المنشطات من أجل الشهرة وكسب الأموال. حيث أن فئة أخرى من الرياضيين بنسبة 4% لا تخفي أن فيه بعض اللاعبين المدمنين على المنشطات والسهرات الليلية.. ففي الخلاصة تعتبر هذه من أهم أساب تعاطي اللاعبين للمواد المنشطة من أجل تعويض النقص البدني والقدرة الإسترجاعية وتفادي هبوط المستوى أثناء المنافسة وكسب الأموال.

جدول (02): يبين مدى اطلاع اللاعبين على المواد المنشطة المحظور استخدامها ؟

	مواد كيميائية (اصطناعية)		مواد طبيعية		مكملات غذائية ومنبهات		المجموع	
	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%
نعم	11	12.9	46	54.1	28	32.9	85	100
لا	81	42.4	46	24.08	64	33.5	191	100

أشارت النتائج كما هو مبين في الجدول أعلاه ومن خلال تكرار الإجابات أن غالبية أفراد عينة الدراسة 191 تكرار غير مطلعين على قائمة المواد المنشطة المحظورة أي 42 % حول قائمة المواد الكيميائية أو الاصطناعية، و 24 % حول المواد الطبيعية و 33 % حول بعض المكملات الغذائية. كما فيهم من هم على إطلاع على قائمة بعض المواد المحضورة فكانت الإجابات كالتالي نسبة 12 % منهم على علم ببعض المواد المنشطة الكيميائية، ونسبة 54 % على إطلاع ببعض المواد المنشطة الطبيعية ونسبة 32 % منهم على علم ببعض المكملات الغذائية والمنبهات. ففي الخلاصة نستنتج أن أغلبية اللاعبين ليسوا على إطلاع بقائمة المواد المنشطة المحضورة التي تصدرها الوكالة العالمية لمكافحة المنشطات ورغم هذا فيه بعض اللاعبين هم على علم ببعض المواد المنشطة سواء الكيميائية أو الطبيعية التي تستعمل عن طريق الحقن أو بعض المواد كالحشيش والكوكايين.. والمكملات الغذائية والمشروبات المنبهة.

جدول (03):مدى وعي اللاعبين بأضرار والمخاطر الصحية عند تعاطي المواد المنشطة وعلى بعض الحالات المرضية التي تسببها هذه المواد ؟

	نعم		الى حد ما		لا		المجموع	
	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%
عينة البحث	15	16.3	51	55.4	26	28.2	92	100

نستنتج من نتائج وإجابات الجدول السابق أن نسبة كبيرة من اللاعبين 55 % لديهم وعي إلى حد ما بمخاطر وأضرار الصحية وبعض الحالات المرضية التي تسببها هذه المواد. بينما نسبة من اللاعبين 28 % ليسوا على علم بأضرار الصحية التي تسببها المنشطات. فنستخلص أنه رغم وعي بعض اللاعبين إلى حد ما بأضرار والمخاطر التي تلحقها المنشطات بصحتهم إلا أنهم يجازفون ويغامرون في تعاطيها من أجل الأسباب السالفة الذكر، ومنهم على غير علم بهذه المخاطر الصحية.

جدول (04):مدى اطلاع اللاعبين على القوانين والعقوبات الجديدة في حالة ثبوت تعاطي المواد المنشطة ؟

	نعم		الى حد ما		لا		المجموع	
	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%
عينة البحث	31	33.6	54	58.6	7	07.6	92	100

نستنتج من نتائج وإجابات الجدول السابق أن نسبة كبيرة من اللاعبين 58 % على إطلاع إلى حد ما على القوانين والعقوبات في حق اللاعبين الذين يثبت تعاطيهم للمنشطات والتي قد توقف المسار الرياضي للاعب. لكن نسبة من اللاعبين 7 % ليست لديهم معلومات حول طريقة الفحص والكشف وأنواع العقوبات ودرجاتها التي تبدأ بأربعة (4) سنوات وتقل إلى سنتين. فنستخلص أن اللاعب الذي يتعاطى المنشطات يعي جيدا أن هناك قوانين وعقوبات ردعية للمخالفين قد تنهي مسارهم الكروي.

جدول (05):رأي اللاعبين حول أكثر حالة التي يتخوف منها اللاعب المتعاطي للمواد المنشطة ؟

	التعرض للعقوبات		نهاية المسار الرياضي		المخاطر الصحية		المجموع	
	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%
عينة البحث	10	10.8	06	06.5	76	82.6	92	100

من خلال نتائج الجدول السابق نلاحظ أن نسبة كبيرة من اللاعبين أي 82.6 % يرون أن المخاطر الصحية والأمراض التي يمكن أن يتعرض لها اللاعب المتعاطي للمواد المنشطة من أهم الأسباب التي يتخوف منها اللاعبون مقارنة مع المخاوف الأخرى كنهايته للمسار الرياضي بنسبة إجابات اللاعبين10% أو تخوف من التعرض للعقوبات بنسبة إجابات 6%. فتعتبر هذه النتيجة من أهم النتائج التي تحصلت عليها الدراسة أن المخاطر الصحية والأمراض التي يتعرض لها اللاعبون المتعاطون تصبح من أهم الوسائل التي يجب توعيتها من أجل محاربة التعاطي المنشطات.

➢ الاستنتاجات العامة للدراسة:

✓ من أساب تعاطي اللاعبين للمواد المنشطة بالدرجة الأولى من أجل تعويض النقص البدني والقدرة على السرعة الإسترجاعية وتفادي هبوط المستوى أثناء المنافسة بالإضافة إلى أسباب أخرى من أجل كسب الأموال. كما لا يخفى أن البعض يتعاطون من أجل المساعدة على السهر واللهو..

✓ كما نستنتج أن أغلبية اللاعبين ليسوا على إطلاع بقائمة المواد المنشطة المحضورة التي تصدرها الوكالة العالمية لمكافحة المنشطات ورغم هذا فيه بعض اللاعبين هم على علم ببعض المواد المنشطة سواء الكيميائية أو الطبيعية التي تستعمل عن طريق الحقن أو بعض المواد كالحشيش والكوكايين.. والمكملات الغذائية والمشروبات المنبهة.

✓ نستنتج أيضا أنه رغم وعي بعض اللاعبين إلى حد ما بأضرار والمخاطر التي تلحقها المنشطات بصحتهم إلا أنهم يجازفون ويغامرون في تعاطيها من أجل الأسباب السالفة الذكر، ومنهم على غير علم بهذه المخاطر الصحية.

✓ كما نستنتج أيضا أن اللاعبين الذي يتعاطون المنشطات يعوا جيدا أن هناك قوانين وعقوبات ردعية للمخالفين قد تنهي مسارهم الكروي.

✓ من أهم إستنتاجات الدراسة أن نسبة كبيرة من اللاعبين أي 82.6 % يرون أن المخاطر الصحية والأمراض التي يمكن أن يتعرض لها اللاعب المتعاطي للمواد المنشطة من أهم الأسباب التي يتخوف منها اللاعبون مقارنة مع المخاوف الأخرى كنهايته للمسار الرياضي أو تخوف من التعرض للعقوبات.

➢ المناقشة: مناقشة الفرضيات:

– مناقشة الفرضية الأولى:

من خلال الفرضية الأولى على أنه هناك نقصا في مستوى الوعي الصحي لدى لاعبي كرة القدم القسم المحترف الأول والثاني من البطولة الجزائرية اتجاه مخاطر وأضرار المنشطات موافقا راي (د.المزروع، 2005)، و من خلال النتائج المتحصل عليها و التي سبق ذكرها، لم تتحقق هذه الفرضية فالملاحظ أن لدى لاعبي كرة القدم مستوى مقبول في الوعي الصحي اتجاه مخاطر وأضرار وبعض الأمراض التي تسببها المنشطات، و يمكن تفسير ذلك أن اللاعبين يجازفون ويغامرون في تعاطي هذه المواد من أجل التألق والأداء الجيد أثناء المنافسة بغية الشهرة وكسب الأموال.

– مناقشة الفرضية الثانية:

أما الفرضية الثانية والمتمثلة في أن المخاطر والأضرار الصحية والأمراض التي تسببها المواد المنشطة من أهم أسباب تخوف اللاعبين مقارنة مع توقف المسار الرياضي أو التعرض للعقوبات وهذا ما اشار اليه (حمزة، 2015). فمن خلال النتائج نلاحظ أن الفرضية تحققت وخاصة عندما يتعلق الأمر بصحة الرياضي على حساب شهرته ومستقبله الرياضي والعائد المادي وهذا ما يعطي مشكلة كبيرة في هذا الموضوع وفي محاربة هذه الظاهرة العالمية وفي جميع الرياضات حيث هدفت هذه الدراسة إلى زيادة والتركيز على الجانب الوعي الصحي وأهم المخاطر الصحية والأمراض التي يمكن أن تسببها المواد المنشطة والتي قد تؤدي أيضا بحياتهم وهذا ما ذهب اليه (حمزة، 2015)حيث أكدت بعض الدراسات على المخاطر الصحية التي تسببها المنشطات كأمراض القلب والتنفس وزيادة الوزن وارتفاع ضغط الدم وتصلب الشرايين (حاتم، 2006).فإن التثقيف الصحي هو حجر الزاوية للوقاية من هذه الظاهرة.لقد خلصنا و بإجماع كل الفاعلين في الحقل الرياضي إلى سلبيات و مخاطر المنشطات و عواقبها المدمرة لصحة و مسيرة الرياضي على حد سواء و عليه نوصي بضرورة القيام بحملات الإعلام والتوعية في المجال التثقيف الصحي الرياضي بشكل دوري لزيادة مستوى وعي اللاعبين بالمخاطر والأضرار والأمراض التي تسببها هذه العقاقير والمنشطات.

- ✓ التعرف على لائحة الأدوية الممنوعة والمحظورة والتعرف على جميع اللوائح الخاصة بالكشف عن المنشطات والالتزام بها.
- ✓ الابتعاد عن إعطاء اللاعبين أي عقار منشط بقصد زيادة الكفاءة أو للمواد التي تحتوي على المنبهات في مكوناتها مثل الكولا والكاكاو والقهوة والشاي.
- ✓ توظيف أطباء مختصين في المجال الرياضي يشرفون على الأندية الجزائرية مع الاعتماد أيضا على الأطباء النفسانيين لدراسة سلوكيات وتصرفات اللاعبين.
- ✓ تقديم دورات تكوينية للمدربين لتزويد رصيدهم العلمي والثقافي الذي يؤهلهم لتقديم توجيهات ونصائح من شأنها حماية اللاعبين من مخاطر وأضرار المنشطات، المخدرات، التدخين والمكملات الغذائية. وتعويض نقص الأداء والنقص البدني بزيادة الأحجام التدريبية والتحضير الفعلي.
- ✓ التكثيف من إخضاع لقاءات البطولة المحترفة إلى اختبارات كشف المنشطات وتسليط العقوبات الردعية على المتعاطين.
- ✓ إجراء دراسات مماثلة حول آفة المنشطات ووعي اللاعبين بآثارها الجانبية على صحتهم.

➢ المراجع:

1- الطويل ,ع .م .(2015). *الصحة و المنشطات*. القاهرة :دار المجد.
2- الفتاح ,ا .ع .(2011). *اساليب التحليل الكمي مفاتيح الدراسة*. دار الصفاء.
3- حاتم ,ب .ز .(2006). *المفاهيم الصحية و الوعي الصحي*. غزة :كلية الرياضة.
4- حسن ,د .م .(2006). *المنشطات في المجال الرياضي*. القاهرة :السلسلة الطبية الرياضية.
5- حمزة ,ا .ع .(2015). *المنشطات الرياضية و آثارها المدمرة على الرياضيين*. الاسكندرية :دار امجد.
6- د.المزروع .(2005). *دليل العاملين في الرعاية الصحية*. السعودية .
7- د.م ,ح .(2008). *الصحة*. السعودية :مكتبة العبيكان.
8- د.محمد .(2007). *الصحافة في نشر المعرفة الصحية*. السعودية.
9- سلامة .(1997). *الصحة و التربية الصحية*. القاهرة :دار الفكر العربي.
10- Fernoux, J.-L. (2005). Le dopage sportif et le rôle du pharmacien. paris.
11- julie.M. (2001). HEALTH BELIEFS MASS AND OTHERS COMMUNICTIONS.
12- KORCHIA, N. (2012). LE DOPAGE DANS LE SPORT DE COMPETITION . paris: Lulu.com.
13- M.C. (2007). communication and quality in medical health journal.
14- Vial, J.-P. (2010). Le risque pénal dans le sport. Editions Lamy.