



Biologik faol qo'shimchalar(BFQ)l arini ishlatish xavfi va oqibatlari

**O'zbekiston Respublikasi Milliy Antidoping Agentligi
Antidoping ta'lim dasturlari bo'limi boshlig'i
dotsent Z.Yu. Gazyeva tomonidan tayyorlandi**

Toshkent-2022 yil



**Oziqlantiruvchi
qo'shimchalar
sport muhitida
keng qo'llaniladi
va ularning
ko'pchiligining
samaradorligi
shubhali.**



- **Oziqlantiruvchi qo'shimchalardan foydalangan holda, sportchilar mashg'ulotlarga moslashish, tiklanish vaqtini qisqartirish,**
- **tanani energiya bilan ta'minlash, sport faoliyatini yaxshilash uchun tezlashtirilgan ovqatga tayanadilar.**

- **Sportchilar tomonidan qo'llaniladigan oz miqdordagi samarali ilmiy dalillar bilan tasdiqlangan qo'shimchalar mavjud.**





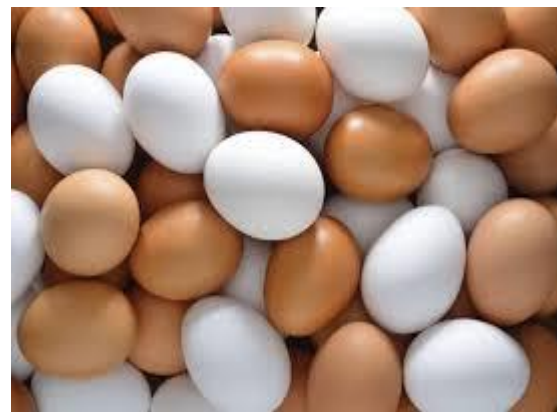
- **Aksariyat qo'shimchalar sog'liq uchun xavfli va dopingni o'z ichiga oladi.**

- **Ko'pgina sportchilar juda ehtiyotkorlik bilan harakat qilishadi, ruxsat etilganidan oshib ketadigan dozalarda ozuqaviy qo'shimchalarni qabul qilishadi va hech qanday nojo'ya ta'sirlarsiz 100% ijobiy ta'sirni "kafolatlaydigan" reklamaga ko'r-ko'rona ishonadilar.**



- **Bunday mas'uliyatsiz yondashuvning oqibatlari salomatlik va sport karerasiga zarar etkazishi .**





E'TIBORINGIZ UCHUN RAXMAT

