Polski Dzień Spirometrii 2026

30 września w Centrali Narodowego Funduszu Zdrowia oraz siedzibach 10 oddziałów wojewódzkich NFZ – w Warszawie, Opolu, Wrocławiu, Katowicach, Rzeszowie, Krakowie, Lublinie, Szczecinie, Gdańsku i Bydgoszczy można będzie bez skierowania, rejestracji i całkowicie bezpłatnie wykonać badanie spirometryczne. Tak obchodzony będzie Polski Dzień Spirometrii 2026 – dzień badania, które pomaga zdiagnozować i monitorować choroby układu oddechowego, takie jak astma czy przewlekła obturacyjna choroba płuc (POChP). W Polsce na choroby układu oddechowego cierpi kilka milionów osób. Szacuje się, że połowa o tym nie wie. Tymczasem tylko na POChP umiera rocznie ok. 14 tys. Polek i Polaków.

Polski Dzień Spirometrii organizowany jest w ramach trwającego od 26 września do 4 października Europejskiego Tygodnia Profilaktyki 2026 – EU Screening Week 2026, ogłoszonego przez Komisję Europejską w celu zwiększenia wiedzy Europejczyków o znaczeniu wczesnego rozpoznawania chorób. Bowiem niedostatek profilaktyki i wczesnej diagnostyki to nie tylko polski problem.

Wielkie znaczenie prostego badania

Spirometria, na której koncentruje się ta inicjatywa w Polsce, to podstawowe badanie czynnościowe układu oddechowego, pozwalające ocenić pojemność płuc i przepływ powietrza w drogach oddechowych, wykryć obturację, czyli przeszkody w tym przepływie. Badanie jest podstawowym narzędziem w diagnostyce takich chorób obturacyjnych jak astma i przewlekła obturacyjna choroba płuc. Problem to niebagatelny – na astmę, najpowszechniejszą chorobę układu oddechowego, chorują ponad **4 miliony osób w Polsce**, na POChP – ponad **2-2,5 mln**. To jednak szacunkowe dane.

– *Niestety, tylko **1,3 mln pacjentów z przewlekłą obturacyjną chorobą płuc ma postawione rozpoznanie** (...) a jest ona **trzecią przyczyną zgonów w Polsce i na świecie. Nierozpoznana POChP skraca życie o około 10 lat.** Zaburzenia obturacyjne są także typowe dla astmy. W Polsce ponad 4 miliony chorych ma jej objawy – kaszel, świsty w drogach oddechowych, duszności, ale **tylko około 2,2 miliona osób wie, że u podstaw tych dolegliwości leży astma**. Wykonanie spirometrii pozwoli znaleźć obturację i skierować pacjenta z tym wynikiem do lekarza, który podejmie dalsze działanie* – wyjaśniał dr hab. Piotr Dąbrowiecki, przewodniczący Polskiej Federacji Stowarzyszeń Chorych na Astmę Alergię i POChP z Kliniki Chorób Wewnętrznych, Infekcyjnych i Alergologii WIM-PIB podczas konferencji zapowiadającej Polski Dzień Spirometrii, zorganizowanej pod hasłem „Spirometria szansą na wczesne rozpoznanie chorób obturacyjnych".

Dlaczego spirometria jest ważna?

Wczesne wykrycie choroby obturacyjnej płuc pozwala podjąć **natychmiastowe leczenie**, co w przypadku astmy może pozwolić na **normalne, swobodne życie bez żadnych dolegliwości i ograniczeń**, a w przypadku POChP – może to życie wręcz uratować. **Choroby płuc są przyczyną niepełnosprawności.** Świadomość zagrożenia i konieczności wykonywania badań spirometrycznych nie jest czymś nowym. Podejmowano też konkretne działania. Np. w latach 2010-2019, w ramach organizowanych wcześniej światowych i polskich dni spirometrii, przebadano w naszym kraju ponad 65 tys. osób, wykrywając ponad 12 tys. przypadków wymagających konsultacji z lekarzem i dalszej diagnostyki w kierunku chorób układu oddechowego.

Na astmę chorują już dzieci, natomiast **POChP dotyka osoby po 40 r. życia** i utożsamiana jest zwykle z **nałogiem palenia tytoniu.** Jednak równie szkodliwe może być **życie w skażonym środowisku, oddychanie zanieczyszczonym powietrzem.** Ok. 30 procent chorych na POChP nigdy nie paliło papierosów. A wielu chorych, mimo objawów, pozostaje bez właściwej opieki.

Przewlekła obturacyjna choroba płuc jest przyczyną blisko 4 proc. wszystkich przyjęć do szpitala i 25 proc. hospitalizacji z powodu chorób układu oddechowego. Na POChP choruje w Polsce ok. 2-2,5 mln osób, a umiera ponad 14 tys. rocznie.

– Zarejestrowanych jest 1,3 mln pacjentów. System „nie widzi" więc co najmniej ponad 700 tysięcy osób, które chorują na POChP i o tym nie wiedzą. A choroba ta generuje ogromne koszty ekonomiczno-społeczne – informowała dr n. med. Małgorzata Czajkowska-Malinowska, konsultant krajowa w dziedzinie chorób płuc, prezes Polskiego Towarzystwa Chorób Płuc kadencji 2022-26, kierownik Centrum POChP i Niewydolności Oddychania Kujawsko-Pomorskiego Centrum Pulmonologii w Bydgoszczy.

Wywiad lekarski +spirometria = właściwa diagnostyka

Czasem pacjenci zamiast badania w kierunku chorób płuc otrzymują skierowanie np. do kardiologa i leczeni są z powodu niewydolności serca, która bywa powikłaniem choroby obturacyjnej płuc. **Spirometria w powiązaniu z wywiadem lekarskim kieruje diagnostykę we właściwą stronę.** Zarówno w POChP jak i astmie spirometria jest także cennym narzędziem obiektywnej oceny skuteczności leczenia. W przeciwieństwie do POChP, w której można jedynie zatrzymać, spowolnić postęp choroby, w astmie – jej niektórych typach – jest dziś już możliwe cofnięcie zmian w drogach oddechowych.

Jednak w ub. roku wykonano **tylko ok. 3500 badań spirometrycznych**. Nie cieszą się popularnością, choć aparatura jest łatwo dostępna, a koszt jej wykorzystania niski. **Badanie spirometryczne jest bezbolesne, całkowicie nieinwazyjne, wymaga jedynie dobrej współpracy pacjenta z osobą wykonująca spirometrię.** Do 2022 roku badanie to mógł zlecić każdy lekarz pierwszego kontaktu. Obecnie spirometria jest dostępna w podstawowej opiece zdrowotnej w ramach opieki koordynowanej, a taką prowadzi jedynie 30 procent placówek POZ. Pozostałe kierują pacjentów na spirometrię do poradni specjalistycznej, co, niestety, może opóźniać diagnozę, od której zależy dalsze postępowanie.

Chorzy na astmę mają obecnie w Polsce dostęp do najnowszych leków. Terapia prowadzona zgodnie z krajowymi i światowymi wytycznymi u zdecydowanej większości pacjentów przynosi ogromną poprawę. W przypadku astmy ciężkiej, w której standardowe leczenie nie daje efektów i podawane są w dłuższej terapii doustne glikokortykosteroidy, obarczone poważnymi skutkami ubocznymi, stosuje się nowoczesne leki biologiczne. Refundowanych jest obecnie pięć leków biologicznych skutecznych w astmie (brakuje refundacji jedynie dla najnowszego leku, który podawany może być tylko raz na pół roku). I dobierane są one indywidualnie, na podstawie fenotypu choroby – w zależności od głównej przyczyny obturacji. Jednak, zdaniem specjalistów, niektórzy lekarze zbyt długo zwlekają ze zgłoszeniem pacjentów do programu lekowego. Na astmę ciężką cierpi ok. 3,7 proc. chorych. Z leczenia biologicznego korzysta tylko nieco **ponad 6 tys. osób**, czyli mniej więcej jedna na osiem, u których leki biologiczne mogłyby przynieść ogromną poprawę.

Niestety, nie refunduje się w naszym kraju leków biologicznych dla pacjentów z POChP.

– *Badania dowodzą, iż w określonej grupie chorych terapia biologiczna zmniejsza liczbę zaostrzeń nawet o ponad 30 procent. A zaostrzenie w POChP to* ***nagłe zagrożenie życia****, takie jak zawał czy udar. To także ryzyko rozwoju chorób krążeniowych i istotny czynnik rozwoju raka płuca* – podkreślała podczas konferencji dr n. med. Małgorzata Czajkowska-Malinowska. Na marginesie – warto wiedzieć, że od października realizowany będzie w Polsce program wczesnego wykrywania raka płuca – wybrane ośrodki wykonywać będą niskodawkową tomografię komputerową.

Dostęp do nowoczesnych leków to jeszcze nie wszystko – zdaniem ekspertów brakuje m.in. koordynacji opieki nad pacjentami z chorobami obturacyjnymi. Zbyt często traci się czas na „wędrówki" między poszczególnymi elementami systemu ochrony zdrowia. O niedostatkach w edukacji chorych czy dostępie do rehabilitacji oddechowej także nie wolno zapominać.

Pamiętajmy stale o roli układu oddechowego:

– *Jeden oddech to ok. pół litra powietrza, ale w ciągu doby przez nasz układ oddechowy przepływa około 10 tys. litrów powietrza. Układ oddechowy dostarcza tlen, usuwa dwutlenek węgla z organizmu, chroni przed zanieczyszczeniami, drobnoustrojami, umożliwia mówienie, uczestniczy w procesie węchu i utrzymaniu równowagi kwasowo-zasadowej. Co więcej – dostosowuje się do naszego zapotrzebowania i ma własne odruchy obronne, jak na przykład kaszel* – podkreślała dr n. med. Monika Franczuk z Zakładu Fizjopatologii Oddychania Instytutu Gruźlicy i Chorób Płuc, członkini ZG Polskiego Towarzystwa Chorób Płuc.

Gdzie można się zbadać?

W ramach Polskiego Dnia Spirometrii **30 września w godzinach od 8.00 do 16.00** w Centrali Narodowego Funduszu Zdrowia oraz **siedzibach 10 oddziałów wojewódzkich NFZ** – w Warszawie, Opolu, Wrocławiu, Katowicach, Rzeszowie, Krakowie, Lublinie, Szczecinie, Gdańsku, Bydgoszczy można będzie „z marszu" wykonać badanie spirometryczne. Zaproszenie kierowane jest głównie do osób **po 40. roku życia, palących tytoń, żyjących w zanieczyszczonej atmosferze, które odczuwają duszność, mają przewlekły kaszel, trwający od co najmniej 8 tygodni.**

– *Przed badaniem technik przeprowadzi ankietę, żeby wykluczyć przeciwwskazania do wykonania spirometrii. Jeśli badanie wykaże zaburzenia obturacyjne, czyli zwężenia – zaburzenia przepływu powietrza w drogach oddechowych – to taka osoba dostanie list do swojego lekarza rodzinnego z prośbą o dalszą diagnostykę w kierunku chorób obturacyjnych – astmy lub POChP* – poinformował dr hab. Piotr Dąbrowiecki w imieniu organizatorów akcji.

Oddech to życie. Trzeba o niego dbać!

Więcej informacji: https://www.astma-alergia-pochp.pl/

Polska Federacja Stowarzyszeń Chorych na Astmę, Alergię i POChP

STOWARZYSZENIE DZIENNIKARZE DLA ZDROWIA

Komunikat prasowy przygotowany przez Stowarzyszenie Dziennikarze dla Zdrowia w związku z Polskim Dniem Spirometrii, na podstawie informacji przekazanych przez ekspertów podczas konferencji prasowej pt. ***Spirometria szansą na wczesne rozpoznanie chorób obturacyjny****, która odbyła się 24 września 2026 r w Centrum Prasowym PAP w Warszawie.*