

Ce este și de ce ai nevoie de spirometrie?



Textul de aur al plămânilor.
Spirometria măsoară cât de mult aer poți sufla și cât de repede, evaluând cât de bine funcționează plămânii tăi.



De ce se face? Este esențială pentru diagnosticul astmului, BPOC, evaluarea tusei cronice sau monitorizarea efectului tratamentului.

Pregătirea pentru test (24h – 48h înainte)



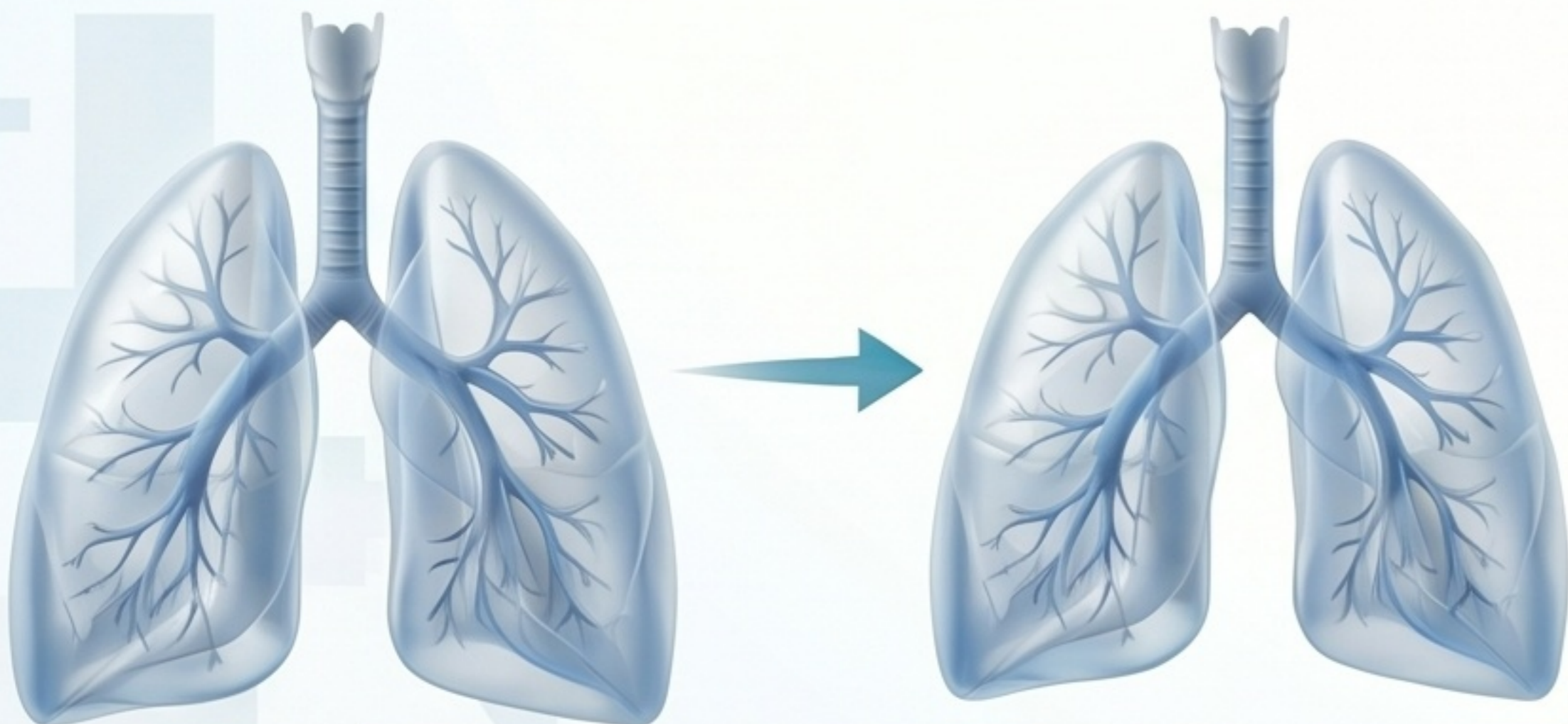
Stil de viață: Nu fuma cu cel puțin 24 de ore înainte și evită alcoolul cu 4 ore înainte de test.



Efort fizic și dietă: Evită efortul intens cu 24h înainte și nu mănâncă mese abundente cu 2 ore înainte de test.



Regula cafeinei: Nu consuma cafea sau băuturi cu cafeină cu 2 ore înainte. **Îmbrăcăminte:** Poartă haine lejere care să nu îți strângă pieptul sau abdomenul.



Parametrii cheie măsurați:
FVC (capacitatea totală de aer) și FEV1 (aerul expirat în primele secunde) sunt indicatorii principali pentru sănătatea căilor respiratorii.

Consultă medicul: Dacă nu poți opri medicația cauza simptomelor severe, anunță echipa medicală înainte de a începe testul sau dacă din cauza simptomelor severe, anunță echipa medicală înainte de test.

La ce să te aștepți în timpul procedurii



Poziție corectă: Vei sta așezat confortabil, cu spatele drept. Se va aplica o clemă nazală pentru a asigura că tot aerul trece prin guri.

Etanșarea: Vei strânge buștele ferm în jurul bucalului steril și spirometrului. Este vital să nu blochezi orificiul cu limba.

Manevra de respirație:
1. Inspirație maximă (umple plămânii complet).
2. Expirație "explozivă" (sulfă cât de tare poți).
3. Continuă să suflă cel puțin 6 secunde până când plămânii sunt gol.

Repetiția este cheia: Vei repeta manevra de cel puțin 3 ori pentru a obține rezultate consistente. Între încercări vei avea timp de odihnă.

Ghidul de oprire a medicamentelor (FOARTE IMPORTANT)

Obiectivul pregătirii: Medicamentele trebuie oprite temporar pentru a măsura funcția reală a plămânilor, fără influența tratamentului.

Excepții importante: Corticosteroizii simpli pot fi continuați; medicamentele pentru inimă sau diabet trebuie luate normal.

Temp de oprire a medicației

Temp de oprire	Exemple de medicamente	Tipul medicamentului
4 - 6 ore	Ventolin, Salbutamol, Albuterol	Acțiune scurtă (SABA)
12 - 24 ore	Symbicort, Fostair, Serevent, Flutiform	Acțiune lungă (LABA/Combinatii)
24 - 48 ore	Spiriva, Trelegy, Anoro, Relver, Trimbow	Acțiune foarte lungă (LAMA/Triple)

Testul de reversibilitate (Dacă este solicitat)



Tempul de așteptare: 10-20 de minute



Ce aștept? După prima spirometrie, vei primi un pah de bronhodilatator (de obicei Salbutamol).

Evaluarea: Se repetă spirometria o îmbunătățire de peste 12% a FEV1 sugerează de obicei un diagnostic de astm.

Siguranță și Rezultate



Senzații normale: Poți simți ușoară amețelie, oboseală sau tuse după efortul de a sufla. Acestea trec rapid.



Contraindicații: Anunță medicul dacă ai avut recent intervenții chirurgicale (ochi, abdomen, torace), infarct sau dacă ești însărcinată.



Când primești rezultatul? Rezultatele sunt gata imediat sau în aceeași zi, dar interpretarea finală aparține medicului tău curant.

Spirometria nu este dureroasă. Tehnicianul te va ghida la fiecare pas pentru a reuși testul!