

Choć większość Polaków w ciągu roku wykonuje chociaż jedno badanie profilaktyczne, większość nie robi tego regularnie. Najczęściej badamy krew i mocz. Na mammografię zgłasza się jedna trzecia uprawnionych kobiet – a to i tak najwyższy wynik, jeśli chodzi o zainteresowanie bezpłatnymi programami profilaktycznymi w kierunku nowotworów. Zdaniem psychoonkolożki jednym z hamulców jest lęk przed wykryciem choroby.

Mimo że blisko 70 proc. dorosłych Polaków deklaruje, że w ciągu ostatniego roku wykonało przynajmniej jedno badanie profilaktyczne, regularnie robi to zaledwie 25 proc. mężczyzn i 31 proc. kobiet – wynika z opracowania „Zdrowie w liczbach” zrealizowanego na zlecenie PZU Zdrowie. Najczęściej było to badanie krwi (88 proc.) i moczu (63 proc.). Tylko 31 proc. zgłosiło się na cytologię lub badanie poziomu PSA, 13 proc. na spirometrię lub RTG płuc, tyle samo na gastroskopię lub kolonoskopię, a zaledwie 8 proc. na badanie skóry.

Niska zgłaszalność dotyczy także trzech programów przesiewowych w kierunku nowotworów finansowanych przez NFZ. Mammografię wykonuje około jednej trzeciej kwalifikujących się kobiet. W przypadku raka szyjki macicy, gdzie od sierpnia 2026 roku podstawowym badaniem w programie jest test HPV HR, w I półroczu z programu skorzystało 14,65 proc. uprawnionych. Z kolei na badania przesiewowe raka jelita grubego zgłosiło się mniej niż 17 proc.

– Z psychologicznego punktu widzenia pacjenci zapewne odczuwają lęk, obawę przed tym, że jeśli pójdą na badania, to coś zostanie wykryte. To pewnego rodzaju zabezpieczenie się przed wyjściem ze strefy komfortu: że funkcjonuję teraz, jest mi dobrze, nie muszę się martwić o to, że być może w moim organizmie rozwija się choroba – mówi dr Milena Lachowicz, psychoonkolog z Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego.

Zwraca uwagę, że dostęp do badań profilaktycznych jest bardzo szeroki.

– Dzisiaj mamy na wyciągnięcie ręki możliwość profilaktyki i badań. Wiemy, że możemy np. skorzystać z mammbusów, które stały się popularne i zatrzymują się przy wielu miejscach, takich jak festyny, centra handlowe czy kościoły – wylicza ekspertka.

Poza wspomnianymi programami przesiewowymi w kierunku najczęściej występujących nowotworów w Polsce istnieją programy profilaktyczne kierowane do grup wysokiego ryzyka. W październiku 2026 roku ta oferta zostanie rozszerzona o wczesne wykrywanie raka płuca z wykorzystaniem niskodawkowej tomografii komputerowej.

Zdaniem dr Mileny Lachowicz w zwiększeniu zgłaszalności na badania pomóc może nieustanna edukacja pacjentów i zmiana sposobu komunikacji.

– Zamiast straszyć, ile osób rocznie umiera na choroby onkologiczne, lepiej pokazać, że wczesne wykrycie dzięki badaniom profilaktycznym daje szansę na całkowite wyleczenie. Należałoby zmienić retorykę i powiedzieć pacjentowi: te badania są dla ciebie po to, żeby zabezpieczyć cię przed chorobą, a jeśli ona się pojawi, to aby ją umiejętnie i skutecznie leczyć i zabezpieczyć cię przed dodatkowym stresem, obciążeniem czy też zwiększoną toksycznością, związaną z leczeniem choroby zaawansowanej – zauważa.

Zwraca uwagę, że wykrycie i następnie leczenie choroby nowotworowej stanowi ogromne obciążenie psychiczne. Lęk pojawia się jednak już wcześniej, kiedy pacjent czeka na diagnozę.

Wolimy nie wiedzieć? Strach przed diagnozą zniechęca do badań

Kategoria: Polityka Zdrowotna

Opublikowano: piątek, 11, wrzesień 2026 08:59

Alicja Cisowska

Odsłony: 67

– Dla każdego człowieka informacja, że ma raka, oznacza kompletną katastrofę. Życie wywraca się wtedy do góry nogami, bo muszą zmienić się role: i partnerskie, i zawodowe. To jest niesamowicie trudny etap i moment, który wymaga wsparcia psychoonkologicznego, żeby chory mógł poradzić sobie z trudnymi emocjami, które dominują w czasie diagnostyki i później potwierdzenia choroby. Powinno nastąpić przepracowanie wysokiego poziomu lęku, stresu, nauczanie pacjenta technik obniżania niepożądanych emocji, radzenia sobie ze stresem, ale również objęcie opieką rodziny pacjenta, bo jeśli choruje pacjent, zwykliśmy mówić, że choruje też cała rodzina – mówi dr Milena Lachowicz.

Źródło: Newseria