

### [Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)  
[.net](#)  
[Innowacje](#)  
[Nauka](#)  
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## Maseczki nie powodują nadmiernej ekspozycji na CO<sub>2</sub>

Noszenie maseczek nie utrudnia istotnie oddychania nawet pacjentom z chorobami płuc - informuje pismo „Annals of the American Thoracic Society”.

Lek. med. Michael Campos z Miami Veterans Administration Medical Center oraz University of Miami wraz ze współautorami ocenili problemy z wymianą gazową, czyli zmianami poziomu tlenu i dwutlenku węgla u osób zdrowych oraz pacjentów z przewlekłą obturacyjną chorobą płuc (POChP) przed i podczas używania maseczek chirurgicznych. W przebadanej grupie znalazło się 15 lekarzy i 15 pacjentów.

W przypadku chorych na POChP oddychanie zawsze wiąże się większym wysiłkiem niż u osób zdrowych, co może prowadzić do duszności i/lub uczucia zmęczenia.

„Wykazujemy, że skutki są co najwyżej minimalne, nawet u osób z bardzo poważnymi zaburzeniami czynności płuc” - powiedział dr Campos.

Jeśli chodzi o uczucie duszności, którego mogą doświadczać niektórzy zdrowi ludzie, dr Campos wyjaśnił: „Duszność, uczucie zadyszki, odczuwane przez niektórych w maseczce, nie jest synonimem zmian w wymianie gazowej. Prawdopodobnie występuje w wyniku ograniczenia przepływu powietrza przez maseczkę, zwłaszcza gdy potrzebna jest silniejsza wentylacja (podczas wysiłku)”.

Jak zaznaczył, duszność można odczuwać na przykład idąc energicznie w górę pochyłości lub mając zbyt ciasną maskę. Rozwiązaniem jest po prostu spowolnienie lub (w bezpiecznej odległości od innych osób) zdjęcie maseczki.

Dr Campos podkreślił znaczenie noszenia maseczki w zapobieganiu zakażeniu COVID-19. Jeśli nie jest dostępna maseczka chirurgiczna, CDC zaleca maseczkę z tkaniny z co najmniej dwoma warstwami. Powinni ją nosić zwłaszcza pacjenci z chorobami płuc, ponieważ - jak udowodniono - wraz z myciem rąk i zachowaniem dystansu społecznego zmniejsza ona ryzyko zakażenia COVID-19.

„Zdajemy sobie sprawę, że nasze obserwacje mogą być ograniczone wielkością próbki, jednak nasza populacja daje wyraźny sygnał o zerowym wpływie masek chirurgicznych na istotne fizjologiczne zmiany w wymianie gazowej w rutynowych okolicznościach (przedłużony odpoczynek, krótki spacer)” - napisali autorzy.

„Ważne jest, aby poinformować opinię publiczną, że dyskomfort związany z używaniem maseczki nie powinien prowadzić do nieuzasadnionych obaw dotyczących bezpieczeństwa, ponieważ może to osłabić stosowanie sprawdzonej praktyki poprawiającej zdrowie publiczne. Opinia publiczna nie powinna wierzyć, że maski zabijają” - dodał dr Campos.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/30058.html>



15-06-2026

**[Stu najzdolniejszych naukowców dostanie](#)**

## [ponad 3 mln zł](#)

Fundacja na rzecz Nauki Polskiej (FNP) ogłosiła listę .



15-06-2026

## [Trwa nabór na studia dla popularyzatorów nauki](#)

Do 21 sierpnia trwa nabór na studia podyplomowe "Komunikacja naukowa i popularyzacja nauki".



15-06-2026

## [Znamy najlepszych młodych popularyzatorów nauki](#)

W polskim finale konkursu FameLab.



15-06-2026

## [Aż połowę studentów cechuje negatywna emocjonalność](#)

Oraz wycofanie z relacji społecznych.



15-06-2026

## **Kofeina wpływa na jakość nocnego wypoczynku**

Może skracać sen lub utrudniać zasypianie.



15-06-2026

## **Myślenie spiskowe towarzyszy człowiekowi od wieków**

Wskazał w rozmowie z PAP psycholog dr Michał Kosakowski z UAM.



15-06-2026

## **Nieufność wobec szczepień ma źródła psychologiczne**

Szczepienia są jednym z najskuteczniejszych narzędzi ochrony zdrowia publicznego.



15-06-2026

## [Prof. Agnieszka Chacińska z Nagrodą Polskiej Akademii Nauk](#)

Biolożka molekularna i dyrektorka Międzynarodowego Instytutu PAN

**Informacje dnia:** [Stu najzdolniejszych naukowców dostanie ponad 3 mln zł](#) [Trwa nabór na studia dla popularyzatorów nauki](#) [Znamy najlepszych młodych popularyzatorów nauki](#) [Aż połowę studentów cechuje negatywna emocjonalność](#) [Kofeina wpływa na jakość nocnego wypoczynku](#) [Myślenie spiskowe towarzyszy człowiekowi od wieków](#) [Stu najzdolniejszych naukowców dostanie ponad 3 mln zł](#) [Trwa nabór na studia dla popularyzatorów nauki](#) [Znamy najlepszych młodych popularyzatorów nauki](#) [Aż połowę studentów cechuje negatywna emocjonalność](#) [Kofeina wpływa na jakość nocnego wypoczynku](#) [Myślenie spiskowe towarzyszy człowiekowi od wieków](#) [Stu najzdolniejszych naukowców dostanie ponad 3 mln zł](#) [Trwa nabór na studia dla popularyzatorów nauki](#) [Znamy najlepszych młodych popularyzatorów nauki](#) [Aż połowę studentów cechuje negatywna emocjonalność](#) [Kofeina wpływa na jakość nocnego wypoczynku](#) [Myślenie spiskowe towarzyszy człowiekowi od wieków](#)

**Partnerzy**