

Informacja prasowa  
Warszawa, 25.03.2026 r.

## **Dobrostan lekarek i lekarzy pod lupą – wyniki pierwszego ogólnopolskiego badania wśród medyków**

**Lekarki i lekarze w Polsce deklarują wysoką satysfakcję z życia (aż 92%), ale za tą opinią kryje się złożona codzienność – zarówno zawodowa, jak i prywatna. W pracy medycy mierzą się z wieloma obciążeniami, takimi jak biurokracja, presja czasu, zmęczenie fizyczne i psychiczne, a także agresją ze strony pacjentów i ich rodzin (doświadczyło jej 86% badanych). Dodatkowo, ponad połowa medyków (60%) uważa, że ich praca ma negatywny wpływ na rodzicielstwo, a poczucie osamotnienia deklaruje 41% lekarzy w wieku do 39 lat. Jednocześnie, aż 83% uważa, że może liczyć na wsparcie bliskich, a 87% twierdzi, że ich partner lub partnerka rozumie wyzwania związane z ich pracą. Aby sprawdzić, jak w rzeczywistości wygląda codzienność osób, które dbają o nasze zdrowie, z inicjatywy serwisu dla lekarek i lekarzy PolpharmaDlaCiebie.pl powstało pierwsze, badanie ich dobrostanu, którego wyniki wyraźnie pokazują skalę wyzwań stojących przed środowiskiem lekarskim.**

„Ogólnopolskie badanie dobrostanu lekarek i lekarzy”, przeprowadziła pracownia badawcza Zymetria w okresie październik-grudzień 2025. Badanie objęło 499 reprezentantów 10 wybranych specjalizacji, pracujących zarówno w prywatnych praktykach, podstawowej opiece zdrowotnej, jak i szpitalach publicznych.

Badanie, a także opracowany na jego podstawie raport, stanowią **element kampanii „Specjalizacja: dobrostan lekarzy”**. Jej celem jest zwrócenie uwagi na często pomijany obszar, jakim jest kondycja psychiczna i jakość życia lekarek i lekarzy w Polsce.

*„W naszych codziennych rozmowach z lekarzami coraz częściej pojawiają się tematy związane z samopoczuciem, relacjami, granicami czy zmęczeniem – kwestie, które mają ogromny wpływ na ich pracę, a rzadko wybrzmiewają publicznie. To właśnie te obserwacje stały się impulsem do rozpoczęcia kampanii „Specjalizacja: dobrostan lekarzy” i stworzenia raportu. Dla nas to naturalny krok, ponieważ już od lat jesteśmy blisko lekarzy na konferencjach naukowych, w gabinetach, a także rozwijamy serwis PolpharmaDlaCiebie.pl – miejsce, w którym lekarze znajdują nie tylko wiedzę, ale też praktyczne materiały oraz wsparcie odpowiadające na ich realne potrzeby. Dlatego poza rozmową o diagnozach i decyzjach klinicznych zależy nam, aby lepiej rozumieć ich perspektywę m.in. zadając pytanie „jak się dziś czują” – mówi **Anna Robak-Reczek szefowa Zespołu ds. Strategii Komunikacyjnej i Kontentu, Zakłady Farmaceutyczne Polpharma S.A.***

Raport pokazuje dobrostan lekarzy w szerokiej perspektywie – zarówno zawodowej, jak i prywatnej.

## Lekarki i lekarze w gabinecie

Z danych wynika, że codzienność zawodowa lekarzy obciążona jest wieloma czynnikami, które realnie wpływają na ich dobrostan i samopoczucie.

- **54% lekarzy wskazuje biurokrację jako najpoważniejszą trudność w pracy,**
- **43% odczuwa presję czasu,** wynikającą m.in. z rosnącej liczby pacjentów,
- **77% medyków** przynajmniej od czasu do czasu **czuje się psychicznie przeciążonych w związku z pracą,**
- **86% zetknęło się z agresją ze strony pacjentów i ich rodzin, a 32% doświadcza jej przynajmniej raz w miesiącu.**

Chociaż badanie pokazuje, że codzienność lekarzy to praca pod dużą presją, wymagająca odporności psychicznej, koncentracji i radzenia sobie z trudnymi sytuacjami, **aż 88% z nich wybrałaby swój zawód ponownie.** Wynik ten wyraźnie podkreśla, że poczucie sensu i odpowiedzialności nadal pozostają jednym z najważniejszych filarów ich pracy zawodowej.

*Raport dokładnie pokazuje, z jak wymagającą rzeczywistością mierzą się dziś lekarze. Praca pod presją czasu, konieczność podejmowania szybkich decyzji klinicznych, odpowiedzialność za zdrowie i życie pacjentów oraz narastająca biurokracja sprawiają, że przeciążenie psychiczne jest w tej grupie zawodowej zjawiskiem powszechnym. Większość lekarzy deklaruje, że doświadcza go regularnie — i trudno się temu dziwić, biorąc pod uwagę tempo pracy oraz liczbę bodźców, z którymi mają do czynienia każdego dnia. Wyniki dotyczące agresji ze strony pacjentów i ich rodzin są szczególnie niepokojące. To doświadczenie, które dotyka ogromną część środowiska i realnie wpływa na poczucie bezpieczeństwa zawodowego. Takie sytuacje zostawiają po sobie nie tylko emocjonalny ślad, lecz także wzmacniają przekonanie o rosnących oczekiwaniach społecznych wobec lekarzy. Mimo tych wyzwania praca w tym zawodzie daje ogromne poczucie sensu i pozostaje dla wielu z nas źródłem głębokiej satysfakcji – komentuje **prof. dr hab. Artur Mamcarz, Kierownik III Kliniki Chorób Wewnętrznych i Kardiologii Wydziału Lekarskiego Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego.***

## Codziennosc po dyżurze

Z raportu wynika, że o dobrostanie medyków w znacznym stopniu decyduje również to, co dzieje się po pracy: relacje, regeneracja i codzienny rytm życia.

- **60% lekarzy-rodziców wskazuje, że zawód w dużym stopniu kształtuje ich rodzicielstwo,** dając poczucie stabilności, ale jednocześnie ograniczając czas dla dzieci,
- **24% twierdzi, że ich praca ma negatywny wpływ na relację z partnerem lub partnerką,** jednak aż **83% deklaruje wsparcie ze strony bliskich,**
- **41% medyków do 39 roku życia doświadcza poczucia osamotnienia.**

*Badania dobrostanu i satysfakcji zawodowej to rodzaj socjologicznego termometru, który wskazuje, w jakim stanie są kondycja fizyczna i psychiczna lekarzy. Badania tego rodzaju pozwalają też sprawdzić, w jakim stopniu na kondycję lekarzy wpływają zmiany w środowisku ich pracy albo zmiany społecznego postrzegania ich zawodu. Pytanie zatem, czy w przypadku dobrostanu lekarzy możemy mówić o prawidłowej temperaturze i względnym zdrowiu, o stanie podgorączkowym czy może o gorączce wskazującej na poważne zapalenie? Z jednej strony mimo rosnącego poczucia spadku prestiżu zawodu, aż 92% lekarzy deklaruje zadowolenie ze swojego życia. To odsetek wysoki na tle zadowolenia z życia deklarowanego przez przeciętnych Nowaków i Kowalskich. Z drugiej strony zadowolenie z życia, a także ogólny dobrostan lekarza ściśle wiąże się z faktem, że jest... lekarzem. Nie ma takich czynników, które mogłyby zdecydować o tym, że lekarze chcieliby odejść z zawodu. Nie skłonią ich do takiego kroku na przykład poważne obciążenia czasowe i emocjonalne, które wiążą się z ich pracą – pisze w komentarzu do raportu **prof. dr hab. Tomasz Szlendak, Dyrektor Szkoły Doktorskiej Nauk Społecznych Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu.***

---

Pełną wersję raportu „Ogólnopolskie badanie dobrostanu lekarek i lekarzy”, który powstał w ramach kampanii „Specjalizacja: dobrostan lekarzy” można znaleźć na stronie:

<https://polpharma.pl/materialy-do-pobrania/#!dobrostan-lekarzy>



*Publikacja wyników z raportu, w całości lub w części jest możliwa pod warunkiem każdorazowego podania pełnego źródła, tj. Raport „Jak się dziś czujesz? Ogólnopolskie badanie dobrostanu lekarek i lekarzy” na zlecenie serwisu dla lekarzy PolpharmaDlaCiebie.pl*

#### **Kontakt dla mediów:**

Aleksandra Rok  
e-mail: [aleksandra.rok@247.com.pl](mailto:aleksandra.rok@247.com.pl)  
tel. kom.: +48 733 034 247

Karolina Dylewska  
e-mail: [karolina.dylewska@247.com.pl](mailto:karolina.dylewska@247.com.pl)  
tel. kom.: +48 690 900 569