

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.

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 wybrałoby 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 wyzwań 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.

Źródło: Raport „Jak się dziś czujesz? Ogólnopolskie badanie dobrostanu lekarek i lekarzy” na zlecenie serwisu dla lekarzy PolpharmaDlaCiebie.pl