

Absencja chorobowa I półrocze 2026 r.

1. Absencja chorobowa ogółem

W *Rejestrze zaświadczeń lekarskich* (według stanu bazy na dzień 03.07.2026 r.) w **I półroczu 2026 r.** zarejestrowano 14,1 mln zaświadczeń lekarskich o czasowej niezdolności do pracy wystawionych na łączną liczbę 147,7 mln dni absencji chorobowej (z tytułu choroby własnej, opieki nad dzieckiem oraz opieki nad innym członkiem rodziny).

W porównaniu z analogicznym okresem 2025 r. zmalała zarówno liczba dni absencji chorobowej o 0,3%, jak i liczba zaświadczeń lekarskich o 2,7%.

Tabl. 1 Absencja chorobowa w I półroczu 2026 r.

Okres	Liczba dni absencji chorobowej		Liczba zaświadczeń lekarskich	
	Ogółem	ubezpieczeni w ZUS	Ogółem	ubezpieczeni w ZUS
	w mln			
I półrocze 2025	148,1	129,6	14,5	13,5
I półrocze 2026	147,7	129,8	14,1	13,2
dynamika				
I półrocze 2025 = 100	99,7	100,2	97,3	97,4

W **czerwcu 2026 r.** wystawiono 2,0 mln zaświadczeń lekarskich o czasowej niezdolności do pracy na łączną liczbę 22,7 mln dni absencji chorobowej (z tytułu choroby własnej, opieki nad dzieckiem oraz opieki nad innym członkiem rodziny).

W porównaniu z majem br. liczba dni absencji chorobowej była wyższa o 1,8%, zaś liczba zaświadczeń lekarskich zmalała o 1,2%. Natomiast w porównaniu z czerwcem 2025 r. zarówno liczba dni absencji, jak i liczba zaświadczeń lekarskich zwiększyła się o 2,1%.

Tabl. 2 Absencja chorobowa w poszczególnych miesiącach 2026 r.

Okres	Liczba dni absencji chorobowej		Liczba zaświadczeń lekarskich	
	Ogółem	ubezpieczeni w ZUS	Ogółem	ubezpieczeni w ZUS
	w tys.			
I półrocze 2026	147 725,3	129 824,5	14 126,4	13 164,7
I	26 303,4	23 089,6	2 520,2	2 349,5
II	25 855,0	22 893,2	2 722,8	2 553,5
III	26 772,8	23 502,2	2 592,5	2 420,0
IV	23 711,7	20 747,7	2 231,0	2 073,1
V	22 337,3	19 628,6	2 042,6	1 899,3
VI	22 745,1	19 963,2	2 017,3	1 869,3
VI 2025 = 100	102,1	102,5	102,1	102,2
V 2026 = 100	101,8	101,7	98,8	98,4

2. Absencja chorobowa z tytułu choroby własnej osób ubezpieczonych w ZUS

W I półroczu 2026 r. z tytułu choroby własnej osobom ubezpieczonym w ZUS wystawiono 11,4 mln zaświadczeń lekarskich, łącznie na 123,1 mln dni absencji chorobowej. Przeciętna długość zaświadczenia to 10,81 dnia. Skumulowana (od początku roku) przeciętna długość absencji chorobowej wyniosła 24,98 dnia (24,11 dnia dla mężczyzn i 25,70 dnia dla kobiet). W analogicznym okresie 2025 r. wielkości te były przeciętnie niższe o 1 dzień.

W porównaniu z tym samym okresem ubiegłego roku liczba zaświadczeń wystawionych z tytułu choroby własnej osobom ubezpieczonym w ZUS była niższa o 2,5%, zaś liczba dni absencji chorobowej wyższa o 0,6%.

Tabl. 3 Absencja chorobowa z tytułu choroby własnej w I półroczu 2026 r.

Okres	Liczba dni absencji chorobowej		Liczba zaświadczeń lekarskich		Liczba osób	
	Ogółem	ubezpieczeni w ZUS	Ogółem	ubezpieczeni w ZUS	Ogółem	ubezpieczeni w ZUS
w mln						
I półrocze 2025	140,8	122,4	12,6	11,7	5,5	5,1
I półrocze 2026	140,8	123,1	12,3	11,4	5,3	4,9
dynamika						
I półrocze 2025 = 100	100,0	100,6	97,4	97,5	95,9	95,9

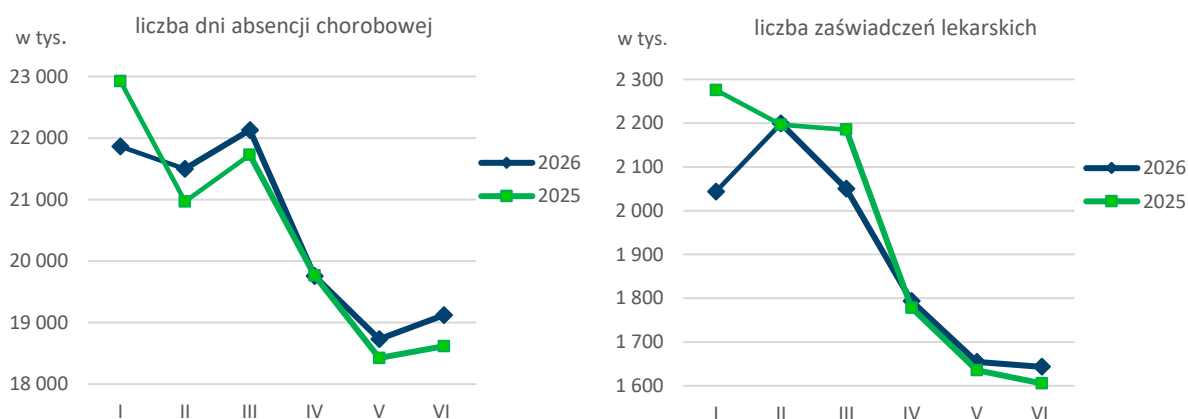
Absencja chorobowa w **czerwcu 2026 r.** z tytułu choroby własnej osób ubezpieczonych w ZUS to:

- 1,6 mln wystawionych zaświadczeń lekarskich,
- 19,1 mln dni absencji chorobowej,
- 11,64 dnia – przeciętna długość zaświadczenia lekarskiego.

W porównaniu do miesiąca poprzedniego liczba zaświadczeń wystawionych z tytułu choroby własnej osobom ubezpieczonym w ZUS zmalała o 0,7%, zaś liczba dni absencji chorobowej wzrosła o 2,1%. Natomiast w stosunku do czerwca 2025 r. liczba dni absencji chorobowej była wyższa o 2,7%, a liczba zaświadczeń lekarskich o 2,4%.

Tabl. 4 Absencja chorobowa z tytułu choroby własnej w poszczególnych miesiącach 2026 r.

Okres	Liczba dni absencji chorobowej		Liczba zaświadczeń lekarskich	
	Ogółem	ubezpieczeni w ZUS	Ogółem	ubezpieczeni w ZUS
	w tys.			
I półrocze 2026	140 795,5	123 095,7	12 298,3	11 384,6
I	25 040,8	21 862,3	2 206,0	2 043,4
II	24 418,4	21 495,4	2 359,2	2 199,2
III	25 360,2	22 130,1	2 213,2	2 050,5
IV	22 690,3	19 756,6	1 943,6	1 793,4
V	21 410,7	18 730,3	1 791,4	1 654,8
VI	21 875,1	19 121,1	1 784,8	1 643,3
VI 2025 = 100	102,2	102,7	102,2	102,4
V 2026 = 100	102,2	102,1	99,6	99,3

Rys. 1 Absencja chorobowa z tytułu choroby własnej osób ubezpieczonych w ZUS w poszczególnych miesiącach 2025 r. i 2026 r.

W I półroczu 2026 r. ponad połowę (tj. 56,3%) zaświadczeń z tytułu choroby własnej wystawiono kobietom. W analogicznym okresie 2025 r. odsetek ten kształtował się na zbliżonym poziomie.

W analizowanym okresie zaświadczenia lekarskie o długości:

- od 1 do 5 dni stanowiły 44,5% ogółu zaświadczeń lekarskich wystawionych z tytułu choroby własnej, a zaświadczenia jednodniowe 8,8%,
- od 6 do 10 dni – 20,9% ogółu zaświadczeń,

- od 11 do 30 dni – 29,3% ogółu zaświadczeń lekarskich.

W I półroczu 2025 r. udziały te kształtowały się odpowiednio: 44,9% (zaświadczenia jednodniowe 7,8%), 22,3% i 27,9%.

W stosunku do analogicznego okresu ubiegłego roku liczba zaświadczeń lekarskich o długości od 1 do 5 dni zmniejszyła się o 0,4 punktu procentowego, przy czym liczba zaświadczeń jednodniowych wzrosła o 1 punkt procentowy. Jednocześnie widoczny jest wzrost (o 1,4 punktu procentowego) liczby zaświadczeń wystawionych na okres od 11 do 30 dni.

Tabl. 5 Liczba zaświadczeń lekarskich wystawionych w I półroczu 2026 r. z tytułu choroby własnej osobom ubezpieczonym w ZUS według długości absencji chorobowej i płci

Płeć ubezpieczonego	Liczba zaświadczeń lekarskich	O orzeczonej długości absencji chorobowej w dniach:					
		1-5	1 dzień	6-10	11-20	21-30	31 dni i więcej
	w mln						
Ogółem	11,4	5,1	1,0	2,4	1,9	1,5	0,6
Mężczyźni	5,0	2,1	0,3	1,2	0,9	0,5	0,3
Kobiety	6,4	3,0	0,7	1,2	0,9	0,9	0,3

Najwyższy odsetek – 25,7% liczby dni absencji chorobowej odnotowano w grupie wiekowej między 30 a 39 rokiem życia. W populacji kobiet w tej grupie wiekowej odsetek był wyższy i wyniósł 29,9%. Natomiast wśród mężczyzn najwyższy odsetek (25,6%) odnotowano dla grupy wiekowej między 40 a 49 rokiem życia. W analogicznym okresie 2025 r. udziały te kształtowały się odpowiednio: 26,3%, 30,4% i 25,3%.

Tabl. 6 Struktura dni absencji chorobowej w I półroczu 2026 r. z tytułu choroby własnej osób ubezpieczonych w ZUS według wieku i płci

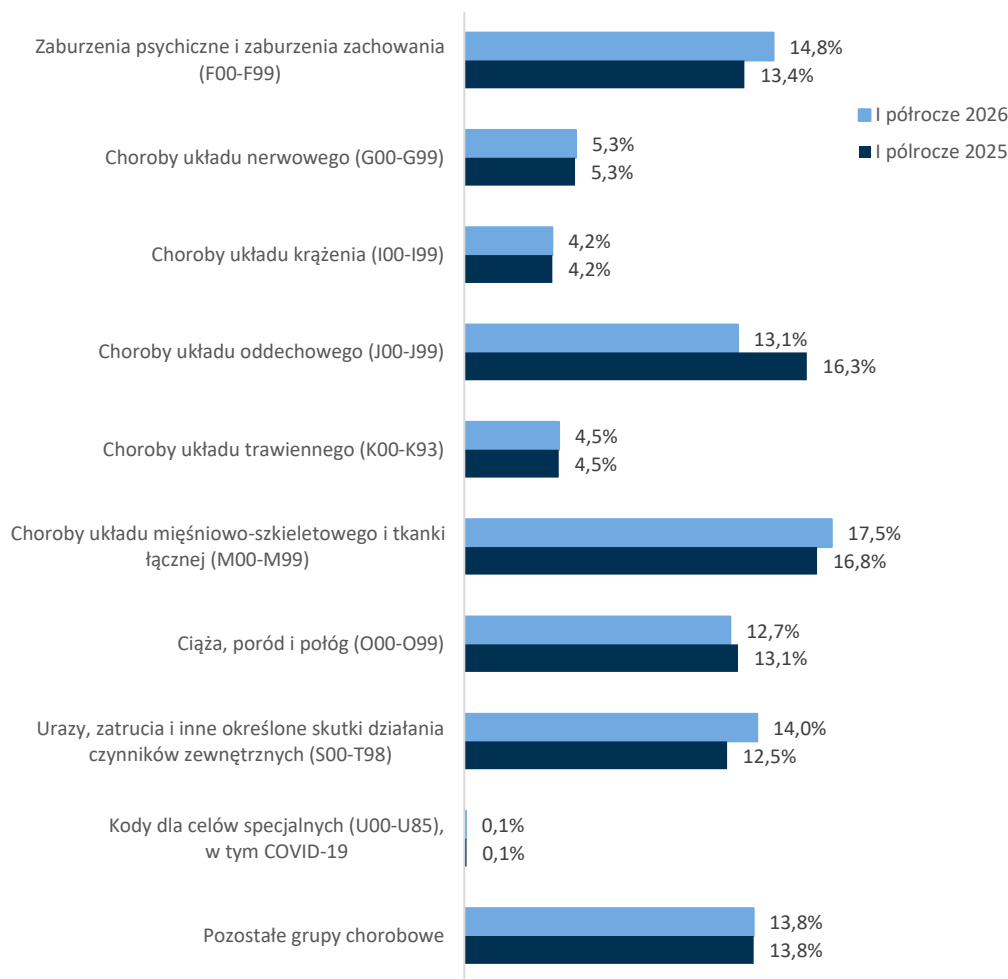
Wiek ubezpieczonego	Ogółem	Mężczyźni	Kobiety
	w odsetkach		
Ogółem	100,0	100,0	100,0
19 lat i mniej	0,9	1,3	0,6
20-29	13,9	11,4	15,8
30-39	25,7	20,2	29,9
40-49	24,6	25,6	23,9
50-59	23,5	24,3	22,9
60-64	7,9	12,0	4,7
65 lat i więcej	3,5	5,2	2,2

Najczęstszą przyczyną chorobową absencji w I półroczu 2026 r. były:

- choroby układu mięśniowo-szkieletowego i tkanki łącznej – 17,5% ogółu liczby dni absencji (21,6 mln dni absencji chorobowej),
- zaburzenia psychiczne i zaburzenia zachowania – 14,8% (18,2 mln dni),
- urazy, zatrucia i inne określone skutki działania czynników zewnętrznych – 14,0% (17,2 mln dni),
- choroby układu oddechowego – 13,1% (16,1 mln dni),
- ciąża, poród i połóg – 12,7% (15,6 mln dni).

Wśród przyczyn absencji dominowały choroby układu mięśniowo-szkieletowego i tkanki łącznej. W porównaniu do ubiegłego roku zauważalny jest wzrost liczby dni absencji w tej grupie chorobowej o 0,7 punktu procentowego. Liczba dni absencji wzrosła również w związku z urazami i zatruciami (o 1,5 punktu procentowego) oraz w związku z zaburzeniami psychicznymi i zaburzeniami zachowania (o 1,4 punktu procentowego). Natomiast spadek liczby dni absencji o 3,2 punktu procentowego widoczny jest w przypadku chorób układu oddechowego i o 0,4 punktu procentowego w przypadku ciąży, porodu i połogu.

Rys. 2 Struktura dni absencji chorobowej w I półroczu 2026 r. z tytułu choroby własnej osób ubezpieczonych w ZUS według grup chorobowych



Ranking jednostek chorobowych powodujących niezdolność do pracy w I półroczu 2026 r. (w kontekście **liczby dni absencji chorobowej**) kształtował się odmiennie w zależności od płci.

W populacji **mężczyzn** najdłuższą absencję powodowały:

- bóle grzbietu (M54) – 5,1% (w I półroczu 2025 r. – 4,8%),
- ostre zakażenie górnych dróg oddechowych o umiejscowieniu mnogim lub nieokreślonym (J06) – 5,1% liczby dni absencji chorobowej mężczyzn (w I półroczu 2025 r. – 6,6%),
- reakcja na ciężki stres i zaburzenia adaptacyjne (F43) – 4,5% (w I półroczu 2025 r. – 4,0%).

W rankingu tym grypa (J10, J11) zajęła 24 miejsce, stanowiąc 1,0% liczby dni absencji chorobowej mężczyzn (w I półroczu 2025 r. – 1,4%). W stosunku do analogicznego okresu

2025 r. liczba ta była niższa o 27,8%. Absencja chorobowa w związku z *COVID-19 (U07.1)* stanowiła, podobnie jak w roku poprzednim, 0,1% liczby dni absencji chorobowej mężczyzn.

W populacji **kobiet** najdłuższą absencję chorobową z tytułu choroby własnej powodowały:

- opieka położnicza z powodu stanów związanych głównie z ciążą (O26) – 19,5% liczby dni absencji chorobowej kobiet (w I półroczu 2025 r. było to 19,9%),
- reakcja na ciężki stres i zaburzenia adaptacyjne (F43) – 6,3% (w I półroczu 2025 r. – 5,5%),
- ostre zakażenie górnych dróg oddechowych o umiejscowieniu mnogim lub nieokreślonym (J06) – 4,8% (w I półroczu 2025 r. – 6,3%).

W rankingu jednostek chorobowych powodujących najdłuższą absencję chorobową, grypa (J10, J11) zajęła 19 miejsce i stanowiła 0,9% liczby dni absencji chorobowej kobiet (w I półroczu 2025 r. było to 1,3%). Był to spadek o 30,4% liczby dni absencji w stosunku do analogicznego okresu 2025 r. Podobnie jak w populacji mężczyzn, absencja chorobowa w związku z *COVID-19 (U07.1)*, również i w tym roku, stanowiła 0,1% liczby dni absencji chorobowej kobiet.

Rozpatrując absencję chorobową osób ubezpieczonych w ZUS, pod względem jednostek chorobowych powszechnie przyjętych za sezonowe, analizie poddano liczbę **zaświadczeń lekarskich** wystawionych w **czerwcu 2026 r.** I tak, z tytułu:

- ostrego zakażenia górnych dróg oddechowych o umiejscowieniu mnogim lub nieokreślonym (J06) wystawiono 98,9 tys. zaświadczeń (w stosunku do V 2026 r. był to spadek o 23,7%, w stosunku do VI 2025 r. spadek o 15,5%),
- ostrego zapalenia nosa i gardła (przeziębienie) (J00) wystawiono 62,7 tys. zaświadczeń (spadek o 17,4% w stosunku do V 2026 r. i o 8,2% w stosunku do VI 2025 r.),
- grypy (J10, J11) odnotowano 0,9 tys. zaświadczeń (był to spadek o 40,2% w stosunku do V 2026 r. oraz o 32,6% w stosunku do VI 2025 r.),
- COVID-19 (U07.1) – 0,3 tys. zaświadczeń (spadek o 35,3% w stosunku do V 2026 r. i o 91,8% w stosunku do VI 2025 r.).

3. Absencja chorobowa z tytułu opieki nad dzieckiem oraz nad innym członkiem rodziny osób ubezpieczonych w ZUS

W I półroczu 2026 r. z tytułu opieki nad dzieckiem osobom ubezpieczonym w ZUS wystawiono 1 484,1 tys. zaświadczeń lekarskich, łącznie na 5 340,8 tys. dni absencji chorobowej.

W porównaniu do analogicznego okresu 2025 r. liczba zaświadczeń lekarskich zmniejszyła się o 6,2%, natomiast liczba dni absencji chorobowej o 9,7%.

W **czerwcu 2026 r.** z tytułu opieki nad dzieckiem wystawiono 176,4 tys. zaświadczeń lekarskich na łączną liczbę 615,4 tys. dni absencji chorobowej. W porównaniu z majem br. liczba dni absencji chorobowej była niższa o 9,1%, zaś liczba zaświadczeń lekarskich o 10,2%. Natomiast w porównaniu z czerwcem 2025 r. zmalała zarówno liczba dni absencji o 5,0%, jak i liczba zaświadczeń lekarskich o 1,7%.

W przypadku opieki nad innym członkiem rodziny w I półroczu 2026 r. osobom ubezpieczonym w ZUS zostało wystawionych 283,0 tys. zaświadczeń lekarskich na łączną liczbę 1 318,7 tys. dni absencji chorobowej. W porównaniu z tym samym okresem 2025 r. wzrosła zarówno liczba dni absencji chorobowej o 9,0%, jak i liczba zaświadczeń lekarskich o 12,7%.

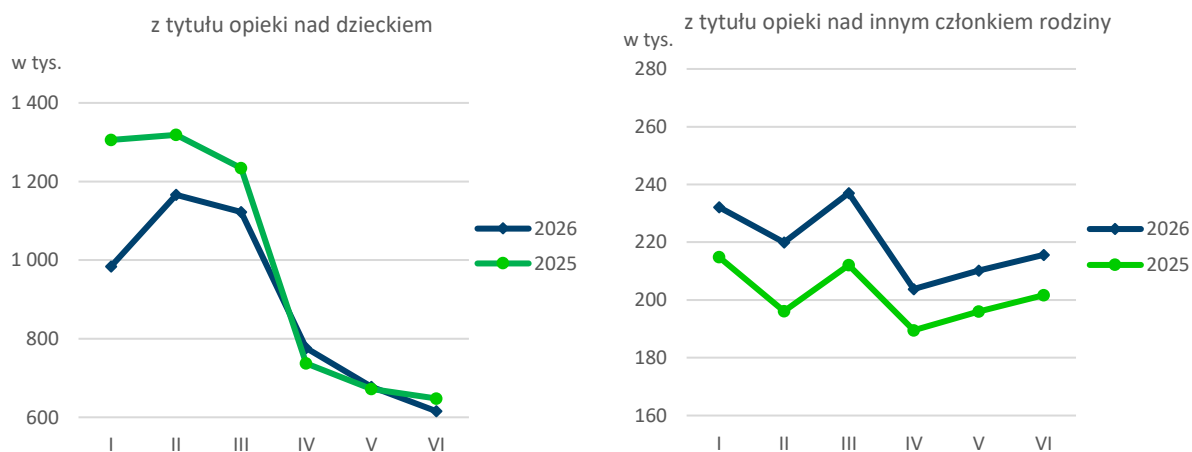
W samym tylko **czerwcu 2026 r.** wystawiono z tego tytułu 47,4 tys. zaświadczeń lekarskich z liczbą 215,7 tys. dni absencji chorobowej.

W porównaniu z majem br. liczba dni absencji chorobowej wzrosła o 2,6%, zaś liczba zaświadczeń lekarskich o 3,2%. Natomiast w porównaniu z czerwcem 2025 r. liczba dni absencji zwiększyła się o 7,0%, a liczba zaświadczeń lekarskich o 12,8%.

Tabl. 7 Absencja chorobowa w I półroczu 2026 r. z tytułu opieki nad dzieckiem oraz nad innym członkiem rodziny osób ubezpieczonych w ZUS

Okres	Absencja chorobowa z tytułu:			
	opieki nad dzieckiem		opieki nad innym członkiem rodziny	
	liczba dni absencji chorobowej	liczba zaświadczeń lekarskich	liczba dni absencji chorobowej	liczba zaświadczeń lekarskich
	w tys.			
I półrocze 2025	5 915,5	1 583,0	1 210,1	251,2
I półrocze 2026	5 340,8	1 484,1	1 318,7	283,0
I	983,8	258,0	232,1	46,1
II	1 166,0	307,2	219,9	45,0
III	1 122,1	314,9	237,0	52,1
IV	776,2	231,1	203,8	46,5
V	677,3	196,5	210,2	45,9
VI	615,4	176,4	215,7	47,4
dynamika				
I półrocze 2025 = 100	90,3	93,8	109,0	112,7
VI 2025 = 100	95,0	98,3	107,0	112,8
V 2026 = 100	90,9	89,8	102,6	103,2

Rys. 3 Liczba dni absencji chorobowej z tytułu opieki nad dzieckiem oraz opieki nad innym członkiem rodziny osób ubezpieczonych w ZUS w poszczególnych miesiącach 2025-2026



Uwaga: Ze względu na zaokrąglenia danych, w niektórych tabelach sumy składników mogą się nieznacznie różnić od podanych wielkości „ogółem”.