

Absencja chorobowa I-XI 2025 r.

1. Absencja chorobowa ogółem

W *Rejestrze zaświadczeń lekarskich* (według stanu bazy na dzień 03.12.2025 r.) w okresie od **stycznia do listopada 2025 r.** zarejestrowano 25,2 mln zaświadczeń lekarskich o czasowej niezdolności do pracy wystawionych na łączną liczbę 265,0 mln dni absencji chorobowej (z tytułu choroby własnej, opieki nad dzieckiem oraz opieki nad innym członkiem rodziny).

W porównaniu z analogicznym okresem 2024 r. wzrosła zarówno liczba dni absencji chorobowej o 0,2%, jak i liczba zaświadczeń lekarskich o 0,8%.

W **listopadzie 2025 r.** wystawiono 2,1 mln zaświadczeń lekarskich o czasowej niezdolności do pracy na łączną liczbę 22,2 mln dni absencji chorobowej (z tytułu choroby własnej, opieki nad dzieckiem oraz opieki nad innym członkiem rodziny).

W porównaniu z październikiem br. zmalała zarówno liczba dni absencji chorobowej o 16,5%, jak i liczba zaświadczeń lekarskich o 20,8%. Natomiast w porównaniu z listopadem 2024 r. liczba dni absencji była niższa o 5,0%, a liczba zaświadczeń lekarskich o 11,1%.

Tabl. 1 Absencja chorobowa w okresie I-XI 2025 r.

Okres	Liczba dni absencji chorobowej		Liczba zaświadczeń lekarskich	
	Ogółem	ubezpieczeni w ZUS	Ogółem	ubezpieczeni w ZUS
	w mln			
I-XI 2024	264,5	231,0	25,0	23,2
I-XI 2025	265,0	232,2	25,2	23,4
dynamika				
I-XI 2024 = 100	100,2	100,5	100,8	100,9

Tabl. 2 Absencja chorobowa w poszczególnych miesiącach 2025 r.

Okres	Liczba dni absencji chorobowej		Liczba zaświadczeń lekarskich	
	Ogółem	ubezpieczeni w ZUS	Ogółem	ubezpieczeni w ZUS
	w tys.			
I – XI 2025	264 979,8	232 176,2	25 152,4	23 409,4
I	27 913,6	24 456,5	2 841,1	2 655,3
II	25 542,4	22 492,3	2 748,5	2 573,1
III	26 439,3	23 181,7	2 740,5	2 562,1
IV	23 807,7	20 703,7	2 195,9	2 034,2
V	22 157,0	19 303,9	2 017,9	1 869,1
VI	22 284,0	19 475,3	1 975,4	1 828,9
VII	22 903,7	19 964,0	1 832,5	1 687,5
VIII	20 377,0	17 736,3	1 644,9	1 510,6
IX	24 775,2	21 915,4	2 411,0	2 256,0
X	26 576,6	23 511,6	2 648,2	2 481,3
XI	22 203,5	19 435,6	2 096,7	1 951,1
XI 2024 = 100	95,0	95,0	88,9	88,7
X 2025 = 100	83,5	82,7	79,2	78,6

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

W okresie od stycznia do listopada 2025 r. z tytułu choroby własnej osobom ubezpieczonym w ZUS wystawiono 20,5 mln zaświadczeń lekarskich, łącznie na 220,8 mln dni absencji chorobowej. Przeciętna długość zaświadczenia to 10,77 dnia. Skumulowana (od początku roku) przeciętna długość absencji chorobowej wyniosła 32,06 dnia (30,38 dnia dla mężczyzn i 33,50 dnia dla kobiet). W analogicznym okresie 2024 r. wielkości te były przeciętnie wyższe o ok. pół dnia.

W porównaniu z tym samym okresem ubiegłego roku liczba zaświadczeń wystawionych z tytułu choroby własnej osobom ubezpieczonym w ZUS wzrosła o 1,6%, zaś liczba dni absencji chorobowej o 0,9%.

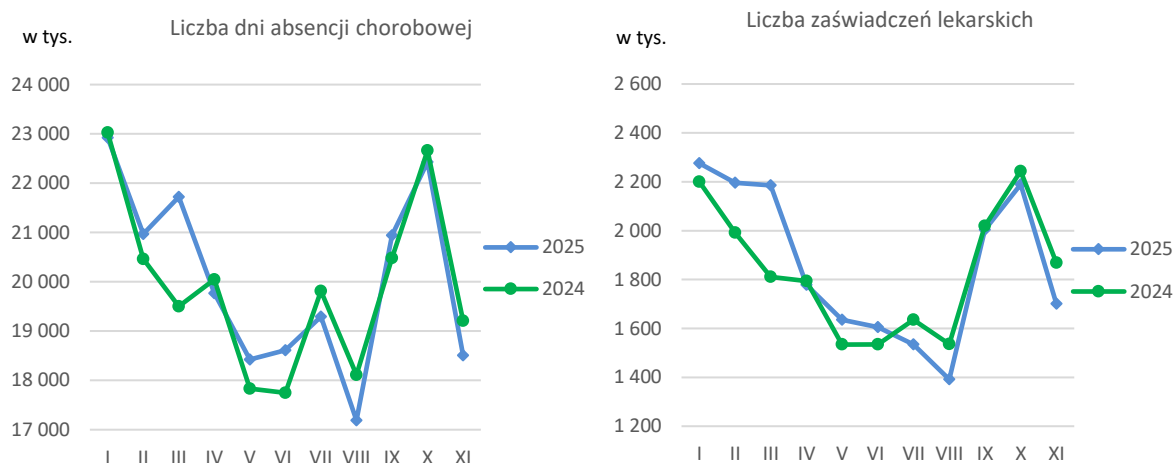
Tabl. 3 Absencja chorobowa z tytułu choroby własnej w okresie I-XI 2025 r.

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-XI 2024	252,0	218,9	21,9	20,2	7,3	6,8
I-XI 2025	253,3	220,8	22,2	20,5	7,4	6,9
dynamika						
I-XI 2024 = 100	100,5	100,9	101,4	101,6	101,2	101,4

Tabl. 4 Absencja chorobowa z tytułu choroby własnej w poszczególnych miesiącach 2025 r.

Okres	Liczba dni absencji chorobowej		Liczba zaświadczeń lekarskich	
	Ogółem	ubezpieczeni w ZUS	Ogółem	ubezpieczeni w ZUS
	w tys.			
I – XI 2025	253 268,2	220 787,5	22 167,3	20 497,0
I	26 342,3	22 924,4	2 452,4	2 275,7
II	23 978,1	20 966,9	2 362,8	2 196,4
III	24 942,7	21 724,2	2 354,2	2 184,9
IV	22 843,9	19 766,9	1 933,7	1 778,5
V	21 252,7	18 425,0	1 778,2	1 635,4
VI	21 397,5	18 614,9	1 746,0	1 605,4
VII	22 211,1	19 293,4	1 675,5	1 534,8
VIII	19 810,4	17 188,6	1 522,4	1 391,5
IX	23 774,0	20 943,1	2 152,2	2 003,6
X	25 463,7	22 429,7	2 349,1	2 189,5
XI	21 252,0	18 510,4	1 840,7	1 701,4
XI 2024 = 100	96,3	96,4	91,1	91,1
X 2025 = 100	83,5	82,5	78,4	77,7

Rys. 1 Absencja chorobowa z tytułu choroby własnej osób ubezpieczonych w ZUS w poszczególnych miesiącach lat 2024-2025



Absencja chorobowa w **listopadzie 2025 r.** z tytułu choroby własnej osób ubezpieczonych w ZUS to:

- 1,7 mln wystawionych zaświadczeń lekarskich,
- 18,5 mln dni absencji chorobowej,
- 10,88 dnia – przeciętna długość zaświadczenia lekarskiego.

W porównaniu do miesiąca poprzedniego liczba zaświadczeń wystawionych z tytułu choroby własnej osobom ubezpieczonym w ZUS zmalała o 22,3%, a liczba dni absencji chorobowej o 17,5%. Natomiast w stosunku do listopada 2024 r. liczba dni absencji chorobowej była niższa o 3,6%, a liczba zaświadczeń lekarskich o 8,9%.

Od **stycznia do listopada 2025 r.** ponad połowę (tj. 55,9%) zaświadczeń z tytułu choroby własnej wystawiono kobietom. W analogicznym okresie 2024 r. odsetek ten był niewiele niższy i wyniósł 55,5%.

W analizowanym okresie zaświadczenia lekarskie o długości:

- od 1 do 5 dni stanowiły 44,0% ogółu zaświadczeń lekarskich wystawionych z tytułu choroby własnej, a zaświadczenia jednodniowe 8,1%,
- od 6 do 10 dni - 21,7% ogółu zaświadczeń,
- od 11 do 30 dni - 29,1% ogółu zaświadczeń lekarskich.

W tym samym okresie 2024 r. udziały te kształtowały się odpowiednio 42,7% (zaświadczenia jednodniowe 7,4%), 22,4% i 29,8%.

Tabl. 5 Liczba zaświadczeń lekarskich wystawionych w okresie I-XI 2025 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	20,5	9,0	1,7	4,5	3,4	2,6	1,1
Mężczyźni	9,0	3,8	0,6	2,2	1,7	0,9	0,5
Kobiety	11,5	5,2	1,1	2,2	1,7	1,7	0,6

W stosunku do analogicznego okresu ubiegłego roku liczba zaświadczeń lekarskich o długości od 1 do 5 dni wzrosła o 1,3 punktu procentowego, przy czym liczba zaświadczeń jednodniowych wzrosła o 0,7 punktu procentowego. Jednocześnie widoczny jest spadek (o 0,7 punktu procentowego) liczby zaświadczeń wystawionych na okres od 11 do 30 dni.

Tabl. 6 Struktura dni absencji chorobowej w okresie I-XI 2025 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	1,1	1,5	0,8
20-29	15,1	12,3	17,2
30-39	26,3	21,1	30,3
40-49	24,5	25,3	23,9
50-59	22,6	23,4	22,0
60-64	7,4	12,0	3,9
65 lat i więcej	3,0	4,5	1,9

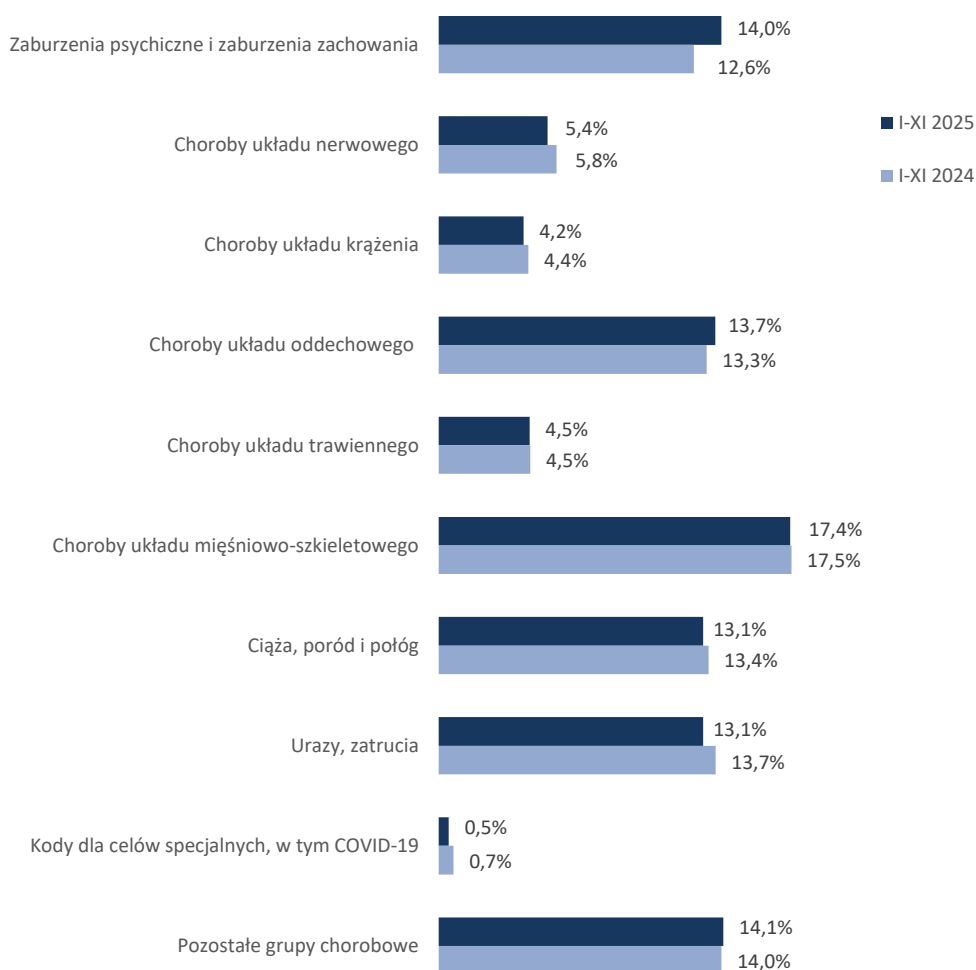
Najwyższy odsetek – 26,3% liczby dni absencji chorobowej odnotowano w grupie wiekowej między 30 a 39 rokiem życia. W populacji kobiet w tej grupie wiekowej odsetek liczby dni absencji również był najwyższy i wyniósł 30,3%. Natomiast wśród mężczyzn największy

odsetek 25,3% odnotowano dla grupy między 40 a 49 rokiem życia. W analogicznym okresie 2024 r. udziały te kształtowały się na zbliżonym poziomie.

Najczęstszą przyczyną chorobową absencji w okresie od **stycznia do listopada 2025 r.** były:

- choroby układu mięśniowo-szkieletowego i tkanki łącznej – 17,4% ogółu liczby dni absencji (38,5 mln dni absencji chorobowej),
- zaburzenia psychiczne i zaburzenia zachowania – 14,0% (31,0 mln dni),
- choroby układu oddechowego – 13,7% (30,3 mln dni),
- ciąża, poród i połóg – 13,1% (28,9 mln dni),
- urazy, zatrucia i inne określone skutki działania czynników zewnętrznych – 13,1% (29,0 mln dni).

Rys. 2 Struktura dni absencji chorobowej w okresie I-XI 2025 r. z tytułu choroby własnej osób ubezpieczonych w ZUS według grup chorobowych



Jak wyżej wspomniano, w przyczynach absencji dominowały choroby układu mięśniowo-szkieletowego i tkanki łącznej. Mimo to w porównaniu do ubiegłego roku zauważalny jest spadek liczby dni absencji w tej grupie chorobowej o 0,1 punktu procentowego. Zmalała również o 0,6 punktu procentowego liczba dni absencji w związku z urazami i zatruciami oraz o 0,3 punktu procentowego w związku z ciążą, porodem i położeniem. Natomiast liczba dni absencji wzrosła w przypadku chorób układu oddechowego o 0,4 punktu procentowego oraz w przypadku zaburzeń psychicznych i zaburzeń zachowania o 1,4 punktu procentowego.

Ranking jednostek chorobowych powodujących niezdolność do pracy w okresie **I-XI 2025 r.** (w kontekście **liczby dni absencji chorobowej**) kształtował się odmiennie w zależności od płci. W populacji **mężczyzn** najdłuższą absencję powodowały:

- ostre zakażenie górnych dróg oddechowych o umiejscowieniu mnogim lub nieokreślonym (J06) – 5,6% liczby dni absencji chorobowej mężczyzn (w okresie I-XI 2024 r. – 5,2%),
- bóle grzbietu (M54) – 5,0% ogółu (w okresie I-XI 2024 r. było to również 5,0%),
- reakcja na ciężki stres i zaburzenia adaptacyjne (F43) – 4,2% (w okresie I-XI 2024 r. – 3,6%).

W rankingu tym grypa (J10,J11) zajęła 29 miejsce, stanowiąc 0,8% ogółu liczby dni absencji chorobowej mężczyzn (w okresie I-XI 2024 r. – 0,3%). W stosunku do analogicznego okresu 2024 r. liczba ta zwiększyła się 2,5-krotnie. Natomiast jednostka chorobowa *COVID-19* (U07.1) stanowiła 0,4% ogółu liczby dni absencji chorobowej mężczyzn (w okresie I-XI 2024 r. – 0,6%).

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

- opieka położnicza z powodu stanów związanych głównie z ciążą (O26) – 20,0% ogółu liczby dni absencji chorobowej kobiet (w okresie I-XI 2024 r. – 20,4%),
- reakcja na ciężki stres i zaburzenia adaptacyjne (F43) – 5,9% (w okresie I-XI 2024 r. – 5,2%),
- ostre zakażenie górnych dróg oddechowych o umiejscowieniu mnogim lub nieokreślonym (J06) – 5,3% (w okresie I-XI 2024 r. – 5,1%).

W rankingu jednostek chorobowych powodujących najdłuższą absencję chorobową grypa (J10,J11) zajęła 22 miejsce i stanowiła 0,8% ogółu liczby dni absencji chorobowej kobiet

(w okresie I-XI 2024 r. – 0,3%). Był to blisko 3-krotny wzrost liczby dni absencji w stosunku do analogicznego okresu 2024 r. Natomiast absencja z tytułu *COVID-19 (U07.1)* stanowiła 0,5% ogółu liczby dni absencji chorobowej kobiet (w okresie I-XI 2024 r. – 0,7%).

Rozpatrując absencję chorobową osób ubezpieczonych w ZUS pod względem ogólnie przyjętych za sezonowe jednostki chorobowe analizie poddano liczbę **zaświadczeń lekarskich** wystawionych w **listopadzie 2025 r.** I tak, z tytułu:

- ostrego zakażenia górnych dróg oddechowych o umiejscowieniu mnogim lub nieokreślonym (J06) wystawiono 187,8 tys. zaświadczeń (był to spadek o 40,1% w stosunku do X 2025 r. oraz o 28,2% w stosunku do XI 2024 r.),
- ostrego zapalenia nosa i gardła (przeziębienie) (J00) wystawiono 118,7 tys. zaświadczeń (był to spadek o 36,9% w stosunku do X 2025 r. oraz o 19,0% w stosunku do XI 2024 r.),
- grypy (J10,J11) odnotowano 4,7 tys. zaświadczeń (był to spadek o 16,1% w stosunku do X 2025 r. i o 12,3% w stosunku do XI 2024 r.),
- COVID-19 (U07.1) – 17,9 tys. zaświadczeń (w stosunku do X 2025 r. był to spadek o 69,6% oraz wzrost o 63,8% w stosunku do XI 2024 r.),
- czynników wirusowych jako przyczyny chorób sklasyfikowanych w innych rozdziałach (B97) – 0,2 tys. zaświadczeń (był to spadek o 35,9% w stosunku do X 2025 r. oraz wzrost o 31,9% w stosunku do XI 2024 r.).

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

Od **stycznia do listopada 2025 r.** z tytułu **opieki nad dzieckiem** osobom ubezpieczonym w ZUS wystawiono 2 427,5 tys. zaświadczeń lekarskich, łącznie na 9 002,1 tys. dni absencji chorobowej.

W porównaniu do analogicznego okresu 2024 r. zmalała zarówno liczba zaświadczeń lekarskich o 6,3%, jak i liczba dni absencji chorobowej o 8,3%.

W **listopadzie 2025 r.** z tytułu opieki nad dzieckiem wystawiono 203,6 tys. zaświadczeń lekarskich na łączną liczbę 711,0 tys. dni absencji chorobowej. W porównaniu z październikiem br. zmalała zarówno liczba dni absencji chorobowej o 15,0%, jak i liczba

zaświadczeń lekarskich o 14,9%. Natomiast w porównaniu z listopadem 2024 r. liczba dni absencji była niższa o 31,6%, a liczba zaświadczeń lekarskich o 28,6%.

Tabl. 7 Absencja chorobowa w okresie I-XI 2025 r. z tytułu opieki nad dzieckiem oraz nad innym członkiem rodziny osób ubezpieczonych w ZUS

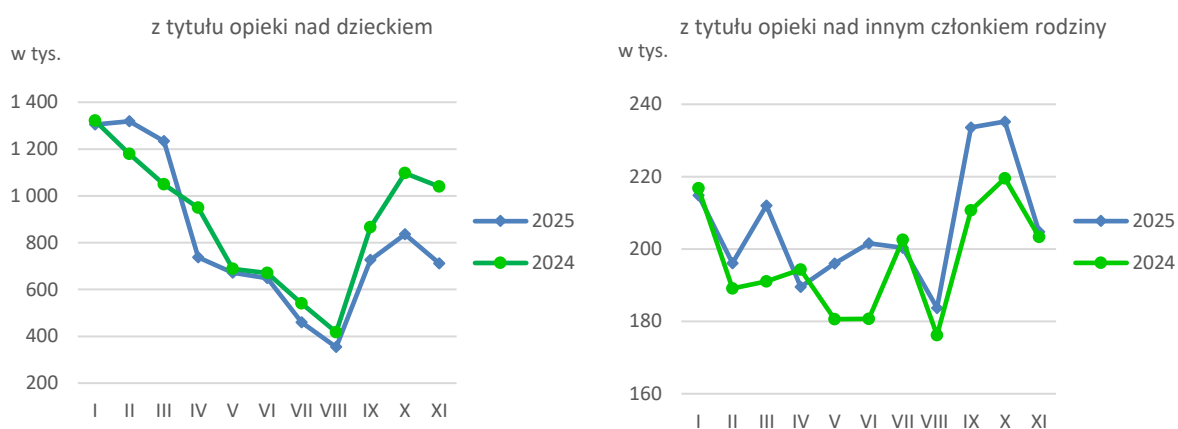
Okres	Absencja chorobowa z tytułu:			
	opieki nad dzieckiem		opieki nad innym członkiem rodziny	
	liczba dni absencji chorobowej	liczba zaświadczeń lekarskich	liczba dni absencji chorobowej	liczba zaświadczeń lekarskich
	w tys.			
I-XI 2024	9 815,0	2 589,7	2 165,0	426,2
I-XI 2025	9 002,1	2 427,5	2 267,7	462,6
I	1 305,6	335,5	214,8	42,1
II	1 318,7	335,7	196,1	39,0
III	1 234,1	330,1	212,1	44,9
IV	737,1	211,7	189,5	42,1
V	672,1	190,5	196,0	41,2
VI	647,9	179,5	201,6	42,0
VII	459,8	114,2	200,4	36,8
VIII	353,6	84,7	183,7	32,7
IX	726,1	202,9	233,6	47,2
X	836,1	239,2	235,2	50,6
XI	711,0	203,6	204,7	44,2
dynamika				
I-XI 2024 = 100	91,7	93,7	104,7	108,6
XI 2024 = 100	68,4	71,4	100,7	103,4
X 2025 = 100	85,0	85,1	87,0	87,4

W przypadku **opieki nad innym członkiem rodziny** w okresie **I-XI 2025 r.** osobom ubezpieczonym w ZUS zostało wystawionych 462,6 tys. zaświadczeń lekarskich na łączną liczbę 2 267,7 tys. dni absencji chorobowej. W porównaniu z tym samym okresem 2024 r. wzrosła zarówno liczba dni absencji chorobowej o 4,7%, jak i liczba zaświadczeń lekarskich o 8,6%.

Z tytułu opieki nad innym członkiem rodziny w **listopadzie 2025 r.** wystawiono 44,2 tys. zaświadczeń lekarskich z liczbą 204,7 tys. dni absencji chorobowej.

W porównaniu z październikiem br. zmalała zarówno liczba dni absencji chorobowej o 13,0%, jak i liczba zaświadczeń lekarskich o 12,6%. Natomiast w porównaniu z listopadem 2024 r. liczba dni absencji zwiększyła się o 0,7%, a liczba zaświadczeń lekarskich o 3,4%.

Rys. 3 Liczba dni absencji chorobowa z tytułu opieki nad dzieckiem oraz opieki nad innym członkiem rodziny osób ubezpieczonych w ZUS w poszczególnych miesiącach lat 2024-2025



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