Trwanie życia w zdrowiu w 2025 r.

26.11.2026 r.

62 lata dla mężczyzn
65,2 roku dla kobiet

Trwanie życia w zdrowiu w 2025 r.

W 2025 r. oczekiwane trwanie życia w zdrowiu noworodka wyniosło 62,04 roku dla mężczyzn i 65,18 roku dla kobiet i było większe o 0,4 roku dla mężczyzn oraz mniejsze o 0,1 roku dla kobiet w porównaniu do 2024 r.

Wzrost trwania życia w zdrowiu jest jednym z głównych celów polityki zdrowotnej wielu krajów. Jeżeli oczekiwane trwanie życia w zdrowiu wzrasta bardziej niż oczekiwane trwanie życia, oznacza to, że dodatkowe lata życia są spędzone w dobrym zdrowiu. Oczekiwane lata przeżyte w zdrowiu (Healthy Life Years, HLY) to wskaźnik obrazujący sytuację zdrowotną ludności, uwzględniający zarówno umieralność jak i stan zdrowia w danym roku w analizowanej populacji. Są one wyznaczane na podstawie tablic trwania życia dla danego okresu oraz danych o zasięgu niepełnosprawności według wieku, pochodzących z badań reprezentacyjnych (np. stanu zdrowia i innych regularnych badań, w których zbierane są informacje o stanie zdrowia). W szczególności w GUS do wyznaczania statystyk o trwaniu życia w zdrowiu wykorzystywane są współczynniki niepełnosprawności według wieku bazujące na danych dotyczących stopnia ograniczenia sprawności pochodzące z Europejskiego Badania Warunków Życia Ludności (Eurostat, EU-Statistics on Income and Living Conditions Survey, EU-SILC) realizowanego corocznie od 2005 r.

Wartość HLY_x interpretuje się jako liczbę lat, jaką miałyby średnio do przeżycia bez niepełnosprawności osoby w wieku x ukończonych lat, pod warunkiem że aktualne warunki umieralności i współczynniki niepełnosprawności nie uległyby zmianie do końca trwania życia tej zbiorowości.

W 2025 r. oczekiwane trwanie życia w zdrowiu noworodka (HLY_0) było o 3,1 roku wyższe dla kobiet niż dla mężczyzn. Różnica ta zmniejsza się wraz z wiekiem. Na przykład, dla osób w wieku 50 lat wyniosła 2 lata, a dla osób w wieku 65 lat mniej niż rok. Dla porównania w 2025 roku różnica w przeciętnym trwaniu życia w momencie urodzenia (e_0) wyniosła 7,1 roku na korzyść kobiet.

Trwanie życia w zdrowiu jest wyższe dla kobiet niż dla mężczyzn

W analizach trwania życia w zdrowiu warto wyznaczyć, jaką część oczekiwanego trwania życia noworodka stanowi oczekiwane trwanie życia w dobrym zdrowiu (bez niepełnosprawności). W 2025 r. udział ten wyniósł 82,3% dla mężczyzn oraz 79,0% dla kobiet.

Mężczyźni przeżywają bez niepełnosprawności większą część życia niż kobiety

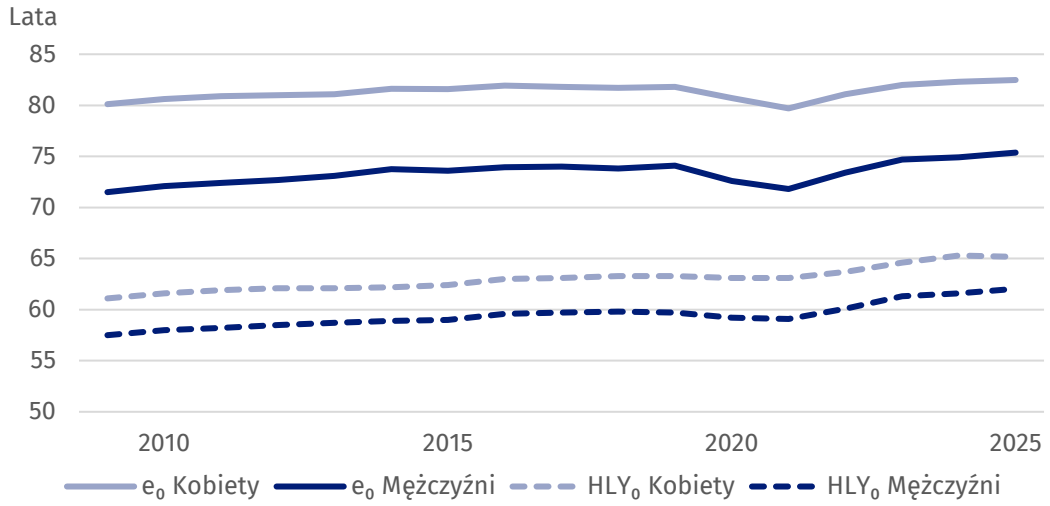
W latach 2009-2025 (pomijając okres pandemii COVID-19) wartości HLY_0 oraz przeciętnego trwania życia noworodka (e_0) systematycznie rosły (Wykres 1)[1,2]. W tych latach HLY_0 stanowiło od 79,9% do 82,3% wartości e_0 dla mężczyzn oraz od 76,2% do 79,3% dla kobiet. Oznacza to, iż

[1] Góral-Radziszewska, K., Waśkiewicz, K., Potyra, M. i Kuczyńska, K. (2020). *Trwanie życia w zdrowiu w Polsce w latach 2009-2019,* Warszawa, Główny Urząd Statystyczny, https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/trwanie-zycia/trwanie-zycia-w-zdrowiu-w-polsce-w-latach-2009-2019,4,1.html

[2] Główny Urząd Statystyczny, *Trwanie życia w zdrowiu w 2024 r.* [Informacja sygnalna], Warszawa 2025, https://publikacje.new.stat.gov.pl/portal-publikacje/trwanie-zycia-w-zdrowiu-w-2024-r

mimo że dla mężczyzn oczekiwane trwanie życia jest krótsze, to większa jego część byłaby spędzona bez niepełnosprawności niż dla kobiet.

Wykres 1. Oczekiwane trwanie życia (e_0) i oczekiwane trwanie życia w zdrowiu (HLY_0) noworodka w Polsce w latach 2009-2025



Tablica 1. Oczekiwane trwanie życia w zdrowiu noworodka (HLY_0) oraz odsetek trwania życia w zdrowiu (HLY_0/e_0) w 2025 r. według województw

	Mężczyźni		Kobiety	
	Oczekiwane trwanie życia w zdrowiu (HLY_0)	Procent życia w zdrowiu [%] (HLY_0/e_0)	Oczekiwane trwanie życia w zdrowiu (HLY_0)	Procent życia w zdrowiu [%] (HLY_0/e_0)
Polska	**62,04**	**82,3**	**65,18**	**79,0**
Dolnośląskie	62,36	82,9	65,70	80,0
Kujawsko-pomorskie	61,76	82,6	65,34	80,0
Lubelskie	60,28	80,2	63,41	76,3
Lubuskie	62,70	84,4	66,44	81,0
Łódzkie	60,98	82,5	64,00	78,7
Małopolskie	62,45	81,3	65,22	78,0
Mazowieckie	62,58	82,7	66,00	79,7
Opolskie	62,35	82,9	66,28	79,8
Podkarpackie	61,34	79,6	63,80	75,8
Podlaskie	60,65	79,9	63,57	75,9
Pomorskie	62,45	82,2	65,53	79,7

	Mężczyźni		Kobiety	
	Oczekiwane trwanie życia w zdrowiu (HLY_0)	Procent życia w zdrowiu [%] (HLY_0/e_0)	Oczekiwane trwanie życia w zdrowiu (HLY_0)	Procent życia w zdrowiu [%] (HLY_0/e_0)
Śląskie	61,47	82,1	64,45	78,8
Świętokrzyskie	61,58	82,0	64,70	77,9
Warmińsko-mazurskie	61,69	82,7	65,57	79,6
Wielkopolskie	63,47	84,1	66,53	81,0
Zachodniopomorskie	62,93	84,3	66,39	81,0

Mieszkańcy Polski zachodniej przeciętnie dłużej żyją bez niepełnosprawności w porównaniu do mieszkańców Polski wschodniej

W przekroju wojewódzkim różnica między skrajnymi wartościami w trwaniu życia w zdrowiu wyniosła 3,2 roku w przypadku mężczyzn i 3,1 dla kobiet

W Polsce można zaobserwować znaczne zróżnicowanie oczekiwanego trwania życia w zdrowiu noworodka między województwami. W województwach Polski zachodniej, a zwłaszcza północno zachodniej oczekiwane trwanie życia w zdrowiu w momencie urodzenia (HLY_0) jest wyższe niż w województwach leżących na wschodzie kraju (Mapa 1, Mapa 2).

W 2025 r. różnica między skrajnymi wartościami tego wskaźnika dla mężczyzn wyniosła 3,2 roku. Najdłuższe trwanie życia w zdrowiu mężczyzn odnotowano dla województw: wielkopolskiego (63,47 roku), zachodniopomorskiego (62,93 roku) i lubuskiego (62,70 roku), natomiast najkrótsze dla: lubelskiego (60,28 roku), podlaskiego (60,65 roku) i łódzkiego (60,98 roku) (Tablica 1, Mapa 1).

Dla kobiet różnica ta wyniosła 3,1 roku. Najwyższe trwanie życia w zdrowiu odnotowano w województwach: wielkopolskim (66,53 roku), lubuskim (66,44 roku), zachodniopomorskim (66,39 roku), opolskim (66,28 roku) i mazowieckim (66 lat), z kolei najkrótsze w województwach: lubelskim (63,41 roku), podlaskim (63,57 roku), podkarpackim (63,80 roku) oraz łódzkim (64 lata) (Tablica 1, Mapa 2).

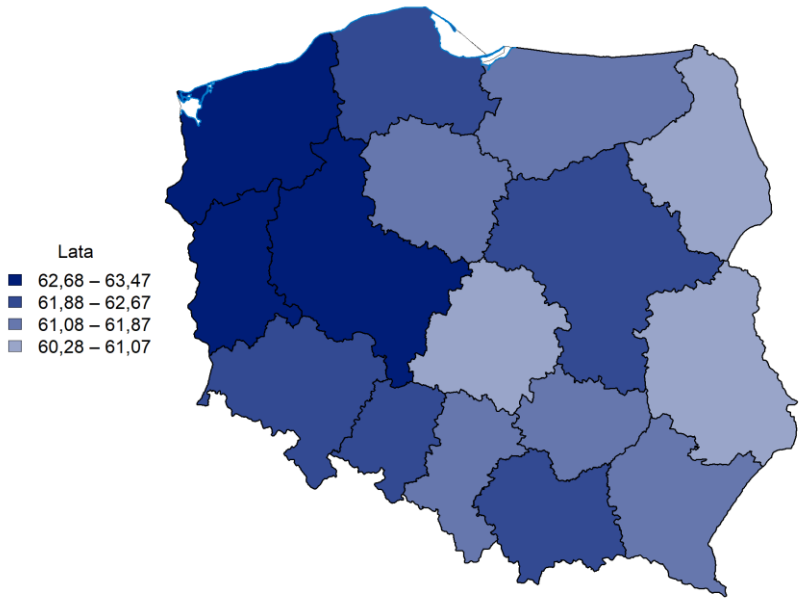
W 2025 r. wskaźnik HLY_0 zwiększył się dla mężczyzn w większości województw (z wyjątkiem: lubuskiego, zachodniopomorskiego, opolskiego i wielkopolskiego) w stosunku do 2024 r. Największy przyrost odnotowano w województwach: świętokrzyskim (o 0,7 roku) oraz podkarpackim (o 0,6 roku). W przypadku kobiet najwyższy przyrost wskaźnika HLY_0 wystąpił w województwach: świętokrzyskim (o 0,7 roku) oraz warmińsko-mazurskim (wzrost o 0,5 roku). W pięciu województwach odnotowano spadek wskaźnika HLY_0 - najwyższy w województwie podlaskim (o 0,4 roku).

Dla mężczyzn odnotowano wyraźne zróżnicowanie regionalne pod względem badanych wskaźników (Wykres 2). Województwa łódzkie, warmińsko-mazurskie, kujawsko-pomorskie, śląskie, świętokrzyskie i lubelskie wypadły niekorzystnie na tle reszty kraju – zaobserwowano tam wskaźniki oczekiwanego trwania życia oraz oczekiwanego trwania życia w zdrowiu poniżej poziomu ogólnokrajowego. Przeciwną sytuacją charakteryzowały się województwa małopolskie, pomorskie, mazowieckie i wielkopolskie, które osiągnęły wyniki powyżej poziomu krajowego dla obu wskaźników. Na uwagę zasługują przypadki odmiennego kształtowania się tych wskaźników. W województwach zachodniopomorskim i lubuskim, mimo niskiego oczekiwanego trwania życia, odnotowano relatywnie wysokie oczekiwane trwanie życia w zdrowiu. Inaczej wyglądała sytuacja w województwach podlaskim i podkarpackim, gdzie zaobserwowano wysokie oczekiwane trwanie życia i niskie oczekiwane trwanie życia w zdrowiu.

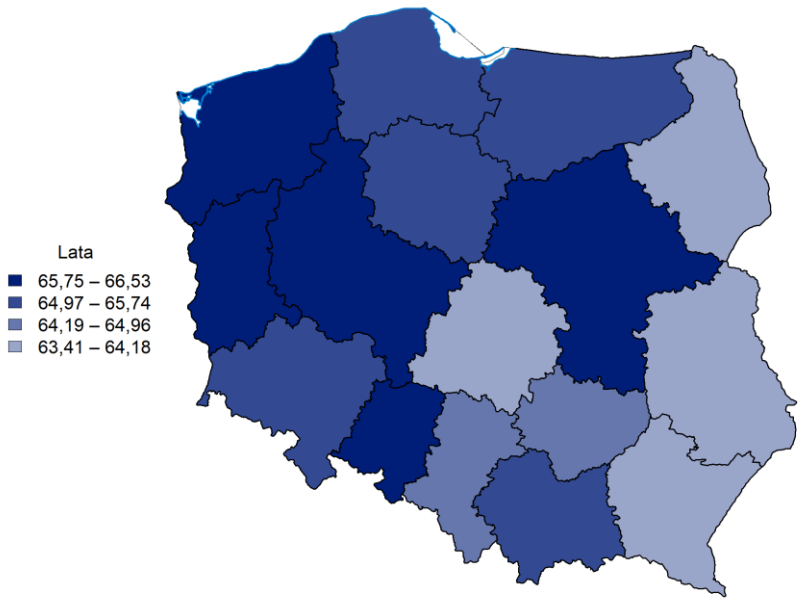
Wyniki łącznej analizy wskaźników oczekiwanego trwania życia i oczekiwanego trwania życia w zdrowiu dla kobiet również przedstawiają istotne różnice pomiędzy poszczególnymi regionami Polski (Wykres 3). Najmniej korzystna sytuacja wystąpiła w województwach łódzkim i śląskim, które odnotowały niskie wartości w obu wskaźników. Z kolei w województwach

opolskim oraz mazowieckim ukształtowały się one na poziomie wyraźnie przewyższającym poziom krajowy. W województwach wielkopolskim, lubuskim, zachodniopomorskim i dolnośląskim kobiety charakteryzowały się niższym (względem poziomu krajowego) oczekiwanym trwaniem życia i jednocześnie oczekiwane trwanie życia w zdrowiu znacząco przekroczyło poziom krajowy. Odmienną sytuację zaobserwowano w województwach lubelskim, podkarpackim i podlaskim, gdzie jednocześnie odnotowano wysokie oczekiwane trwanie życia oraz niskie oczekiwane trwanie życia w zdrowiu.

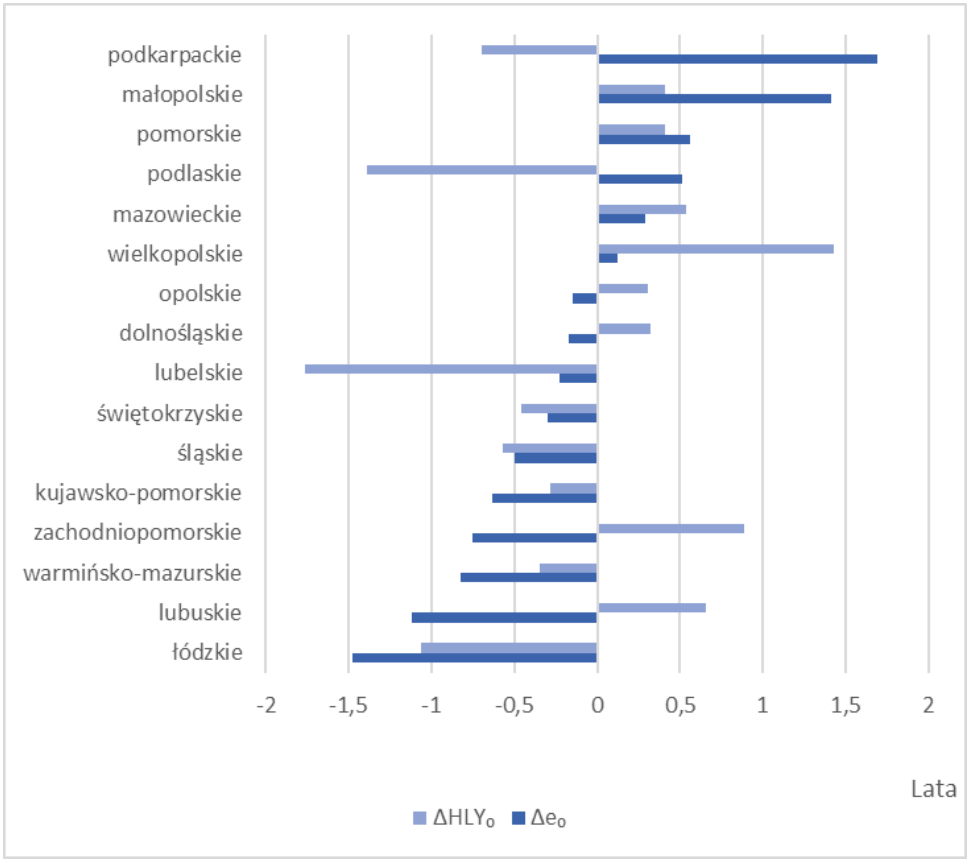
Mapa 1. Oczekiwane trwanie życia w zdrowiu (HLY_0) dla mężczyzn w 2025 r. według województw



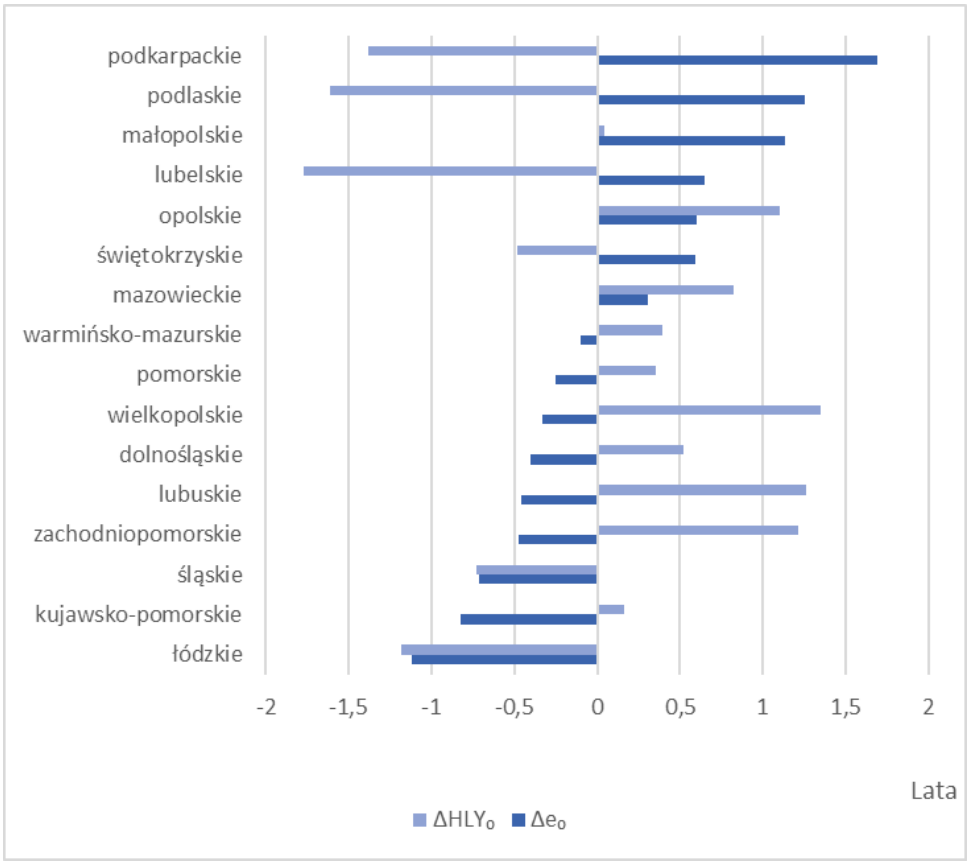
Mapa 2. Oczekiwane trwanie życia w zdrowiu (HLY_0) dla kobiet w 2025 r. według województw



Wykres 2. Oczekiwane trwanie życia i oczekiwane trwanie życia w zdrowiu noworodka dla mężczyzn w porównaniu do poziomu krajowego w 2025 r.



Wykres 3. Oczekiwane trwanie życia i oczekiwane trwanie życia w zdrowiu noworodka dla kobiet w porównaniu do poziomu krajowego w 2025 r.



Dodatkowe tablice dotyczące trwania życia w zdrowiu zostały umieszczone w plikach Excel stanowiących załączniki do niniejszego opracowania.

W przypadku cytowania tej publikacji prosimy o podanie jej tytułu oraz wskazanie Głównego Urzędu Statystycznego (GUS) jako autora. W sytuacji publikowania własnych obliczeń wykonanych na podstawie danych z tej publikacji, należy dodać zapis: Opracowanie własne na podstawie danych z publikacji GUS pt. „Trwanie życia w zdrowiu w 2025 r.”.

Opracowanie merytoryczne:
Departament Badań Demograficznych

Dyrektor Anita Abramowska-Kmon
Tel: 22 608 33 01

Rozpowszechnianie:
Wydział Prasowy

Tel. komórkowy: +48 695 255 032

Tel. stacjonarne: +48 22 608 38 04, +48 22 449 41 45, +48 22 608 30 09

e-mail: obslugaprasowa@stat.gov.pl

stat.gov.pl
@GUS_STAT
@GlownyUrzadStatystyczny
@gus_stat
@GłównyUrządStatystycznyGUS
@Główny Urząd Statystyczny

Powiązane opracowania

Trwanie życia w zdrowiu w Polsce w latach 2009-2019

Trwanie życia w zdrowiu w 2024 r.

Trwanie życia w 2025 r.

Temat dostępny w bazach danych

Bank Danych Lokalnych

Dziedzinowe Bazy Wiedzy

Ważniejsze pojęcia dostępne w słowniku

Oczekiwane trwanie życia w zdrowiu osób w wieku x lat (HLY_x)

Procent dalszego życia w zdrowiu [%]

Przeciętne dalsze trwanie życia osób w wieku x lat (e_x)