

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

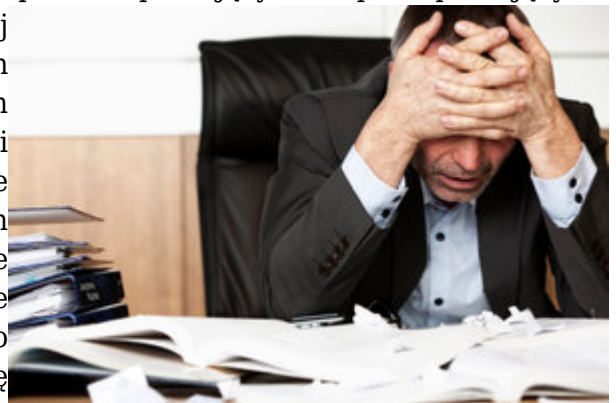
- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Depresja dotknęła 10 procent dorosłych Polaków

Depresja dotknęła 10 proc. dorosłych, w tym trzech na stu choruje na nią obecnie. Jako przyczyny depresji ankietowani najczęściej wskazują długotrwały stres, szybkie tempo życia oraz samotność - wynika z najnowszego sondażu CBOS.

Jak wynika z badań CBOS, z deklaracjami badanych dotyczącymi chorowania na depresję najsilniej związane są czynniki ekonomiczne i zawodowe, a także stan cywilny i bycie z kimś w związku. Do depresji częściej, ogólnie rzecz biorąc, przyznają się respondenci nieaktywni zawodowo, niż osoby pracujące: obecnie ma ją - według własnej diagnozy - 5 proc. niepracujących i 1 proc. pracujących. Spośród niepracujących najczęściej doświadczają jej renciści i osoby bezrobotne. W grupie pracujących osoby dotknięte depresją są bardzo nieliczne. Wyjątkiem są robotnicy niewykwalifikowani, wśród których - jeśli bazować na deklaracjach - ma ją obecnie czterokrotnie więcej osób niż wśród ogółu dorosłych. Zdaniem autorów badania, depresja współwystępuje zauważalnie również z niskim statusem ekonomicznym. Chorowanie na nią w przeszłości lub teraz relatywnie często deklarują badani źle oceniający własną sytuację materialną i uzyskujący najniższe dochody per capita (poniżej 900 zł). Depresję obecnie lub w przeszłości częściej deklarują badani mający wykształcenie podstawowe lub gimnazjalne niż osoby z wykształceniem wyższym. Ponadto ryzyko depresji zwiększa również niepozostawanie w związku (formalnym lub nieformalnym), przy czym w największym stopniu dotyczy to niebędących obecnie w związku osób rozwiedzionych lub w separacji.



Według CBOS, wpływ wieku i miejsca zamieszkania jest słabszy. Do depresji najrzadziej przyznają się najmłodsi respondenci i mający od 35 do 44 lat. Jeśli chodzi o wielkość miejscowości, depresję deklarują obecnie najczęściej badani z miast średniej wielkości (20 000 - 99 000 ludności), a relatywnie najrzadziej - z największych aglomeracji (półmilionowych i większych). Kobiety nieznacznie częściej niż mężczyźni deklarują, że chorowały na depresję w przeszłości, niemniej wpływ płci nie jest istotny statystycznie. Ponadto do chorowania na depresję dwukrotnie częściej przyznają się osoby, które kategorycznie uznają depresję za coś wstydlivego (14 proc.), niż niepostrzegający jej w taki sposób (6 proc.).

Zdaniem największej grupy badanych do zachorowania na depresję najbardziej przyczynia się nadmierny, długotrwały stres (68 proc.), w drugiej kolejności zaś ex aequo szybkie tempo życia, brak czasu dla siebie, nadmiar obowiązków, pracy (56 proc.) oraz samotność, brak kontaktów z ludźmi lub niewystarczające, powierzchowne kontakty z ludźmi (56 proc.). Mniej więcej co czwarty respondent uważa, że za depresję odpowiedzialne jest nadużywanie alkoholu i narkotyków (23 proc.), a co siódmy, że zbyt mała ilość snu, brak odpoczynku (15 proc.).

Badani, którzy przechodzili depresję wyłącznie raz, w ogromnej większości wskazują, że spowodowało ją jakieś traumatyczne zdarzenie z ich życia. Z kolei osoby, które chorowały na depresję więcej niż raz, częściej niż przeciętnie twierdzą, że pojawiła się bez wyraźnej przyczyny.

82 proc. badanych przyznających się do chorowania na depresję konsultowało się w tej sprawie z lekarzem, psychologiem lub psychoterapeutą. Nieliczni (18 proc.), którzy nie skorzystali z pomocy specjalisty, jako powód takiego postępowania najczęściej podawali, że mogą samodzielnie poradzić sobie z chorobą lub - znacznie rzadziej - że nie jest to poważny problem. Większość ankietowanych, którzy konsultowali depresję ze specjalistą, korzystała z pomocy lekarza psychiatry (66 proc.). Blisko dwie piąte (38 proc.) było w tej sprawie u psychologa lub psychoterapeuty, a niemal jedna trzecia (29 proc.) - u lekarza rodzinnego lub podstawowej opieki zdrowotnej.

Badanie "Aktualne problemy i wydarzenia" przeprowadzono metodą wywiadów bezpośrednich

wspomaganych komputerowo w dniach 4-11 października 2018 roku na liczącej 1016 osób reprezentatywnej próbie losowej dorosłych mieszkańców Polski.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/28750.html>



23-06-2026

Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej

Dostawca szkoleń aptaskil przygotowuje wykwalifikowanych specjalistów.



22-06-2026

Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią

Opracowanie strategii leczenia nowotworów odpornych na terapię.



22-06-2026

Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny

Pojazd powstał z myślą o udziale w zawodach inżyniersko-wyścigowych.



22-06-2026

[Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#)

W badaniach uczestniczyły polskie ośrodki.



22-06-2026

[Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#)

Wśród ukraińskich uchodźców.



22-06-2026

[Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#)

Sfera ta rośnie szybciej niż wiedza o jej wpływie na ludzką seksualność.



22-06-2026

Przyjemnych snów życzy anestezyjolog

Wystarczy przestrzegać protokołu znieczulenia.



22-06-2026

Za mało siedzenia także może szkodzić

Od lat lekarze i naukowcy powtarzają, że należy mniej siedzieć i więcej się ruszać.

Informacje dnia: [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#) [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#)

Partnerzy