

[Akceptuję](#)

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](#)

Dokuczliwa samotność jest powszechna

Analiza danych ze 106 krajów wskazuje na szeroki problem samotności. Dotyczy ona przy tym osób w różnym wieku, także młodych i często negatywnie wpływa na zdrowie psychiczne oraz fizyczne.

Naukowcy z University of Sydney sprawdzili, jak na świecie kształtuje się problem samotności. Już wcześniejsze badania wskazywały bowiem na związane z nią zagrożenia w niektórych krajach. Np. jedna z amerykańskich analiz wskazała, że 1 na 12 osób doświadcza samotności na poziomie, który może prowadzić do zaburzeń zdrowia.

Zespół z Australii natomiast zebrał i podsumował dane pochodzące 106 krajów. Informacje dotyczyły osób z różnych grup wiekowych, a rezultaty - jak mówią autorzy badania - niepokoją.

Jeśli chodzi o nastolatki, szkodliwa samotność dotykała od 9,2 proc. tej populacji w Południowo-Wschodniej Azji do 14,4 proc. w rejonie Morza Śródziemnego.

W przypadku dorosłych analiza uwzględniła tylko Europę i na tym terenie ukazała się spójna zależność. Najniższy poziom samotności we wszystkich grupach wiekowych naukowcy zanotowali na północy kontynentu. Dotykała ona 2,9 proc. młodych dorosłych, 2,7 proc. - w średnim wieku i 5,2 proc. - starszych.

Najgorsze wyniki stwierdzono w Europie Wschodniej. Tutaj aż 7,5 proc. młodych dorosłych odczuwało niebezpieczną samotność, 9,6 badanych w średnim wieku i aż 21,3 proc. - starszych.

Dane uwzględnione w analizie dotyczyły okresu od 2000 do 2019 roku. Nie pozwoliły one na ocenę zmian problemu w czasie, ale zdaniem naukowców pandemia Covid-19 mogła mieć znaczący, negatywny wpływ na stan obecny.

Mimo ograniczeń przeprowadzonego badania, np. braku danych na temat niektórych krajów o niskich i średnich dochodach, wyniki podkreślają pilną potrzebę rozpoczęcia działań zaradczych. „Wysiłku z zakresu zdrowia publicznego, nakierowane na zapobieganie samotności, wymagają dobrze skoordynowanych obserwacji na różnych etapach życia i na szerokim terytorium” - piszą autorzy publikacji, która ukazała się w piśmie „The BMJ” (<https://www.bmj.com/content/376/bmj-2021-067068>).

„Wyraźne różnice w występowaniu samotności w różnych krajach i regionach zmuszają do przeprowadzenia głębokiej analizy przyczyn problemu na poziomie systemowym i do opracowania sposobów radzenia sobie z nim” - dodają.

Jak podkreśla Roger O’Sullivan z irlandzkiego Institute of Public Health w dołączonym do pracy komentarzu, samotność generuje duże koszty dla poszczególnych osób i społeczeństwa, a jej łagodzenie "powinno być politycznym priorytetem". Ekspert zwraca też uwagę, iż obecna pandemia pomogła rozwiązać mit, że samotność to tylko problem osób starszych. Oznacza to m.in., że odpowiednie działania muszą uwzględniać czynniki społeczne i strukturalne, wpływające na ryzyko samotności. Można tutaj wymienić np. biedę, poziom wykształcenia, nierówności społeczne, dostęp do komunikacji, czy stan mieszkaniowy.

Pomóc mogą natomiast np. kampanie uświadamiające, zwalczające stereotypy i stygmatyzację, jednocześnie wskazujące wartość zaangażowania w życie społeczne.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/31135.html>



02-07-2026

Nośniki eków po 14 miesiącach na Międzynarodowej Stacji Kosmicznej

Analizy mają pokazać, jak promieniowanie kosmiczne wpłynęło na nośniki leków.



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 anestezjolog

Wystarczy przestrzegać protokołu znieczulenia.

Informacje dnia: [Nośniki eków po 14 miesiącach na Międzynarodowej Stacji Kosmicznej 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](#) [Nośniki eków po 14 miesiącach na Międzynarodowej Stacji Kosmicznej 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](#)

Partnerzy