



Łysienie – między wyglądem, zdrowiem a pewnością siebie

Polacy o wypadaniu włosów: to już nie tylko problem lustra.

Łysienie w Polsce przestaje być tematem, który można zamknąć w rubryce „uroda”. Wyniki badania przeprowadzonego przez CBR Biostat pokazują, że łysienie i wypadanie włosów funkcjonują jednocześnie jako problem estetyczny, zdrowotny i psychologiczny. Dla jednych pozostaje naturalnym elementem starzenia, dla innych staje się problemem zdrowotnym i psychologicznym. Kobiety wyraźnie częściej widzą w nim zagrożenie dla pewności siebie i częściej szukają profesjonalnej pomocy. Mężczyźni częściej oswajają łysienie jako naturalne i deklarują większą gotowość do pozostawienia sprawy bez działania.

Sondaż zrealizowano techniką CAWI od 30 września do 4 października 2026 roku na próbie 1000 dorosłych Polaków, reprezentatywnej ze względu na płeć, wiek i miejsce zamieszkania.

Łysienie i wypadanie włosów nie są zjawiskiem marginalnym. 61,3% badanych zauważyło w ostatnim roku przynajmniej jeden problem dotyczący włosów lub skóry głowy.

Społeczne znaczenie włosów jest znacznie większe, niż sugerowałoby uproszczenie, że chodzi wyłącznie o wygląd. 70,7% badanych dostrzega wpływ łysienia na samoocenę, 59,7% na relacje partnerskie, 59,0% na komfort podczas zdjęć i nagrań, a 47,5% na sytuacje zawodowe.

Kobiety częściej widzą w łysieniu problem zdrowotny, częściej wiążą je z obniżeniem pewności siebie, częściej dostrzegają wpływ na relacje i życie społeczne, częściej szukają informacji i częściej wybierają kontakt z lekarzem. Mężczyźni częściej traktują łysienie jako naturalny etap starzenia, jako cechę potencjalnie atrakcyjną i jako problem, którego nie zawsze trzeba rozwiązywać.

Młodszy są bardziej wrażliwi na społeczne konsekwencje utraty włosów, mocniej wiążą je z własnym wizerunkiem, częściej korzystają z internetu i trychologów, a także deklarują większą gotowość do wydawania pieniędzy. Starsi częściej akceptują łysienie i rzadziej postrzegają je jako problem.

Polacy w dużej mierze zgadzają się, że nasilone wypadanie włosów powinno skłonić do konsultacji lekarskiej, a leki zalecone przez lekarza uznają za najskuteczniejszą metodę spośród ocenianych. Mimo to tylko 31,7% deklaruje, że lekarz będzie ich pierwszym wyborem.

Problem jest powszechny

38,7% respondentów deklaruje, że w ciągu ostatnich 12 miesięcy nie zauważyło u siebie żadnego z problemów dotyczących włosów lub skóry głowy. 61,3% wskazało przynajmniej jeden problem. Najczęściej wskazywanym problemem dotyczącym włosów jest przerzedzanie się włosów — na co wskazało 17,0% ankietowanych, nasilone wypadanie — u 16,2%, łupież, świąd lub podrażnienie skóry głowy — również 16,2%, a także osłabienie, łamliwość lub suchość włosów — 14,9%.

**Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy zauważył/a Pan/i u siebie
którykolwiek z poniższych problemów?**

n=1000

Krzyżowanie ze względu na płeć.



Sondaż zrealizowano techniką CAWI od 30 września do 4 października 2026 roku na próbie 1000 dorosłych Polaków, reprezentatywnej ze względu na płeć, wiek i województwo.

Kobiety i mężczyźni nie różnią się zasadniczo tym, czy w ogóle zetknęli się z problemami włosów, lecz raczej tym, jakiego rodzaju problemy zauważają. Nasilone wypadanie włosów deklaruje 22,7% kobiet i tylko 9,1% mężczyzn. Jeszcze większa różnica pojawia się przy osłabieniu, łamliwości lub suchości włosów: 21,3% kobiet wobec 7,8% mężczyzn. Z kolei na cofanie linii włosów uskarża się 12,4% mężczyzn wobec 5,7% kobiet, natomiast na łysienie plackowate lub miejscowe ubytki włosów 9,5% mężczyzn i 3,4% kobiet.

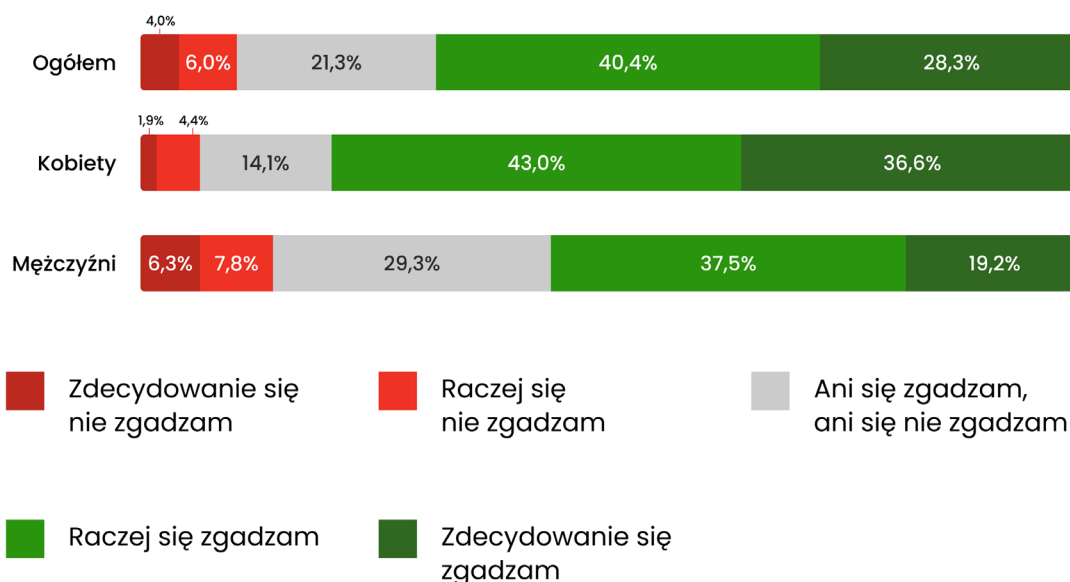
Kobiety częściej mówią o problemie

68,7% badanych zgadza się ze stwierdzeniem, że wypadanie włosów może istotnie obniżyć pewność siebie.

Z tezą o wpływie wypadania włosów na pewność siebie zgadza się 79,6% kobiet, ale tylko 56,6% mężczyzn. Szczególnie mocno kontrastuje odpowiedź „zdecydowanie się zgadzam”: 36,6% kobiet wobec 19,2% mężczyzn.

Wypadanie włosów może istotnie obniżyć pewność siebie

n=1000



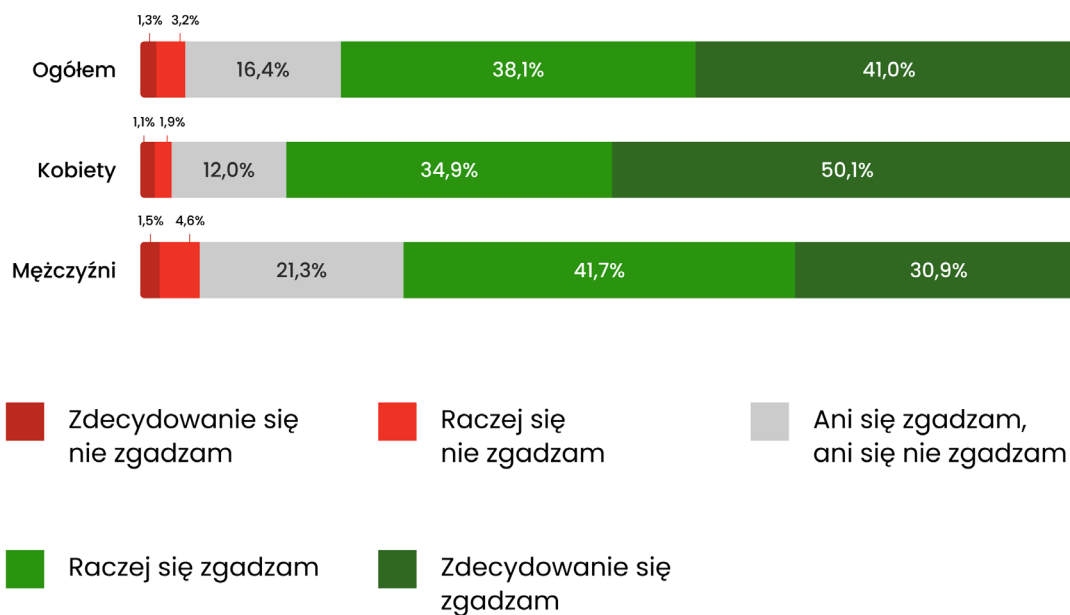
Sondaż zrealizowano techniką CAWI od 30 września do 4 października 2026 roku na próbie 1000 dorosłych Polaków, reprezentatywnej ze względu na płeć, wiek i województwo.

Jeszcze mocniej wybrzmiewa przekonanie, że nagłe lub nasilone wypadanie włosów powinno być sygnałem do konsultacji z lekarzem — zgadza się z tym w sumie 79,1% respondentów.

Nagłe lub nasilone wypadanie włosów powinno skłonić do konsultacji z lekarzem

Krzyżowanie ze względu na płeć.

n=1000



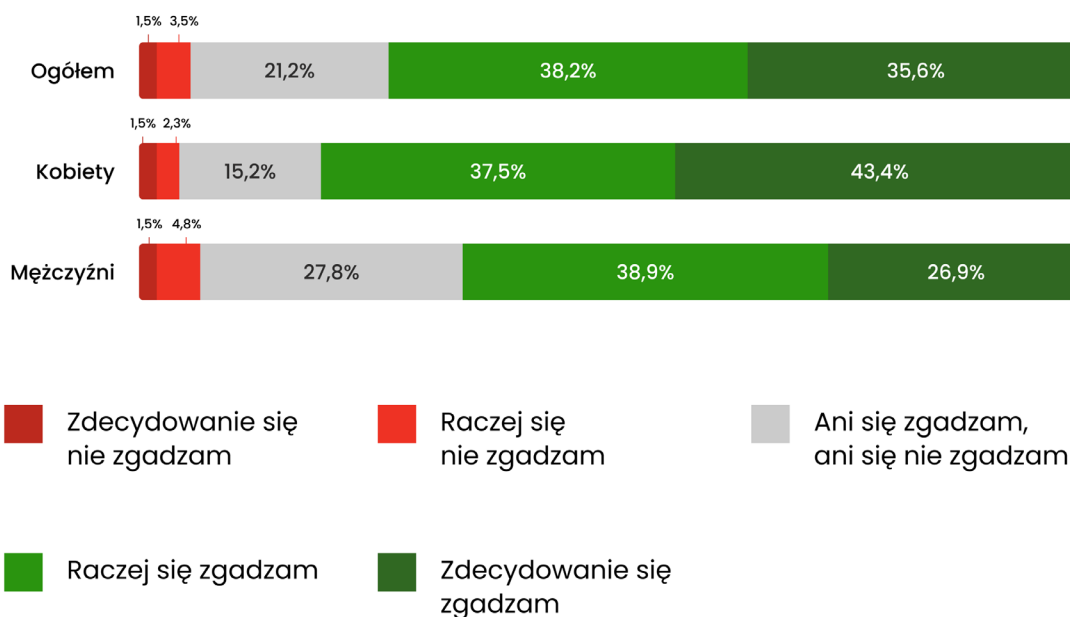
Sondaż zrealizowano techniką CAWI od 30 września do 4 października 2026 roku na próbie 1000 dorosłych Polaków, reprezentatywnej ze względu na płeć, wiek i województwo.

73,8% Polaków uważa, że o łysieniu kobiet mówi się zbyt rzadko i zbyt mało otwarcie. Wśród kobiet odsetek zgadzających się sięga 81,0%, natomiast wśród mężczyzn 65,9%. Co istotne, aż 43,4% kobiet wybiera odpowiedź „zdecydowanie się zgadzam”, podczas gdy w grupie mężczyzn jest to 26,9%.

To jeden z najmocniejszych obrazów całego badania: problem włosów jest przez kobiety częściej postrzegany jako temat wymagający nazwania i społecznego oswojenia.

**Łysienie u kobiet jest tematem,
o którym mówi się zbyt rzadko i zbyt mało otwarcie**
Krzyżowanie ze względu na płeć.

n=1000



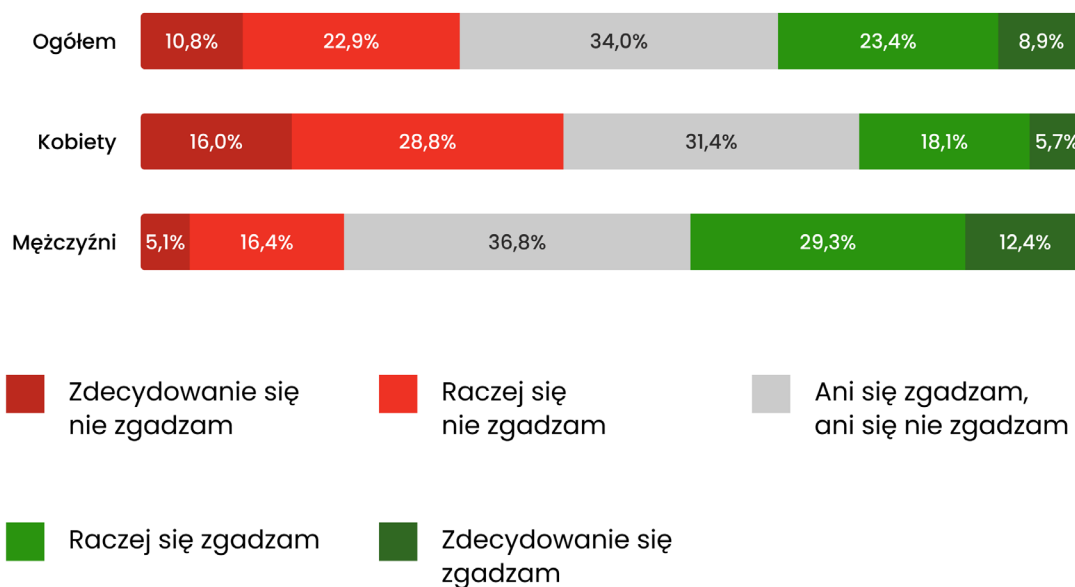
Sondaż zrealizowano techniką CAWI od 30 września do 4 października 2026 roku na próbie 1000 dorosłych Polaków, reprezentatywnej ze względu na płeć, wiek i województwo.

Wśród kobiet 44,8% nie zgadza się ze stwierdzeniem, że utrata włosów jest przede wszystkim problemem estetycznym, a wśród mężczyzn tylko 21,5%. Z kolei za estetycznym charakterem problemu opowiada się 41,7% mężczyzn i 23,8% kobiet.

Utrata włosów jest przede wszystkim problemem estetycznym, a nie zdrowotnym

Krzyżowanie ze względu na płeć.

n=1000

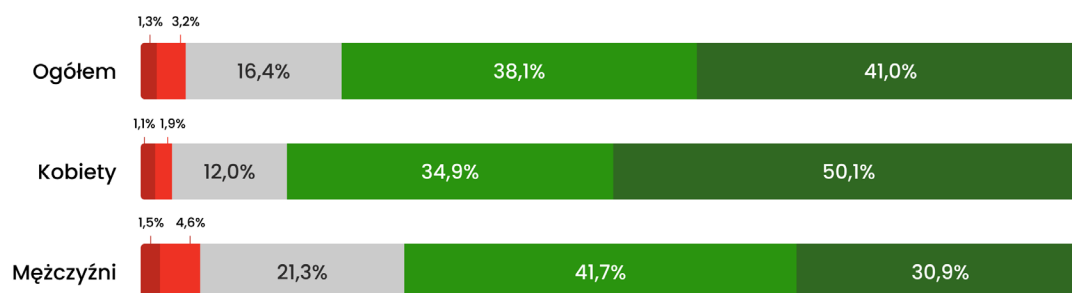


Sondaż zrealizowano techniką CAWI od 30 września do 4 października 2026 roku na próbie 1000 dorosłych Polaków, reprezentatywnej ze względu na płeć, wiek i województwo.

79,1% Polaków uważa, że nagłe lub nasilone wypadanie włosów powinno skłonić do konsultacji z lekarzem, ale wśród kobiet jest wyraźnie wyższy i wynosi 85,0%, zaś wśród mężczyzn 72,6%. W praktyce oznacza to, że kobiety częściej łączą problem włosów ze zdrowiem i potrzebą profesjonalnej diagnostyki.

Nagłe lub nasilone wypadanie włosów powinno skłonić do konsultacji z lekarzem

n=1000

Krzyżowanie ze względu na płeć.

■ Zdecydowanie się
nie zgadzam

■ Raczej się
nie zgadzam

■ Ani się zgadzam,
ani się nie zgadzam

■ Raczej się zgadzam

■ Zdecydowanie się
zgadzam

Sondaż zrealizowano techniką CAWI od 30 września do 4 października 2026 roku na próbie 1000 dorosłych Polaków, reprezentatywnej ze względu na płeć, wiek i województwo.

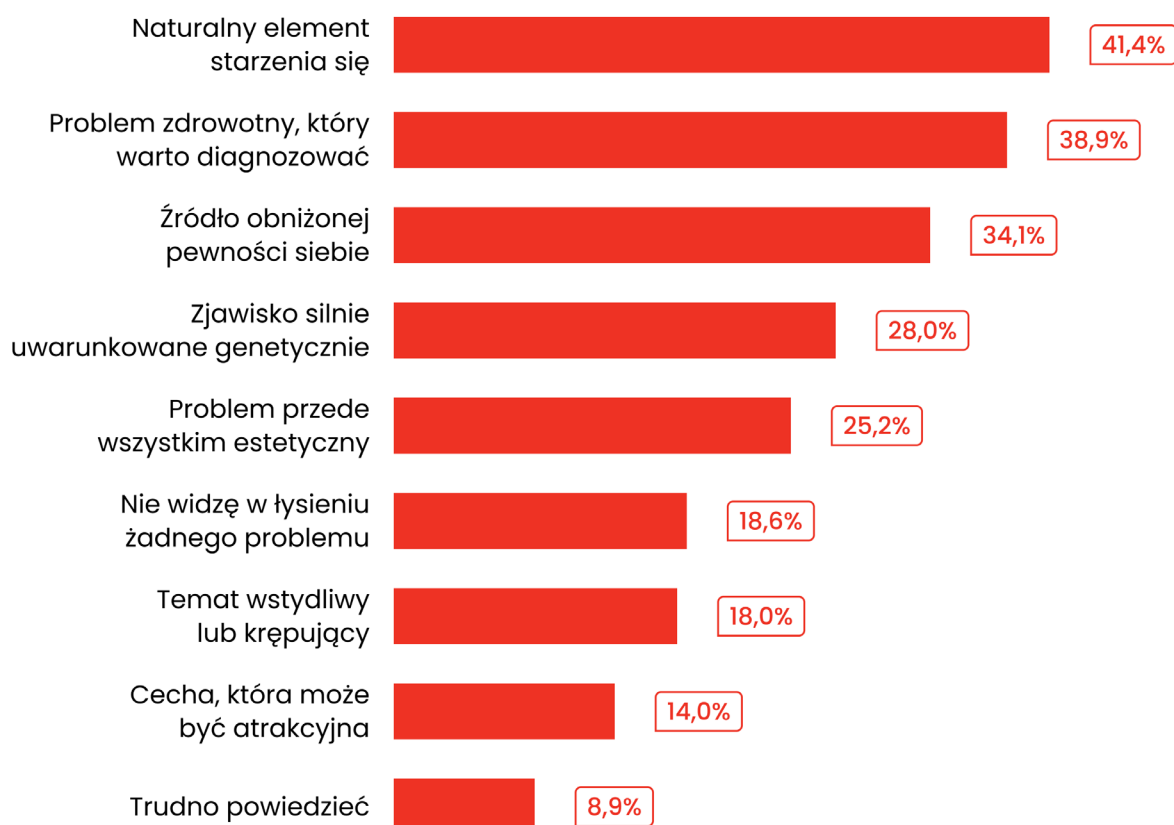
Łysienie – problem czy normalność?

Najczęściej wskazywanym określeniem opisującym odczucia respondentów wobec łysienia jest „naturalny element starzenia się” — 41,4%. Niewiele mniej osób wskazuje „problem zdrowotny, który warto diagnozować” — 38,9%. 34,1% uważa łysienie za źródło obniżonej pewności siebie, a 28,0% za zjawisko silnie uwarunkowane genetycznie.

Znacznie rzadziej respondenci określają łysienie jako temat wstydlivy lub krępujący — 18,0%. 14,0% uważa je za cechę, która może być atrakcyjna, a 18,6% deklaruje, że nie widzi w łysieniu żadnego problemu.

Które określenia najlepiej opisują Pana/i odczucia wobec łysienia?

n=1000



Sondaż zrealizowano techniką CAWI od 30 września do 4 października 2026 roku na próbie 1000 dorosłych Polaków, reprezentatywnej ze względu na płeć, wiek i województwo.

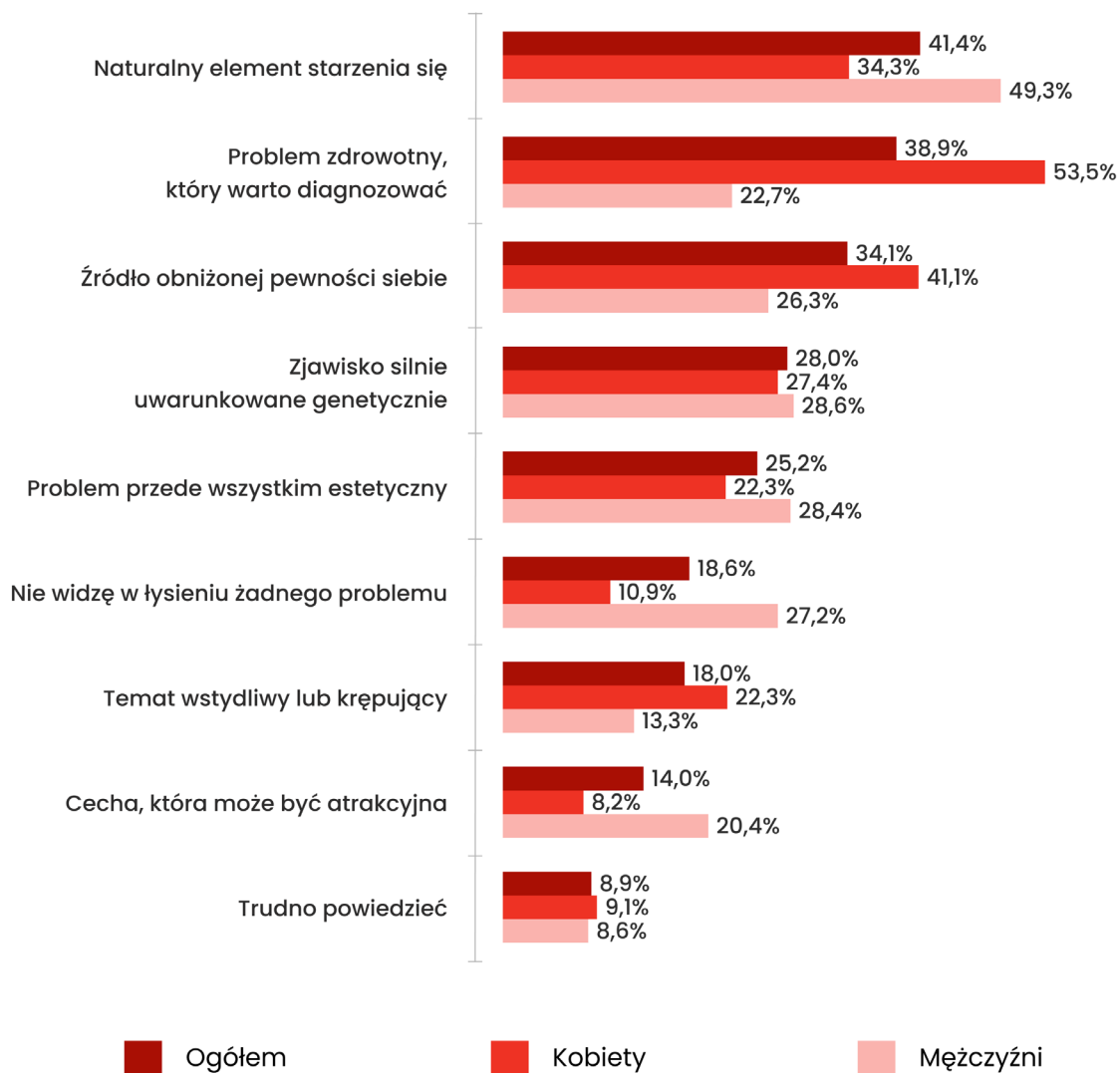
Różnica płci jest wyraźna: łysienie jako naturalny element starzenia wskazuje 49,3% mężczyzn i 34,3% kobiet. Najbardziej wyraziste są różnice dotyczące zdrowotnego charakteru łysienia oraz jego wpływu na poczucie własnej wartości. Za problem zdrowotny, który warto diagnozować uważa łysienie 53,5% kobiet, ale tylko 22,7% mężczyzn. Mężczyznom częściej kojarzy się z naturalnym procesem starzenia, kobietom — z problemem zdrowotnym wymagającym uwagi.

Źródłem obniżonej pewności siebie jest łysienie dla 41,1% kobiet wobec 26,3% mężczyzn. To temat wstydlivy lub krępujący dla 22,3% kobiet i 13,3% wśród mężczyzn. Cechą, która może być atrakcyjna okazuje się dla 20,4% mężczyzn wobec 8,2% kobiet.

27,2% mężczyzn deklaruje, że nie widzi w łysieniu żadnego problemu, podczas gdy wśród kobiet jest to 10,9%.

Które określenia najlepiej opisują Pana/i odczucia wobec łysienia?

n=1000

Krzyżowanie ze względu na płeć.

Sondaż zrealizowano techniką CAWI od 30 września do 4 października 2026 roku na próbie 1000 dorosłych Polaków, reprezentatywnej ze względu na płeć, wiek i województwo.

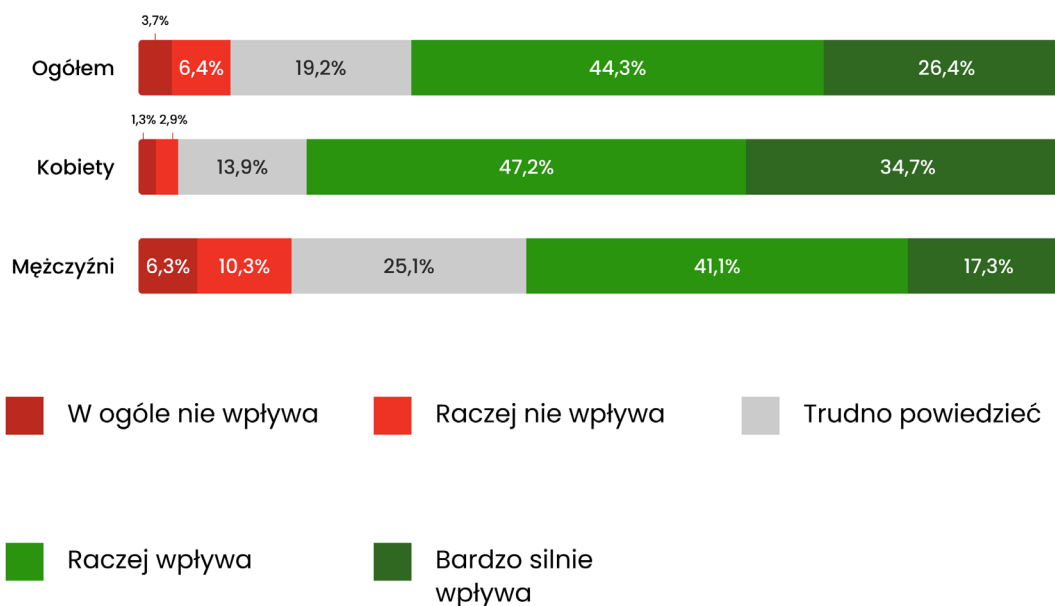
Cierpi samoocena

Jeżeli szukać jednej sfery życia, w której Polacy najbardziej widzą konsekwencje łysienia, jest nią samoocena i pewność siebie. 70,7% ogółu badanych uważa, że łysienie wpływa na samoocenę — 44,3% wskazuje odpowiedź „raczej wpływa”, a 26,4% „bardzo silnie wpływa”. Wśród kobiet wskaźnik ten rośnie do 81,9%, a wśród mężczyzn wynosi 58,3%. Nie jest to zatem wyłącznie historia o włosach. To także historia o obrazie własnej osoby. Wyniki pokazują więc coś znacznie poważniejszego niż zwykłą dyskomfortową zmianę wyglądu. Dla części badanych włosy mogą mieć znaczenie dla funkcjonowania społecznego, relacji, aktywności zawodowej i gotowości do obecności w przestrzeni publicznej.

Na które obszary życia może wpływać łysienie lub nasilone wypadanie włosów?

Samoocena i pewność siebie *Krzyżowanie ze względu na płeć.*

n=1000

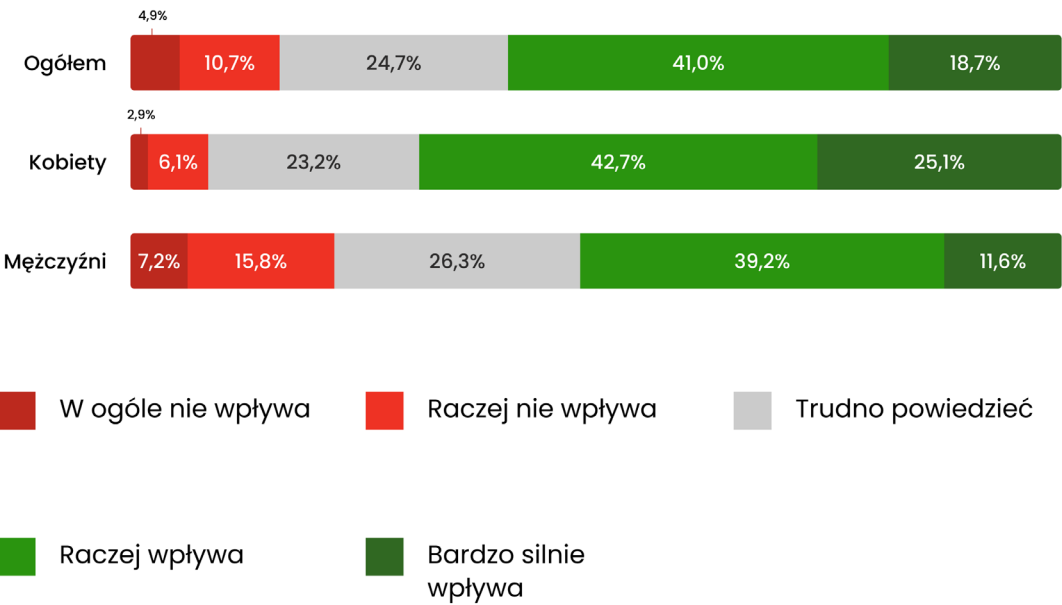


Sondaż zrealizowano techniką CAWI od 30 września do 4 października 2026 roku na próbie 1000 dorosłych Polaków, reprezentatywnej ze względu na płeć, wiek i województwo.

Wpływ na relacje partnerskie i randkowanie dostrzega 67,8% kobiet i 50,7% mężczyzn.

Relacje partnerskie i randkowanie
Krzyżowanie ze względu na płeć.

n=1000



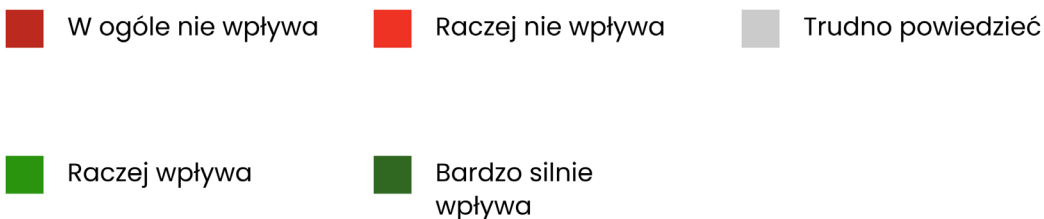
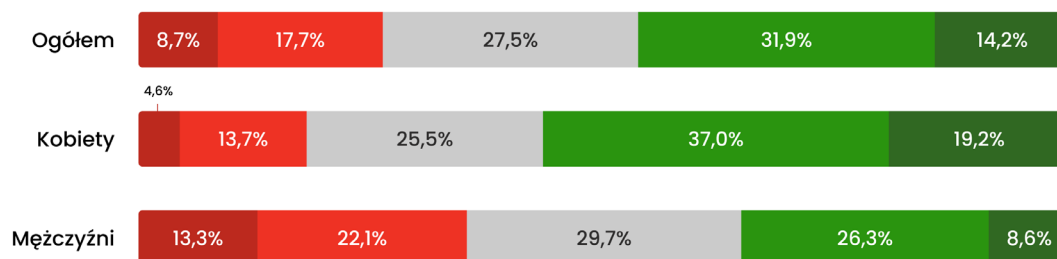
Sondaż zrealizowano techniką CAWI od 30 września do 4 października 2026 roku na próbie 1000 dorosłych Polaków, reprezentatywnej ze względu na płeć, wiek i województwo.

W sumie 56,2% kobiet zauważa wpływ łysienia na kontakty towarzyskie, wobec 34,9% mężczyzn.

Kontakty towarzyskie

Krzyżowanie ze względu na płeć.

n=1000



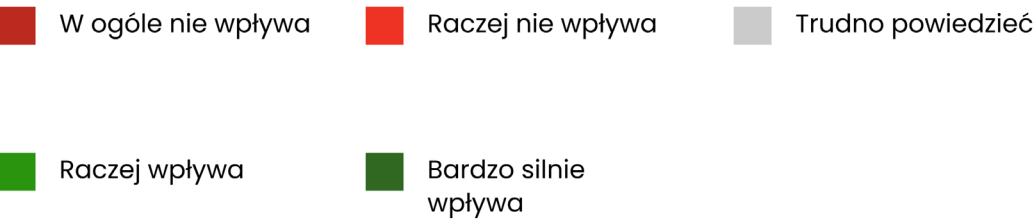
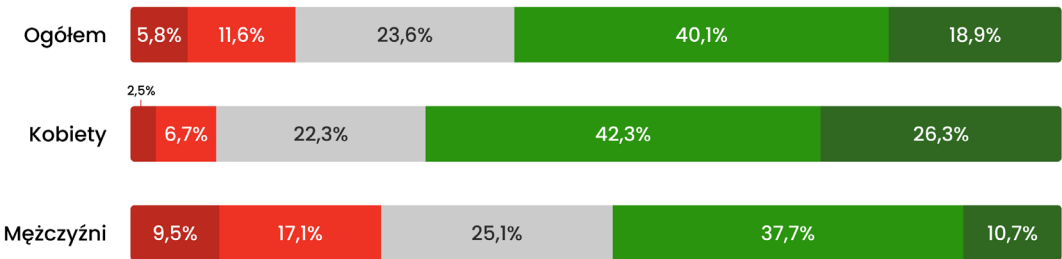
Sondaż zrealizowano techniką CAWI od 30 września do 4 października 2026 roku na próbie 1000 dorosłych Polaków, reprezentatywnej ze względu na płeć, wiek i województwo.

Związek z komfortem podczas robienia zdjęć lub nagrań wskazuje 68,6% kobiet i 48,4% mężczyzn. Sama ocena „bardzo silnie wpływa” wynosi 26,3% u kobiet i 10,7% u mężczyzn.

Komfort podczas robienia zdjęć lub nagrań

Krzyżowanie ze względu na płeć.

n=1000



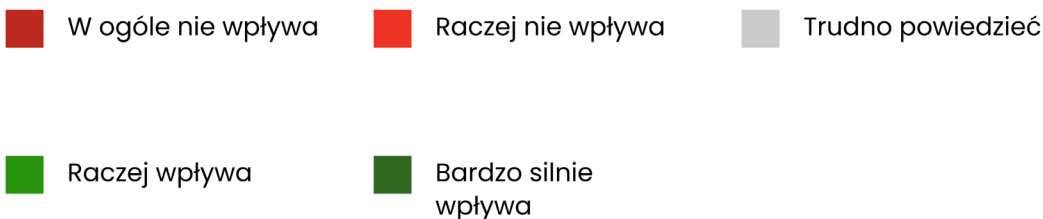
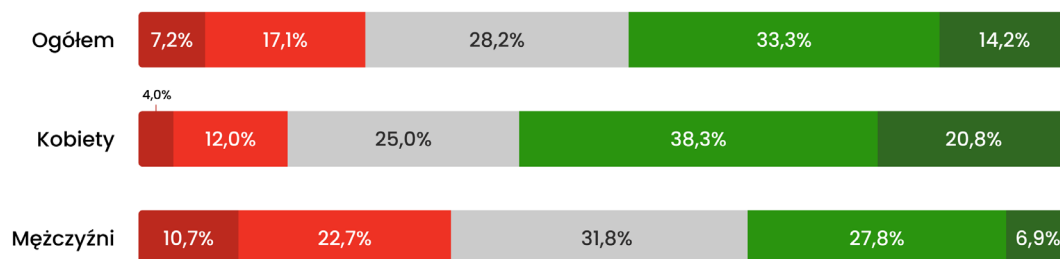
Sondaż zrealizowano techniką CAWI od 30 września do 4 października 2026 roku na próbie 1000 dorosłych Polaków, reprezentatywnej ze względu na płeć, wiek i województwo.

Sytuacje zawodowe, np. rozmowy rekrutacyjne lub wystąpienia mogą wyglądać inaczej, w związku z łysieniem, zdaniem 59,0% kobiet i 34,7% mężczyzn.

Sytuacje zawodowe, np. rozmowy rekrutacyjne lub wystąpienia

Krzyżowanie ze względu na płeć.

n=1000



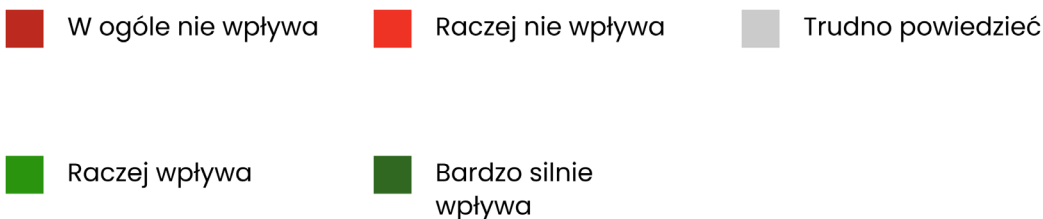
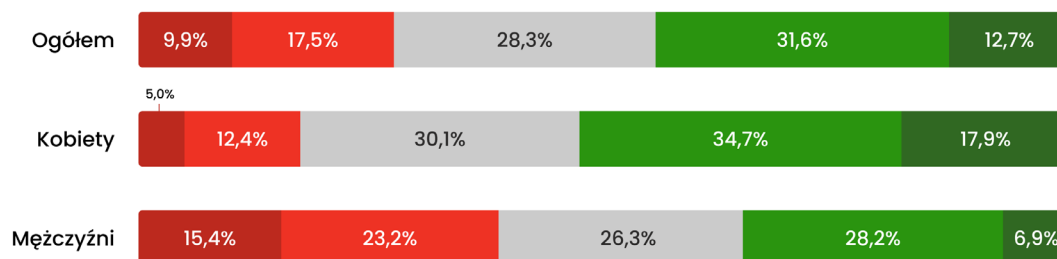
Sondaż zrealizowano techniką CAWI od 30 września do 4 października 2026 roku na próbie 1000 dorosłych Polaków, reprezentatywnej ze względu na płeć, wiek i województwo.

Wpływ na chęć uczestnictwa w wydarzeniach społecznych widzi 52,6% kobiet i 35,2% mężczyzn.

Chęć uczestnictwa w wydarzeniach społecznych

Krzyżowanie ze względu na płeć.

n=1000



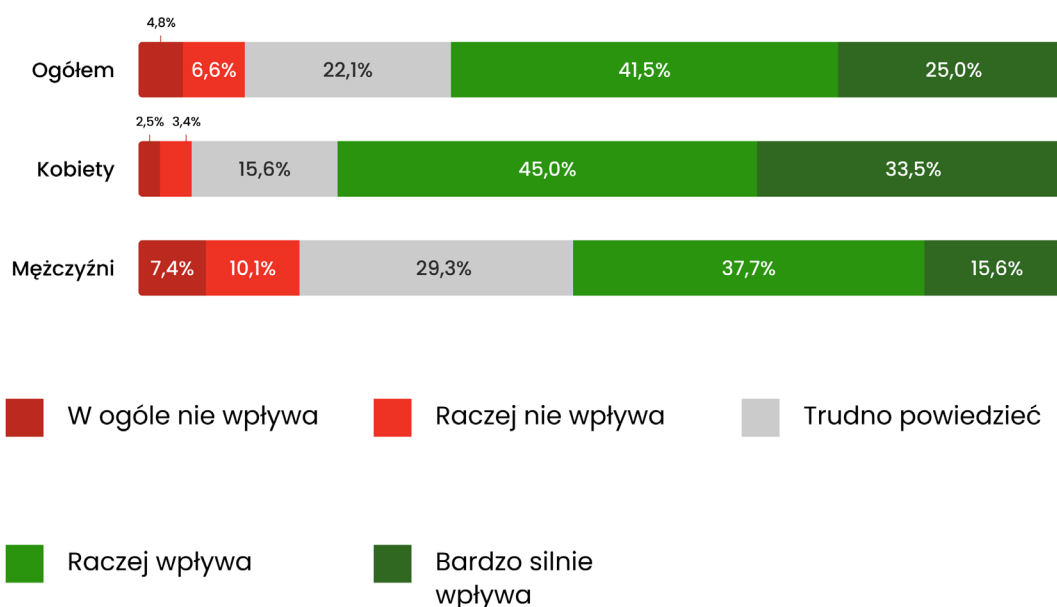
Sondaż zrealizowano techniką CAWI od 30 września do 4 października 2026 roku na próbie 1000 dorosłych Polaków, reprezentatywnej ze względu na płeć, wiek i województwo.

66,5% ogółu uważa, że łysienie wpływa także na wydatki związane z wyglądem i zdrowiem (takie, jak na pielęgnację, suplementy, leczenie lub zabiegi). Wśród kobiet odsetek wynosi 78,5%, wśród mężczyzn 53,3%. To bardzo ciekawa zależność: w grupie, która mocniej odczuwa problem psychologicznie, pojawia się także większa gotowość do ponoszenia jego kosztów.

Wydatki na pielęgnację, suplementy, leczenie lub zabiegi

Krzyżowanie ze względu na płeć.

n=1000



Sondaż zrealizowano techniką CAWI od 30 września do 4 października 2026 roku na próbie 1000 dorosłych Polaków, reprezentatywnej ze względu na płeć, wiek i województwo.

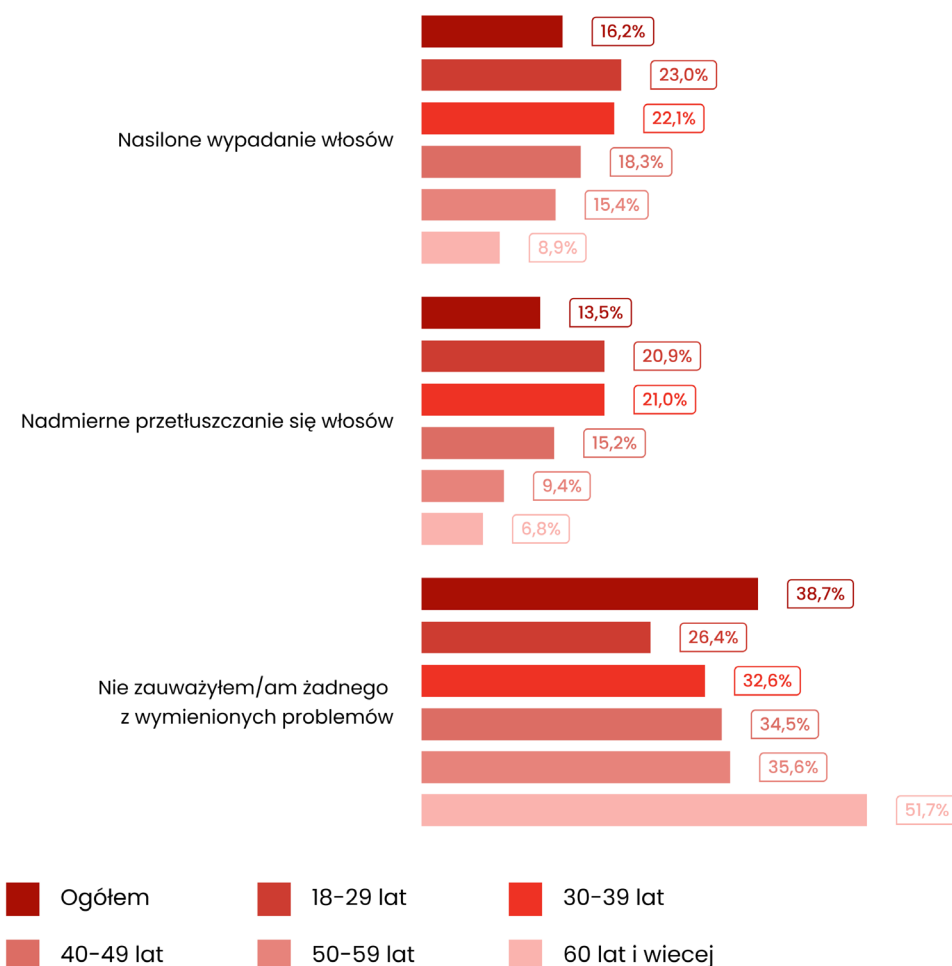
Wiek zmienia stosunek do łysienia

Jeśli płeć jest najważniejszym czynnikiem różnicującym stosunek do włosów, wiek pokazuje, jak zmienia się ten stosunek w ciągu życia. Dane zdecydowanie wskazują, że dla młodszych Polaków włosy są bardziej „widoczne” jako problem.

Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy zauważył/a Pan/i u siebie którykolwiek z poniższych problemów?

Krzyżowanie ze względu na wiek.

n=1000



Sondaż zrealizowano techniką CAWI od 30 września do 4 października 2026 roku na próbie 1000 dorosłych Polaków, reprezentatywnej ze względu na płeć, wiek i województwo.

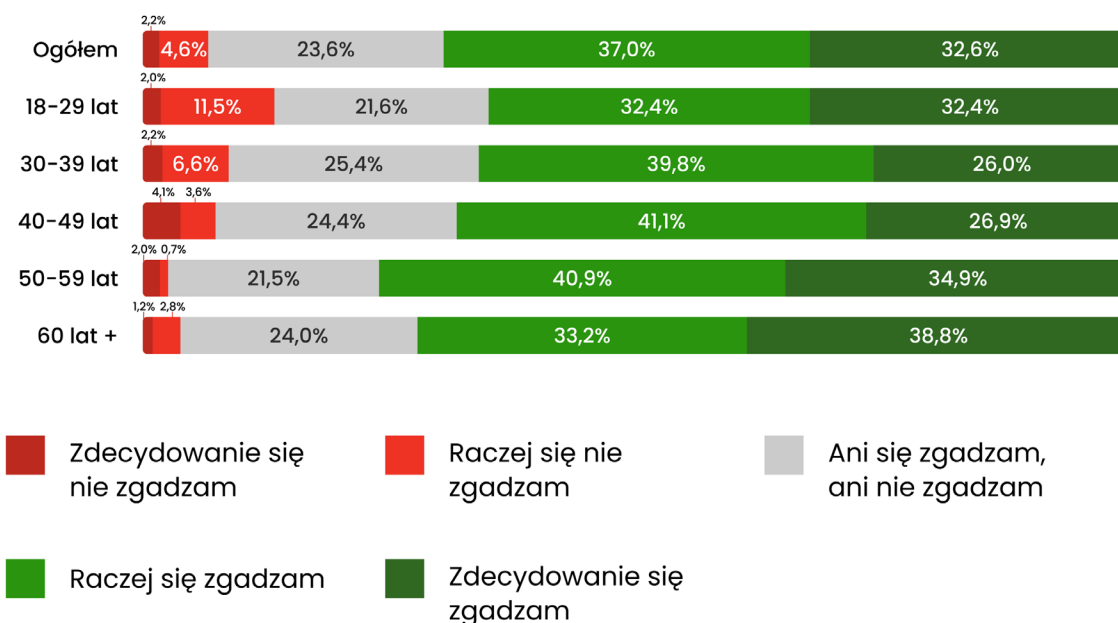
Nasilone wypadanie włosów deklaruje 23,0% osób w wieku 18–29 lat, 22,1% w wieku 30–39 lat, 18,3% w wieku 40–49 lat, 15,4% w wieku 50–59 lat i tylko 8,9% osób w wieku 60+. Nadmierne przetłuszczanie się włosów Tym mniejsze ma znaczenie, im starsi respondenci. O ile przetłuszczanie zauważa około 21% w grupach 18–39 lat, to w grupie powyżej 60 lat już tylko 6,8%.

Żadnego problemu z włosami nie zauważa w grupie 18–29 lat 26,4% badanych, a w grupie powyżej 60 lat aż 51,7%. Może to oznaczać zarówno mniejsze występowanie części problemów, jak i większą akceptację zmian włosów wraz z wiekiem.

Akceptacja łysienia rośnie wraz z wiekiem. Ze stwierdzeniem, iż Osoba łyśa może być równie atrakcyjna jak osoba z gęstymi włosami, zgadza się 65,0% osób w wieku 18–29 lat, 65,7% w wieku 30–39 lat, 68,0% w wieku 40–49 lat, 75,8% w wieku 50–59 lat i 72,0% osób w wieku 60+.

Osoba łyśa może być równie atrakcyjna jak osoba z gęstymi włosami

n=1000

Krzyżowanie ze względu na wiek.

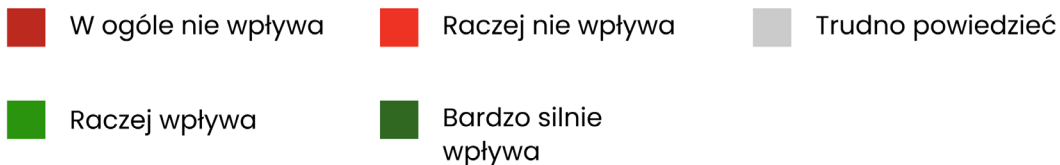
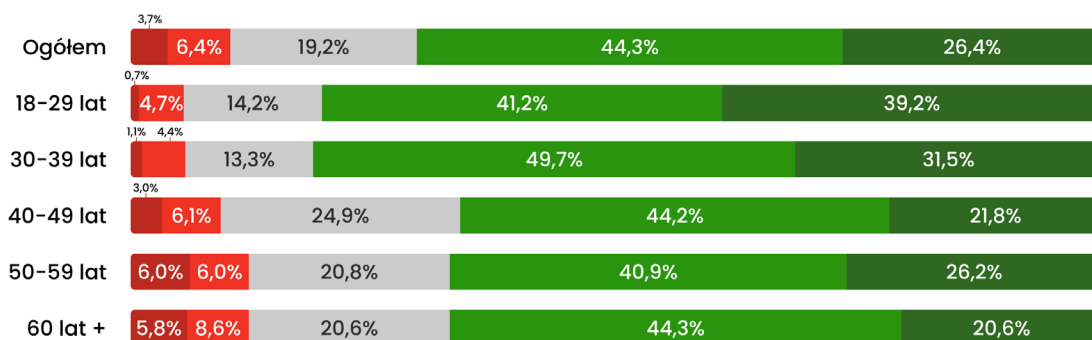
Sondaż zrealizowano techniką CAWI od 30 września do 4 października 2026 roku na próbie 1000 dorosłych Polaków, reprezentatywnej ze względu na płeć, wiek i województwo.

Wpływ łysienia na samoocenę deklaruje około 80% badanych w grupach 18–29 i 30–39 lat, około 66–67% w grupach 40–59 lat i 64,9% w grupie 60+. Największa jest różnica w odpowiedzi „bardzo silnie wpływa”: 39,2% w wieku 18–29 lat wobec 20,6% w wieku 60+.

Samoocena i pewność siebie

Krzyżowanie ze względu na wiek.

n=1000



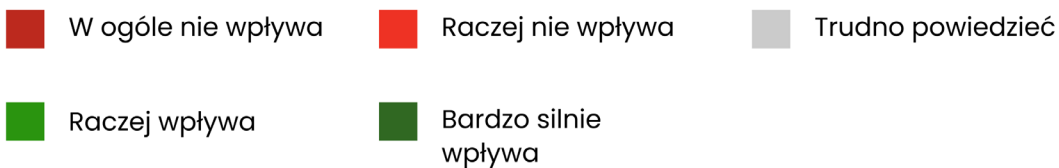
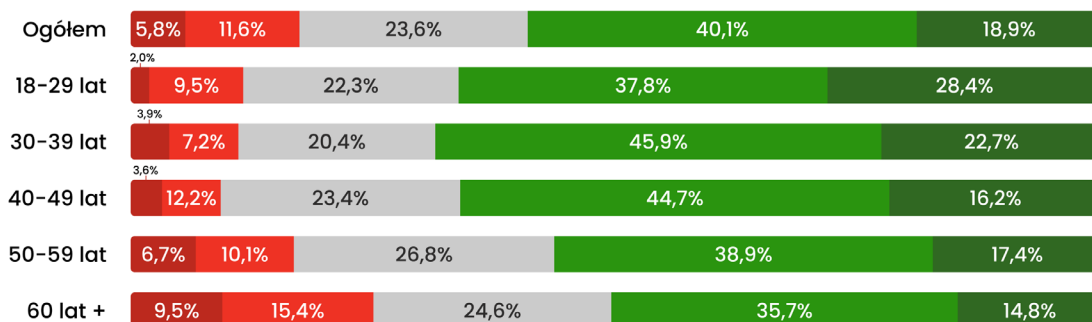
Sondaż zrealizowano techniką CAWI od 30 września do 4 października 2026 roku na próbie 1000 dorosłych Polaków, reprezentatywnej ze względu na płeć, wiek i województwo.

Wpływ łysienia na komfort robienia zdjęć lub nagrań deklaruje 66,2% młodych dorosłych w wieku 18–29 lat i 50,5% osób powyżej 60 lat. Także tu młodsze pokolenia wydają się bardziej wrażliwe na społeczny wymiar wyglądu.

Łysienie a komfort podczas robienia zdjęć lub nagrań

Krzyżowanie ze względu na wiek.

n=1000



Sondaż zrealizowano techniką CAWI od 30 września do 4 października 2026 roku na próbie 1000 dorosłych Polaków, reprezentatywnej ze względu na płeć, wiek i województwo.

Polacy najbardziej ufają leczeniu

Ocena skuteczności poszczególnych sposobów radzenia sobie z wypadaniem włosów tworzy hierarchię, która jest dość jednoznaczna. Polacy najwyżej oceniają metody związane z leczeniem i profesjonalną interwencją, niżej zaś kosmetyczne i czysto wizerunkowe sposoby radzenia sobie z problemem.

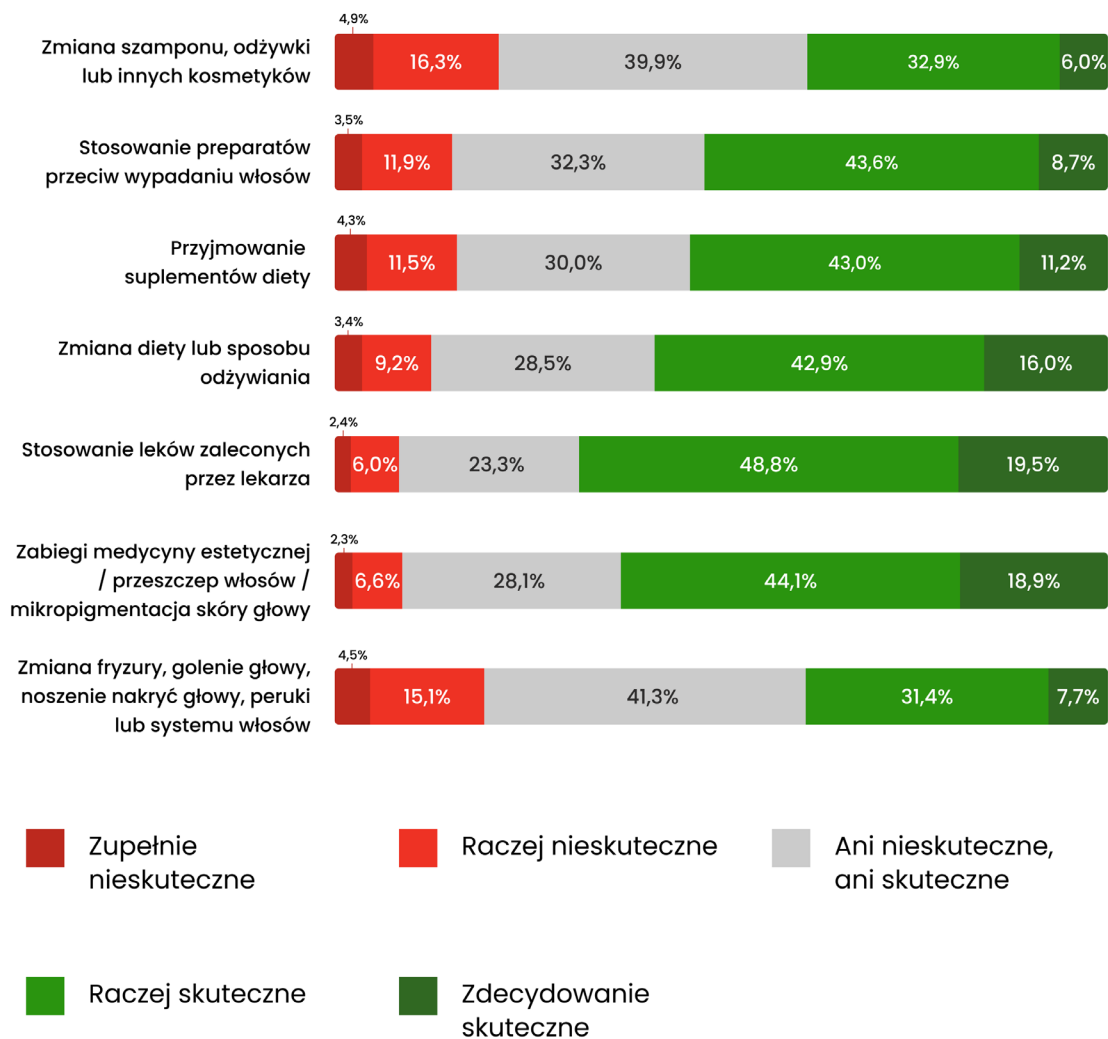
Najwyżej ocenianym działaniem w związku z wypadaniem włosów jest stosowanie leków zaleconych przez lekarza, w sumie 68,3% respondentów uważa ją za skuteczną. Wśród kobiet aż 76,4%, wśród mężczyzn 59,4%. Zabiegi medycyny estetycznej, przeszczep włosów lub mikropigmentacja skóry głowy są akceptowane przez 63,0% respondentów.

58,9% badanych uznaje za skuteczną zmianę diety lub sposobu odżywiania. Wśród kobiet jest to 67,8%, a wśród mężczyzn 49,1%. 54,2% ankietowanych ocenia suplementy pozytywnie, ale różnica płci jest wyraźna: 63,2% kobiet wobec 44,2% mężczyzn. Stosowanie preparatów przeciw wypadaniu włosów uznaje za skuteczne ogółem 52,3%. Wśród kobiet jest to 58,7%, wśród mężczyzn 45,3%.

Zmiana fryzury, golenie głowy, noszenie nakryć głowy, peruki lub systemu włosów jest pozytywnie oceniana przez 39,1% respondentów. Zmianę szamponu, odżywki lub innych kosmetyków za skuteczne uważa 38,9% respondentów.

Czy uważa Pan/i za skuteczne poniższe działania z powodu wypadania włosów, przerzedzania włosów, łysienia lub obawy przed tymi problemami?

n=1000



Sondaż zrealizowano techniką CAWI od 30 września do 4 października 2026 roku na próbie 1000 dorosłych Polaków, reprezentatywnej ze względu na płeć, wiek i województwo.

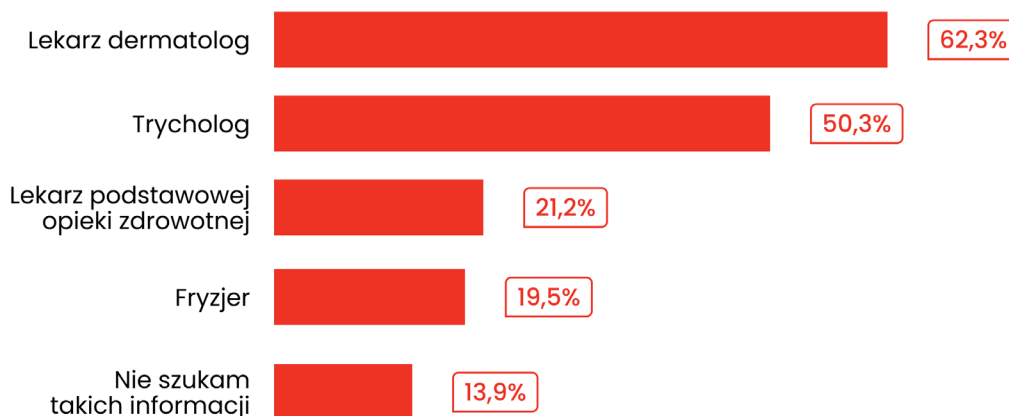
Wiedzieć więcej i działać

Za najbardziej wiarygodne źródła informacji o wypadaniu włosów i łysieniu uczestnicy badani uważają w pierwszej kolejności dermatologa (62,3% wskazań), a także trychologa (50,3%). Do innych wiarygodnych źródeł informacji w tej kwestii respondenci zaliczają ponadto lekarza podstawowej opieki zdrowotnej (21,1%) oraz fryzjera (19,5%).

Co ciekawe, trychologa wskazuje 59,5% osób w wieku 18–29 lat i 61,3% w grupie 30–39 lat. Wśród osób 50–59 lat odsetek spada do 40,9%, a w grupie powyżej 60 lat do 42,8%. Z kolei kobiety znacznie częściej niż mężczyźni uznają trychologa za wiarygodne źródło informacji: 63,2% wobec 36,0%. Jednocześnie kobiety rzadziej mówią, że w ogóle nie szukają informacji: 10,1% wobec 18,1% mężczyzn.

Które źródła informacji o wypadaniu włosów i łysieniu uważa Pan/i za najbardziej wiarygodne?

n=1000



Sondaż zrealizowano techniką CAWI od 30 września do 4 października 2026 roku na próbie 1000 dorosłych Polaków, reprezentatywnej ze względu na płeć, wiek i województwo.

Gotowość do wydawania pieniędzy: rynek istnieje, ale dominuje ostrożność

Wydatki na włosy są jednak znacznie bardziej umiarkowane niż mogłaby sugerować duża waga problemu. 23,1% respondentów nie chce wydawać na ten cel nic. 18,9% deklaruje najwyżej 50 zł, 30,1% — od 51 do 100 zł, a 21,0% — od 101 do 200 zł. Tylko 6,9% deklaruje gotowość wydania ponad 200 zł miesięcznie.

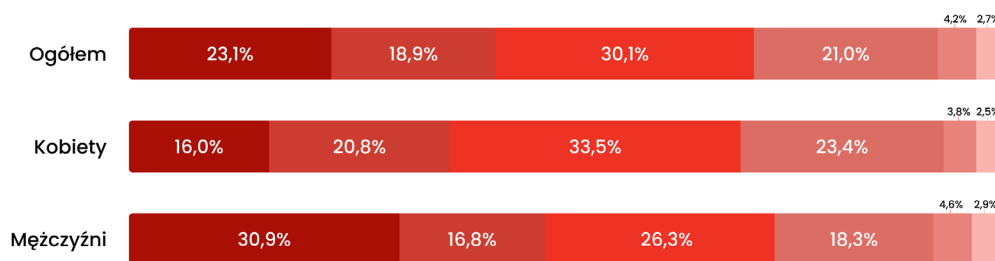
Łącznie 72,1% Polaków jest gotowych przeznaczyć na ten cel najwyżej 100 zł miesięcznie.

W grupie kobiet 16,0% nie chce wydawać nic, natomiast wśród mężczyzn 30,9%. Oznacza to, że jakąkolwiek kwotę jest gotowych przeznaczyć 84,0% kobiet i 69,1% mężczyzn.

Wniosek jest wyraźny: rynek usług i produktów związanych z włosami ma w Polsce spory potencjał, ale dla większości konsumentów jest to rynek umiarkowanych wydatków, a nie kosztownych terapii.

Ile jest Pan/i gotowy/a wydać miesięcznie
na działania związane z włosami lub skórą głowy,
wykraczające poza zwykłą codzienną pielęgnację?

n=1000



Nic

Do 50 zł

Od 51 do 100 zł

Od 101 do 200 zł

Od 201 do 400 zł

Powyżej 400 zł

Sondaż zrealizowano techniką CAWI od 30 września do 4 października 2026 roku na próbie 1000 dorosłych Polaków, reprezentatywnej ze względu na płeć, wiek i województwo.

Zauważywszy u siebie wyraźne wypadanie włosów, 31,7% respondentów umówiłoby konsultację lekarską. Kolejnych 16,5% najpierw poszukałoby informacji w internecie, 15,8% kupiłoby kosmetyk, suplement lub preparat bez recepty, a 9,4% skonsultowałoby się z fryzjerem/fryzjerką lub trychologiem. 8,5% zaakceptowałoby zmianę i nie podejmowało żadnych działań, a 11,1% nie potrafi wskazać pierwszej reakcji.

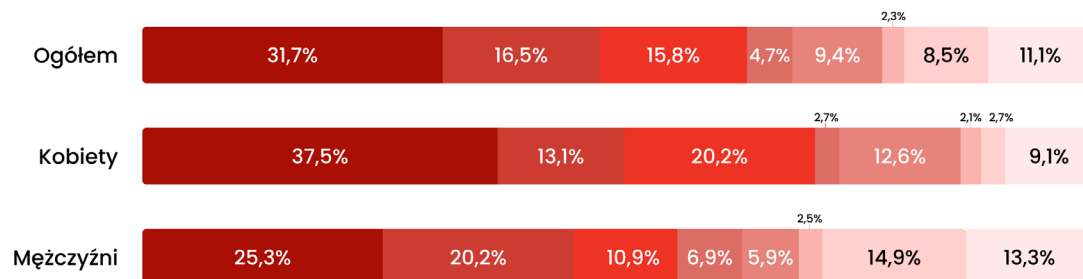
Ankietowani Polacy deklarują wysokie zaufanie do leczenia i przekonanie, że nasilone wypadanie włosów powinno prowadzić do konsultacji lekarskiej, ale w praktyce pierwszym krokiem do lekarza poszłaby tylko około jedna trzecia badanych.

Kobiety wyraźnie częściej wybrałyby lekarza: 37,5% wobec 25,3% mężczyzn. Częściej kupiłyby też preparat bez recepty — 20,2% wobec 10,9%. Z kolei mężczyźni częściej zaczęliby od internetu — 20,2% wobec 13,1% kobiet — oraz częściej zaakceptowałiby zmianę bez podejmowania działań: 14,9% wobec zaledwie 2,7% kobiet.

Gdyby zauważył/a Pan/i u siebie wyraźne wypadanie włosów,
co byłoby najbardziej prawdopodobną pierwszą reakcją?

n=1000

Krzyżowanie ze względu na płeć.



Umówił(a)bym konsultację lekarską

Poszukał(a)bym informacji w internecie

Kupił(a)bym kosmetyk, suplement lub preparat dostępny bez recepty

Zapytał(a)bym rodzinę lub znajomych o radę

Skonsultował(a)bym się z fryzjerem/ fryzjerką lub trychologiem

Poczekał(a)bym, czy problem ustąpi sam

Zaakceptował(a)bym zmianę i nie podejmował(a) działań

Trudno powiedzieć

Sondaż zrealizowano techniką CAWI od 30 września do 4 października 2026 roku na próbie 1000 dorosłych Polaków, reprezentatywnej ze względu na płeć, wiek i województwo.

Komentarz

Najciekawszym aspektem badania jest zaś zmiana sposobu opowiadania o łysieniu. To nie tylko historia o atrakcyjności. To także historia o poczuciu własnej wartości, relacjach, pracy, obecności na zdjęciach, gotowości do kontaktu z lekarzem i o tym, jak różnie kobiety i mężczyźni radzą sobie ze zmianą wyglądu.

Dla części badanych Polaków to naturalny etap życia, dla innych — sygnał, który powinien prowadzić do konsultacji lekarskiej. Jeszcze inni widzą przede wszystkim zagrożenie dla samooceny. Za tymi deklaracjami kryją się wyraźne różnice społeczne. Kobiety częściej traktują wypadanie włosów jako problem zdrowotny i częściej dostrzegają jego wpływ na psychikę oraz codzienne funkcjonowanie. Mężczyźni znacznie częściej deklarują akceptację łysienia i gotowość do pozostawienia problemu bez działania. Z kolei wiek wyraźnie zmienia sposób patrzenia na włosy: młodszy Polacy silniej odczuwają społeczne konsekwencje ich utraty, podczas gdy wraz z wiekiem rośnie akceptacja łysienia jako części życia. Łysienie jest obecnie nie tyle problemem estetycznym, ile społecznym i zdrowotnym tematem, o którym coraz trudniej mówić wyłącznie w kategoriach wyglądu. Wielu ankietowanych nie chce wyłącznie „ładniejszych włosów”. Coraz częściej chce odpowiedzi na pytanie, dlaczego włosy wypadają i co naprawdę można z tym zrobić.

Dr Sebastian Musioł

- ekspert ds. metodologii w Centrum Badawczo-Rozwojowym Biostat
