

Leki na odchudzanie – cudowny środek czy niebezpieczny skrót?

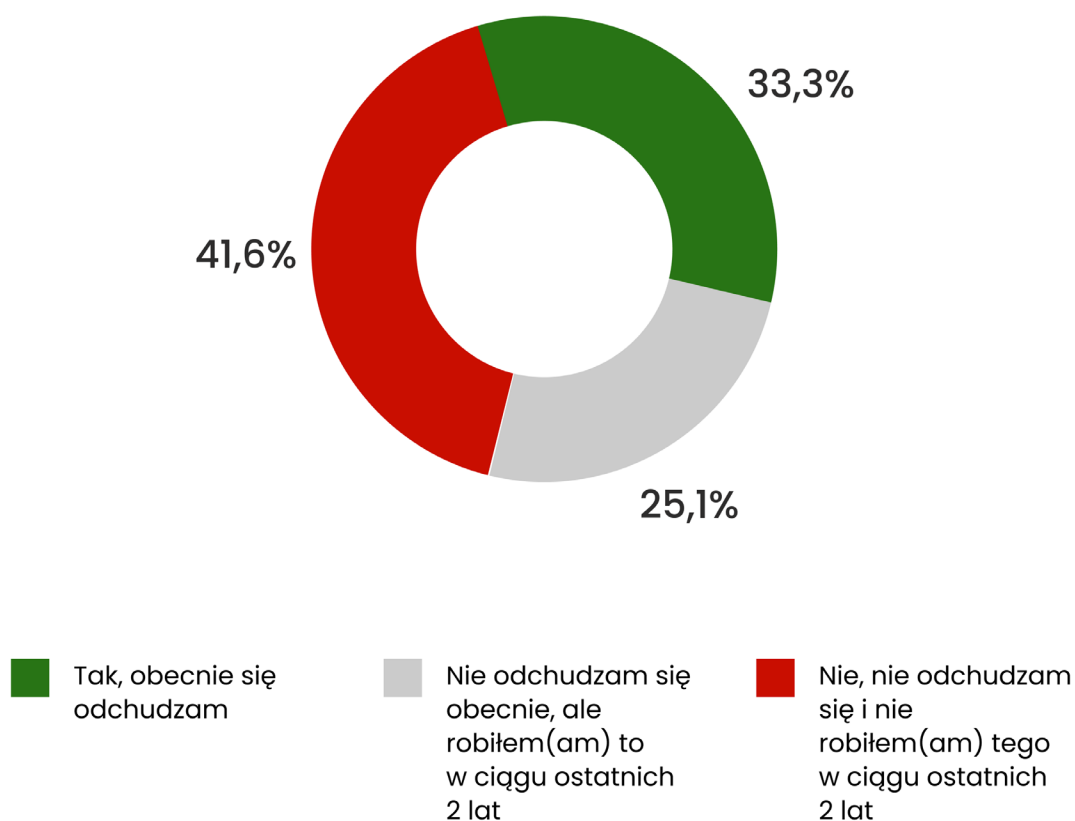
Polacy odchudzają się masowo. Wspomaganie farmakologiczne jednak nie cieszy się zaufaniem — obawy przed skutkami ubocznymi, uzależnieniem oraz dostępnością leków dla osób chorych skutecznie hamują zainteresowanie „tabletką na szczupłość”.

(nie)modna dieta

Ponad połowa dorosłych Polaków ma za sobą świeże doświadczenia z odchudzaniem. 33,3% deklaruje, że odchudza się obecnie, a kolejne 25,1% robiło to w ciągu ostatnich dwóch lat.

Czy obecnie lub w ciągu ostatnich 2 lat podejmował/a Pan/i próby redukcji masy ciała (odchudzania się)?

n=1000



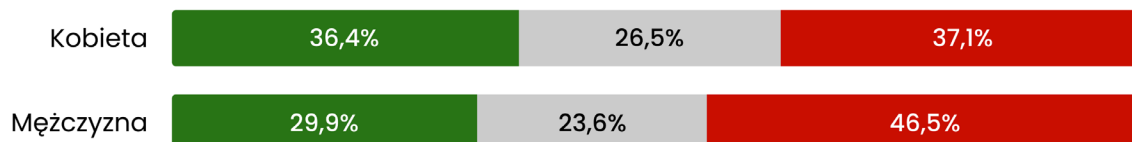
Sondaż zrealizowano od 2 do 8 czerwca 2026 roku na reprezentatywnej próbie 1000 dorosłych mieszkańców Polski, metodą CAWI, na panelu badanie-opinii.pl.

Jednocześnie 41,6% przyznaje, że w ostatnich dwóch latach nie podejmowało żadnych prób redukcji masy ciała. Rzadziej do odchudzania przyznają się mężczyźni — 46,5% z nich nie

podjęto takich prób w ostatnich dwóch latach, w porównaniu z 37,1% kobiet. Najaktywniej odchudzającą się grupą są osoby w wieku 30–39 lat — 42,5% z nich jest aktualnie na diecie.

Czy obecnie lub w ciągu ostatnich 2 lat podejmował/a Pan/i próby redukcji masy ciała (odchudzania się)?

n=1000



■ Tak, obecnie się odchudzam

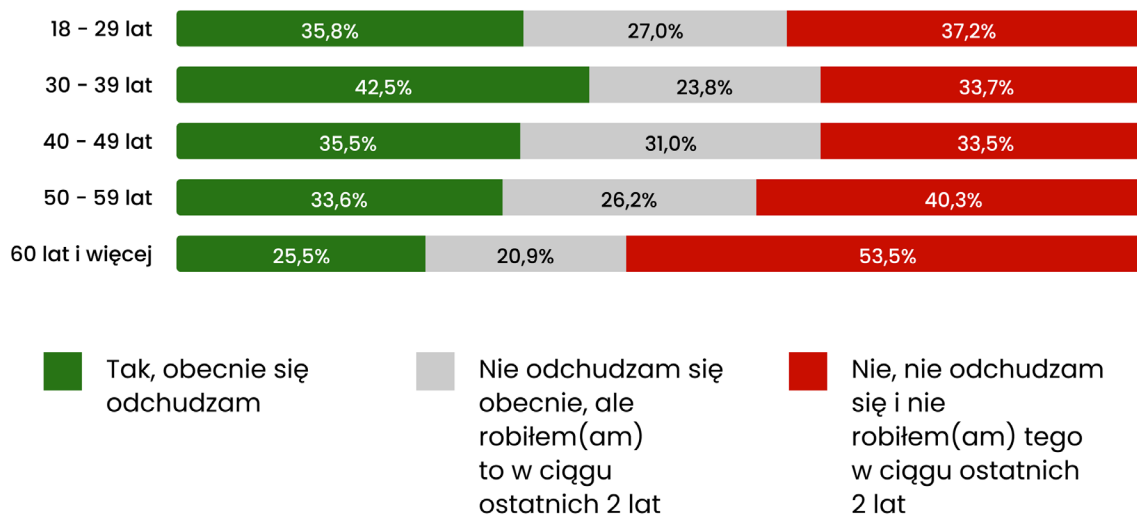
■ Nie odchudzam się obecnie, ale robiłem(am) to w ciągu ostatnich 2 lat

■ Nie, nie odchudzam się i nie robiłem(am) tego w ciągu ostatnich 2 lat

Sondaż zrealizowano od 2 do 8 czerwca 2026 roku na reprezentatywnej próbie 1000 dorosłych mieszkańców Polski, metodą CAWI, na panelu badanie-opinii.pl.

Czy obecnie lub w ciągu ostatnich 2 lat podejmował/a Pan/i próby redukcji masy ciała (odchudzania się)?

n=1000



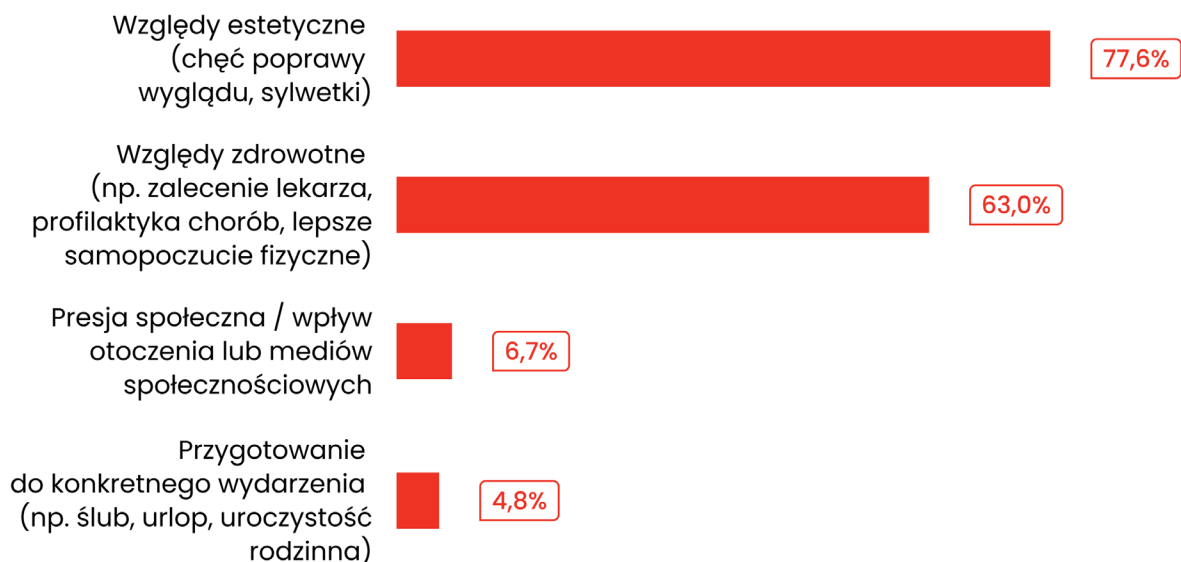
Sondaż zrealizowano od 2 do 8 czerwca 2026 roku na reprezentatywnej próbie 1000 dorosłych mieszkańców Polski, metodą CAWI, na panelu badanie-opinii.pl.

Wygląd wygrywa ze zdrowiem

Wśród osób odchudzających się dominującą motywacją są względy estetyczne — chęć poprawy sylwetki wskazuje 77,6% respondentów.

Jaki jest/był główny powód Pana/i decyzji o odchudzaniu?

n=1000



Sondaż zrealizowano od 2 do 8 czerwca 2026 roku na reprezentatywnej próbie 1000 dorosłych mieszkańców Polski, metodą CAWI, na panelu badanie-opinii.pl.

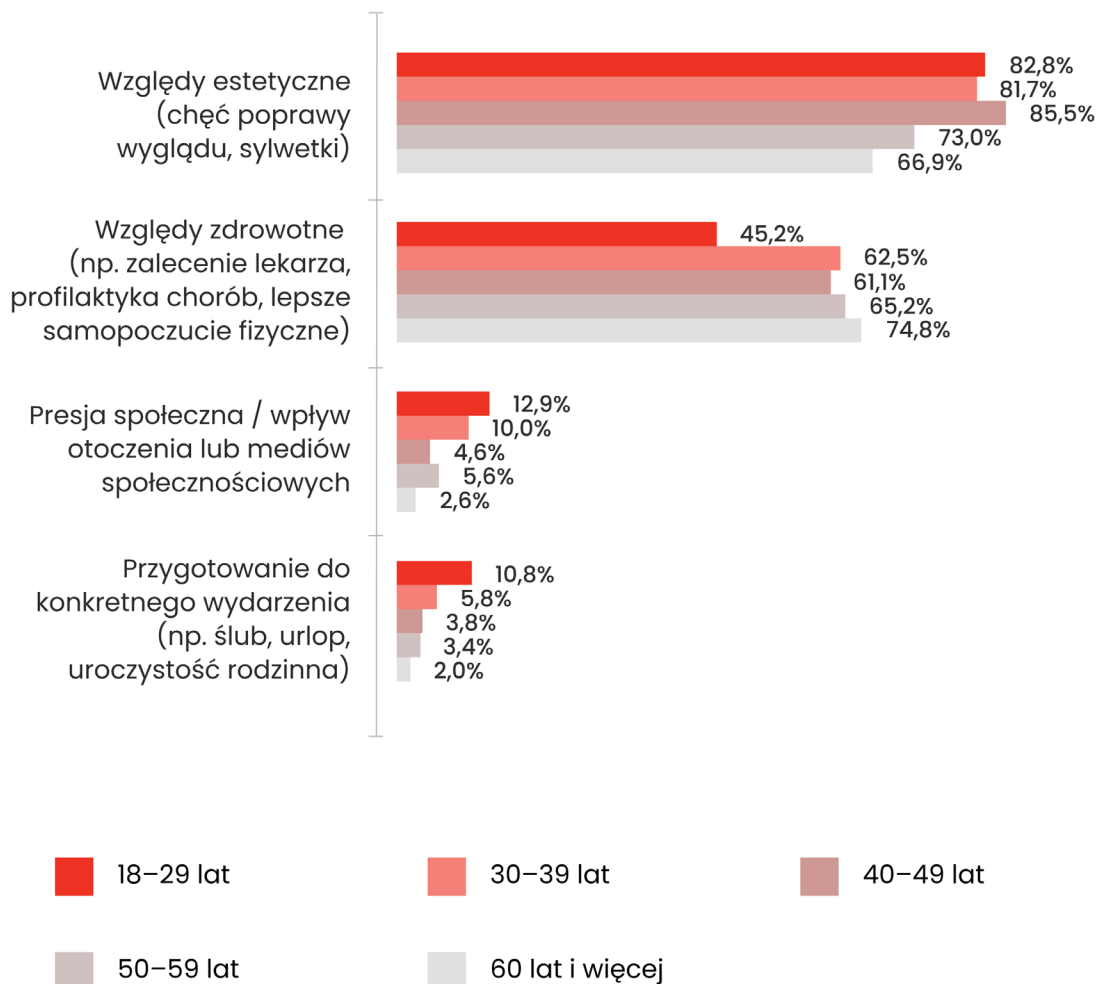
BIQSTAT®

Motywacja zdrowotna plasuje się na drugim miejscu (63,0%). Presja otoczenia lub mediów społecznościowych jest wskazywana rzadko — przez 6,7% badanych, a przygotowanie do konkretnego wydarzenia przez 4,8%.

Różnice pogłębiają się wraz z wiekiem. W grupie 18–29 lat wygląd jako główny powód odchudzania wskazuje 82,8%, a zdrowie — 45,2%. Wśród osób powyżej 60. roku życia proporcje się odwracają: 74,8% seniorów wymienia względy zdrowotne, a 66,9% — poprawę wyglądu.

Jaki jest/był główny powód Pana/i decyzji o odchudzaniu?

n=1000



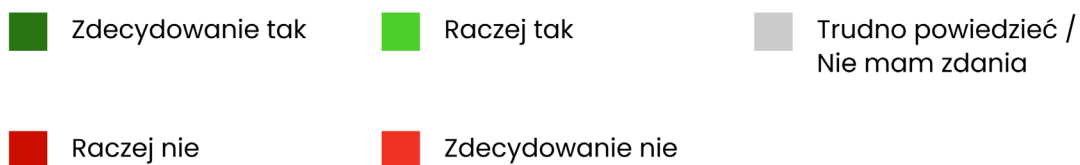
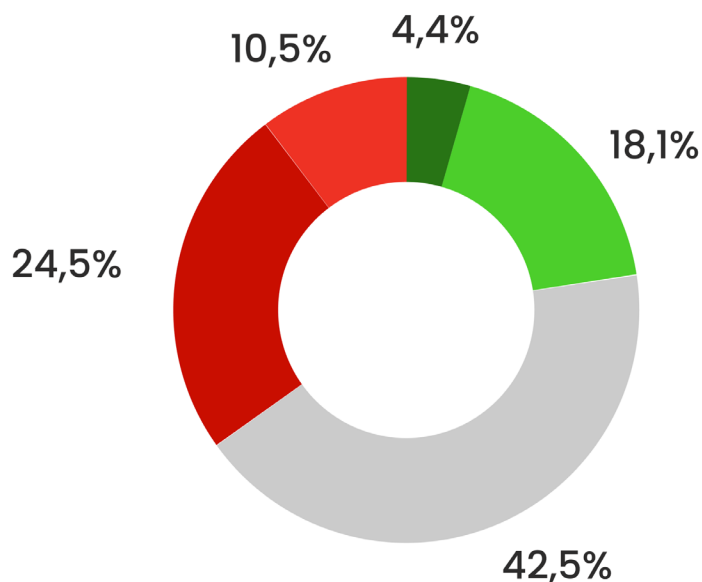
Sondaż zrealizowano od 2 do 8 czerwca 2026 roku na reprezentatywnej próbie 1000 dorosłych mieszkańców Polski, metodą CAWI, na panelu badanie-opinii.pl.

Ostrożnie z tabletkami na odchudzanie

Polacy podchodzą do farmakologicznego wspomaganie odchudzania z wyraźną rezerwą. Tylko 22,5% uważa, że jest ono raczej lub zdecydowanie bezpieczne (4,4% „zdecydowanie tak”, 18,1% „raczej tak”). Negatywnie ocenia je 35,0% badanych, a największa grupa — 42,5% — nie ma w tej kwestii wyrobionego zdania.

Czy uważa Pan/i, że wspomaganie odchudzania za pomocą leków (farmakoterapii) jest bezpieczne dla zdrowia?

n=1000



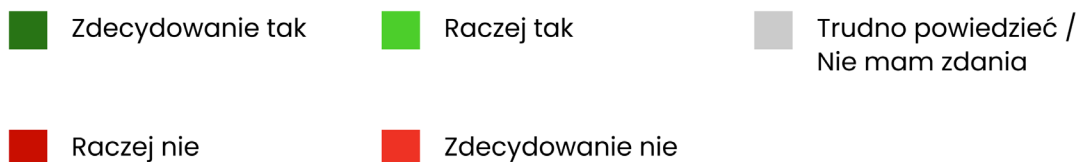
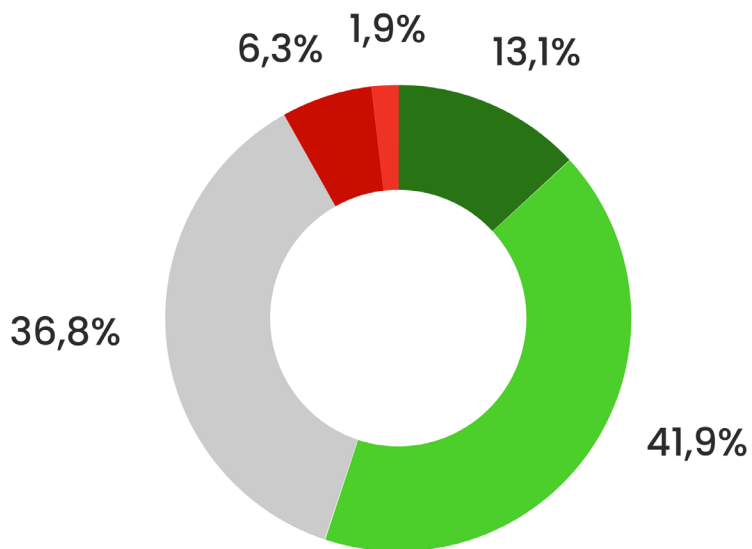
Sondaż zrealizowano od 2 do 8 czerwca 2026 roku na reprezentatywnej próbie 1000 dorosłych mieszkańców Polski, metodą CAWI, na panelu badanie-opinii.pl.

Strach przed uzależnieniem

Ponad połowa badanych (55,0%) uważa, że stosowanie środków farmakologicznych wspomagających odchudzanie może prowadzić do uzależnienia psychicznego lub fizycznego – 13,1% wskazało odpowiedź „zdecydowanie tak”, a 41,9% „raczej tak”. Mniej niż 10% respondentów ocenia, że takiego ryzyka nie ma (6,3% „raczej nie”, 1,9% „zdecydowanie nie”).

Czy Pana/i zdaniem stosowanie środków farmakologicznych wspomagających odchudzanie może prowadzić do uzależnienia (psychicznego lub fizycznego)?

n=1000

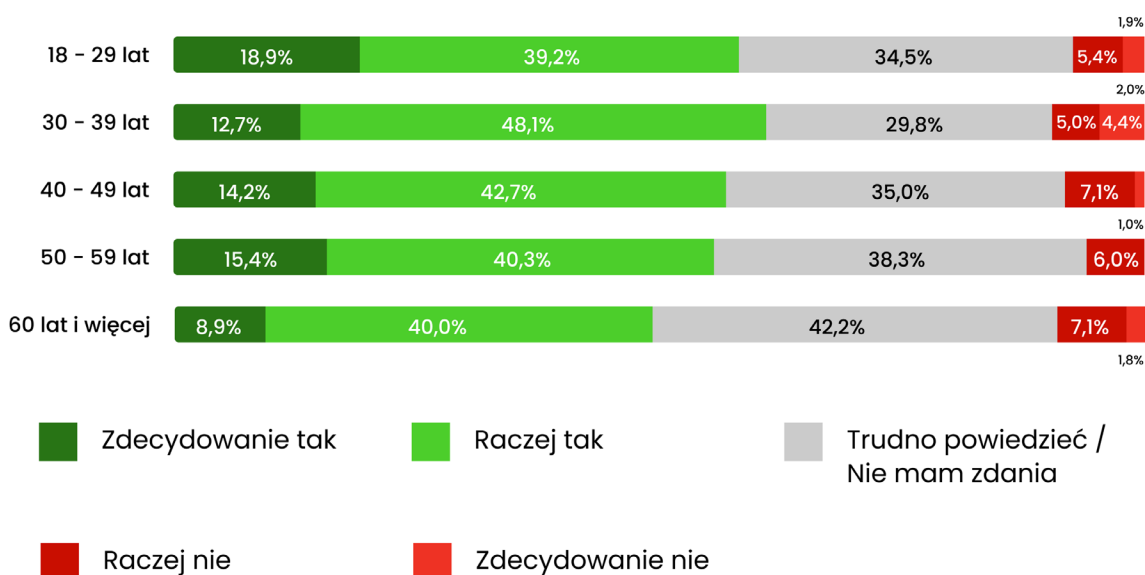


Sondaż zrealizowano od 2 do 8 czerwca 2026 roku na reprezentatywnej próbie 1000 dorosłych mieszkańców Polski, metodą CAWI, na panelu badanie-opinii.pl.

Przekonanie o ryzyku uzależnienia jest najsilniejsze wśród najmłodszych — w grupie 18–29 lat odpowiedź „zdecydowanie tak” wybrało 18,9% badanych. Wśród osób powyżej 60. roku życia odsetek ten wynosi 8,9%, a dominującą odpowiedzią pozostaje „nie wiem”.

Czy Pana/i zdaniem stosowanie środków farmakologicznych wspomagających odchudzanie może prowadzić do uzależnienia (psychicznego lub fizycznego)?

n=1000



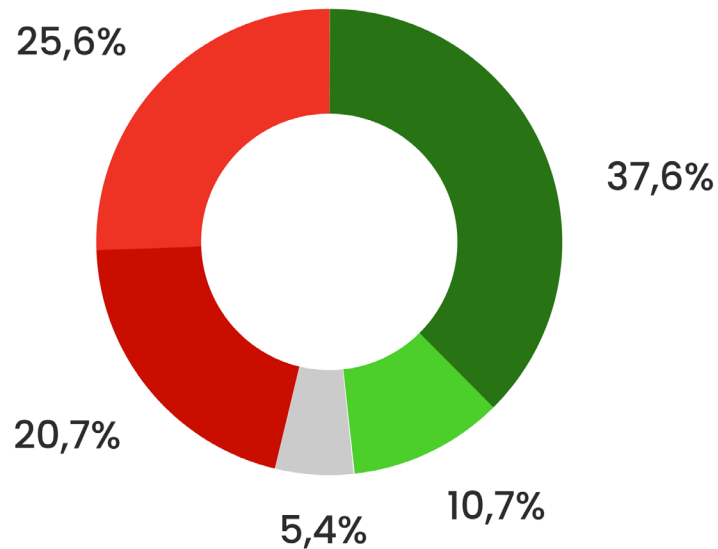
Sondaż zrealizowano od 2 do 8 czerwca 2026 roku na reprezentatywnej próbie 1000 dorosłych mieszkańców Polski, metodą CAWI, na panelu badanie-opinii.pl.

Ozempic, Wegovy, Mounjaro — rozpoznajemy nazwy, niekoniecznie wiemy, czym są

Wiedza o nowoczesnych lekach zawierających semaglutyd i tirzepatyd pozostaje niepełna. Tylko 37,6% badanych poprawnie identyfikuje je jako leki stosowane w leczeniu cukrzycy typu 2 oraz otyłości i nadwagi z chorobami współistniejącymi. Co czwarty badany (25,6%) nigdy nie słyszał o tych substancjach, a 20,7% kojarzy nazwy, ale nie zna ich zastosowania.

Czy wie Pan/i, w leczeniu jakich schorzeń stosowane są nowoczesne substancje lecznicze o nazwach: Semaglutyd (np. Ozempic, Wegovy) oraz Tirzepatyd (np. Mounjaro)?

n=1000



■ Są to leki stosowane wyłącznie w leczeniu cukrzycy typu 2 oraz otyłości/nadwagi z chorobami współistniejącymi

■ Są to ogólnodostępne suplementy diety przyspieszające metabolizm dla każdego, kto chce schudnąć

■ Są to leki stosowane w chorobach układu krążenia i nadciśnieniu, a spadek wagi to efekt uboczny

■ Słyszałem(am) te nazwy, ale nie wiem dokładnie, do czego służą

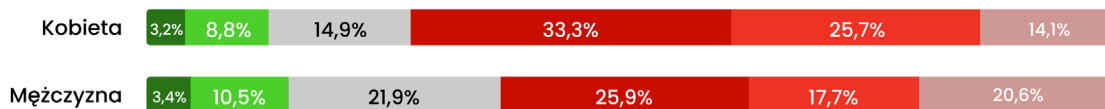
■ Nigdy nie słyszałem(am) o tych substancjach

Sondaż zrealizowano od 2 do 8 czerwca 2026 roku na reprezentatywnej próbie 1000 dorosłych mieszkańców Polski, metodą CAWI, na panelu badanie-opinii.pl.

Prawidłową wiedzę deklaruje 46,9% kobiet i 27,4% mężczyzn. Całkowicie nieświadomych jest 32,8% mężczyzn i 19,0% kobiet.

Jak ocenia Pan/i zjawisko stosowania leków na receptę zawierających semaglutyd/tirzepatyd przez osoby, które nie mają otyłości ani cukrzycy, a chcą jedynie zrzucić kilka kilogramów ze względów estetycznych?

n=1000



Zdecydowanie pozytywnie
– każdy ma prawo decydować o swoim ciele i metodach chudnięcia

Raczej pozytywnie

Neutralnie
– jest mi to obojętne

Raczej negatywnie
– te leki powinny być zarezerwowane wyłącznie dla osób chorych

Zdecydowanie negatywnie
– prowadzi to do braków leków w aptekach dla pacjentów z cukrzycą i naraża zdrowie

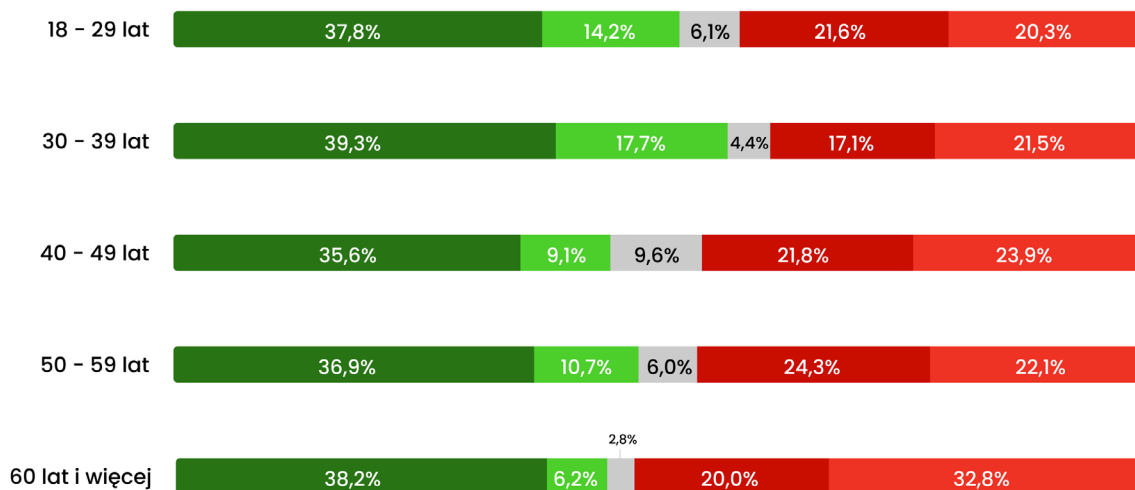
Nie mam zdania

Sondaż zrealizowano od 2 do 8 czerwca 2026 roku na reprezentatywnej próbie 1000 dorosłych mieszkańców Polski, metodą CAWI, na panelu badanie-opinii.pl.

W grupie 30–39 lat częściej niż gdzie indziej pojawia się błędne przekonanie, że to suplementy (17,7%). Wśród osób powyżej 60. roku życia dominują odpowiedzi „nigdy nie słyszałem/am” (32,9%).

Czy wie Pan/i, w leczeniu jakich schorzeń stosowane są nowoczesne substancje lecznicze o nazwach: Semaglutyd (np. Ozempic, Wegovy) oraz Tirzepatyd (np. Mounjaro)?

n=1000



- Są to leki stosowane wyłącznie w leczeniu cukrzycy typu 2 oraz otyłości/nadwagi z chorobami współistniejącymi
- Są to ogólnodostępne suplementy diety przyspieszające metabolizm dla każdego, kto chce schudnąć
- Są to leki stosowane w chorobach układu krążenia i nadciśnieniu, a spadek wagi to efekt uboczny
- Słyszałem(am) te nazwy, ale nie wiem dokładnie, do czego służą
- Nigdy nie słyszałem(am) o tych substancjach

Sondaż zrealizowano od 2 do 8 czerwca 2026 roku na reprezentatywnej próbie 1000 dorosłych mieszkańców Polski, metodą CAWI, na panelu badanie-opinii.pl.

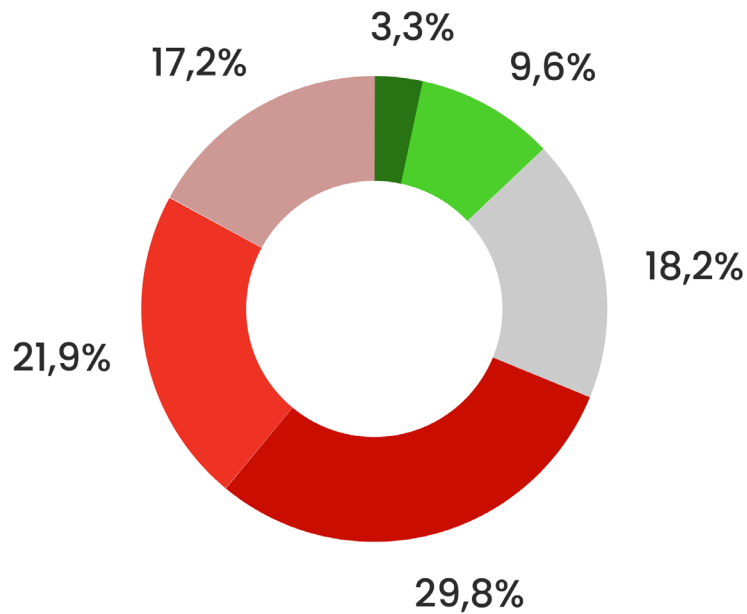
Moralna granica: leki „dla chorych”, nie dla „plażowej sylwetki”

Polacy wyraźnie odróżniają farmakoterapię otyłości od stosowania leków recepturowych w celach wyłącznie estetycznych. Aż 29,8% badanych uważa, że leki z semaglutydem lub tirzepatydem powinny być zarezerwowane wyłącznie dla osób chorych, a 21,9% ocenia ich używanie przez osoby zdrowe zdecydowanie negatywnie — wskazując m.in. ryzyko ograniczonej dostępności preparatów dla diabetyków. Łącznie 51,7% respondentów wyraża negatywny stosunek do „estetycznego” stosowania tych leków.

Pozytywnie ocenia taką praktykę 12,9% badanych (3,3% zdecydowanie, 9,6% raczej pozytywnie), a 18,2% pozostaje neutralnych. Brak zdania deklaruje 17,2% respondentów

Jak ocenia Pan/i zjawisko stosowania leków na receptę zawierających semaglutyd/tirzepatyd przez osoby, które nie mają otyłości ani cukrzycy, a chcą jedynie zrzucić kilka kilogramów ze względów estetycznych?

n=1000



Zdecydowanie pozytywnie
– każdy ma prawo decydować o swoim ciele i metodach chudnięcia

Raczej pozytywnie

Neutralnie
– jest mi to obojętne

Raczej negatywnie
– te leki powinny być zarezerwowane wyłącznie dla osób chorych

Zdecydowanie negatywnie
– prowadzi to do braków leków w aptekach dla pacjentów z cukrzycą i naraża zdrowie

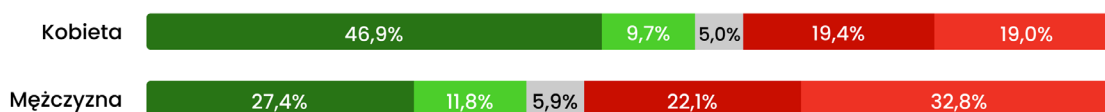
Nie mam zdania


Sondaż zrealizowano od 2 do 8 czerwca 2026 roku na reprezentatywnej próbie 1000 dorosłych mieszkańców Polski, metodą CAWI, na panelu badanie-opinii.pl.


Kobiety formułują bardziej jednoznaczne oceny — 25,7% z nich ocenia takie stosowanie leków zdecydowanie negatywnie, wobec 17,7% mężczyzn. Mężczyźni częściej pozostają obojętni (21,9% vs 14,9% kobiet) lub nie mają zdania (20,6% vs 14,1%).


Czy wie Pan/i, w leczeniu jakich schorzeń stosowane są nowoczesne substancje lecznicze o nazwach: Semaglutyd (np. Ozempic, Wegovy) oraz Tirzepatyd (np. Mounjaro)?


n=1000




 Są to leki stosowane wyłącznie w leczeniu cukrzycy typu 2 oraz otyłości/nadwagi z chorobami współistniejącymi

 Są to ogólnodostępne suplementy diety przyspieszające metabolizm dla każdego, kto chce schudnąć

 Są to leki stosowane w chorobach układu krążenia i nadciśnieniu, a spadek wagi to efekt uboczny

 Słyszałem(am) te nazwy, ale nie wiem dokładnie, do czego służą

 Nigdy nie słyszałem(am) o tych substancjach

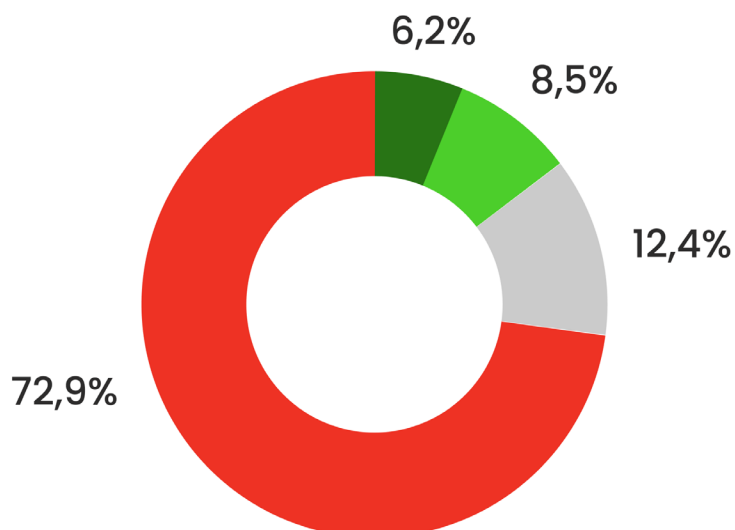
Sondaż zrealizowano od 2 do 8 czerwca 2026 roku na reprezentatywnej próbie 1000 dorosłych mieszkańców Polski, metodą CAWI, na panelu badanie-opinii.pl.

Co dziewiąty nie konsultuje

6,2% badanych stosuje lub stosowało leki na odchudzanie z zalecenia lekarza, a 8,5% sięgało po nie bez konsultacji — np. przez internet lub e-receptę. 12,4% respondentów rozważało lub konsultowało leczenie, ale ostatecznie go nie podjęło. Zdecydowana większość — 72,9% — nigdy nie rozważała ani nie stosowała leków na odchudzanie.

Czy zdarzyło się Pani/Panu kiedykolwiek rozważyć,
konsultować z lekarzem lub stosować leki na odchudzanie?

n=1000



■ Tak, stosuję/
stosowałam/em
takie leki z zalecenia
lekarza

■ Tak, stosuję/
stosowałam/em
takie leki bez
konsultacji
z lekarzem
(np. zakup przez
internet, e-receptę)

■ Rozważałam/em
lub konsultowałam/
em to z lekarzem,
ale ostatecznie nie
podjęłam/em
leczenia

■ Nigdy nie
rozważałam/em
i nie stosowałam/
em takich leków

Sondaż zrealizowano od 2 do 8 czerwca 2026 roku na reprezentatywnej próbie 1000 dorosłych mieszkańców Polski, metodą CAWI, na panelu badanie-opinii.pl.

W podziale na płeć widać wyraźną różnicę: 7,8% kobiet stosowało leki z zalecenia lekarza (wobec 4,4% mężczyzn). Bez konsultacji sięgało po nie 10,5% mężczyzn i 6,7% kobiet.

Czy zdarzyło się Pani/Panu kiedykolwiek rozważyć, konsultować z lekarzem lub stosować leki na odchudzanie?

n=1000



■ Tak, stosuję/stosowałam/em takie leki z zalecenia lekarza

■ Tak, stosuję/stosowałam/em takie leki bez konsultacji z lekarzem (np. zakup przez internet, e-receptę)

■ Rozważałam/em lub konsultowałam/em to z lekarzem, ale ostatecznie nie podjęłam/em leczenia

■ Nigdy nie rozważałam/em i nie stosowałam/em takich leków

Sondaż zrealizowano od 2 do 8 czerwca 2026 roku na reprezentatywnej próbie 1000 dorosłych mieszkańców Polski, metodą CAWI, na panelu badanie-opinii.pl.

Sondaż zrealizowano od 2 do 8 czerwca 2026 roku na reprezentatywnej próbie 1000 dorosłych mieszkańców Polski, metodą CAWI, na panelu badanie-opinii.pl.

Komentarz

Polacy odchudzają się coraz intensywniej, kierując się przede wszystkim motywacją estetyczną. Farmakologiczne wspomaganie odchudzania budzi tymczasem obawy — zarówno o bezpieczeństwo, jak i o dostępność leków dla pacjentów wymagających ich z przyczyn medycznych.

Dane wskazują, że wiedza o nowoczesnych terapiach z semaglutydem i tirzepatydem jest fragmentaryczna. Znacząca część respondentów nie zna tych substancji lub myli je z suplementami diety. Odrębnym zjawiskiem jest sięganie po leki recepturowe bez konsultacji lekarskiej — dotyczy to 8,5% badanych.

Dla systemu ochrony zdrowia i środowiska medycznego oznacza to kilka równoległych wyzwań: konieczność rzetelnego informowania o wskazaniach i przeciwwskazaniach do farmakoterapii otyłości, edukowania w zakresie różnic między lekami a suplementami oraz monitorowania zjawiska stosowania leków poza zarejestrowanymi wskazaniami.