

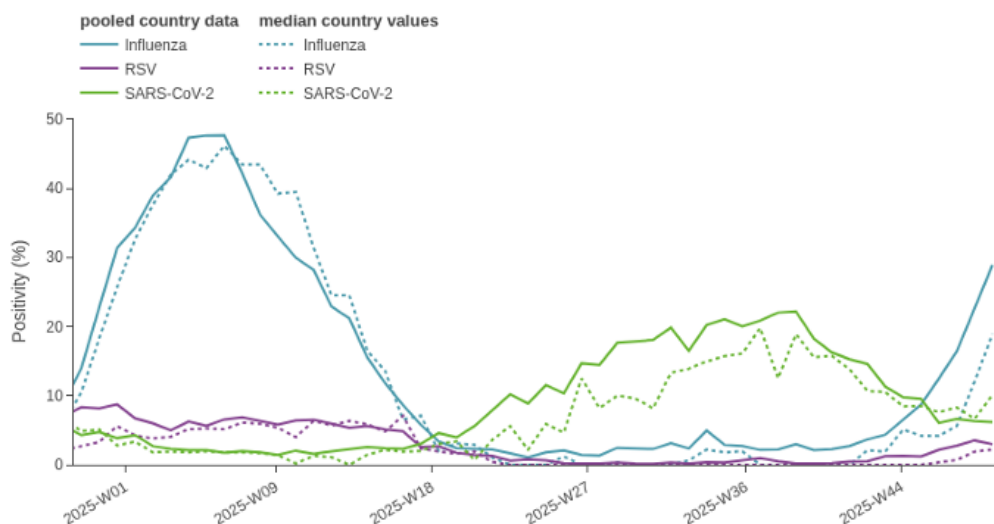
Komunikat Głównego Inspektora Sanitarnego z dnia 23 grudnia 2025
dotyczący aktualnej sytuacji w zakresie infekcji sezonowych.

INFEKCJE SEZONOWE – BIEŻĄCA SYTUACJA

Liczba pacjentów zgłaszających się do placówek podstawowej opieki zdrowotnej z objawami ostrej infekcji układu oddechowego wzrosła w połowie krajów raportujących regionu Europejskiego. Wskazuje to na wysoką aktywność wirusów odpowiedzialnych za infekcje sezonowe, w tym największą aktywność wykazuje wirus grypy.

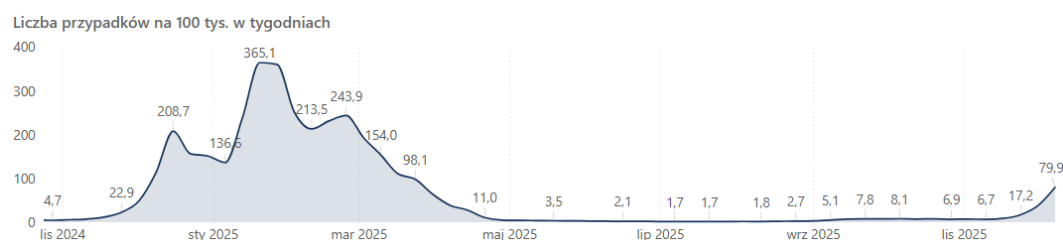
Grypa A dominuje we wszystkich raportujących krajach, nowy wariant K grypy A (H3N2) jest odpowiedzialny za około połowę nowych zachorowań w ostatnich tygodniach. Najwyższa zachorowalność dotyczy dzieci do 14 lat, ale obserwuje się także wzrost zachorowań wśród dorosłych.

Wykres 1. Wskaźnik pozytywnych wyników testów (mediana dane uśrednione z krajów UE)



W Polsce, na podstawie monitorowania opartego na zgłoszeniach z POZ i szpitali, od końca listopada 2025, obserwuje się utrwalony trend wzrostowy zachorowań na grypę, sięgający obecnie 80 przypadków na 100 tys. mieszkańców, z największą zachorowalnością na poziomie 360 przypadków/100 tys. w grupach dzieci do 14 lat.

Wykres 2. Wskaźnik zachorowalności na grypę w Polsce wg zgłoszeń do Centrum E-Zdrowie



Nowy wariant wirusa grypy K A (H3N2) nie wykazuje szczególnej zjadliwości ani oporności na oseltamiwir, ale jest nowym mutantem, co oznacza, że w populacji nie ma pamięci immunologicznej i wiele osób po kontakcie zachoruje. Szczepionka przygotowana na sezon 2025/2026 jest skuteczna, wobec tego wariantu.

Tabela 1. Wskaźnik zachorowalności na grypę w zależności od wieku w Polsce wg zgłoszeń do Centrum E-Zdrowie

Rok / numer tygodnia	2025																													
Kategorie wiekowe	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50		
0-4	8,5	6,7	5,0	5,2	3,7	3,9	3,7	4,3	3,7	3,7	4,3	3,6	5,5	9,4	13,0	14,8	16,3	14,7	16,4	14,5	19,8	19,4	24,4	25,6	26,4	62,4	152,0	356,7		
5-9	4,2	3,4	3,0	2,7	2,7	2,3	1,3	2,2	2,6	1,9	3,0	3,1	2,7	3,2	7,4	7,7	6,8	7,3	8,3	8,2	11,1	13,3	15,4	17,2	22,3	58,1	156,6	351,4		
10-14	2,4	2,0	1,3	1,9	1,1	1,5	1,2	1,8	1,6	1,3	1,3	1,7	1,9	2,1	6,8	8,0	6,9	4,9	5,4	6,3	7,8	8,6	9,1	7,0	11,8	38,9	102,5	201,7		
15-19	1,7	2,2	2,1	1,7	1,3	2,1	2,6	1,8	2,5	2,2	2,1	2,7	3,2	3,2	5,6	9,4	10,7	7,6	6,9	6,3	7,5	5,7	7,0	5,6	8,9	16,3	38,0	85,9		
20-24	4,6	3,1	3,3	3,2	2,0	2,3	2,5	2,4	2,3	3,2	3,3	3,3	5,3	4,8	5,6	10,0	11,3	10,3	10,5	11,5	9,9	8,0	6,8	6,8	9,5	12,5	24,7	49,5		
25-29	4,9	4,1	3,2	3,2	2,5	1,7	1,9	2,8	2,4	2,1	3,0	3,3	4,0	5,7	7,0	10,3	11,9	10,7	13,3	10,9	11,9	9,2	10,3	9,3	12,1	18,3	28,8	57,3		
30-34	3,9	3,7	2,4	2,9	2,8	2,6	2,0	2,1	2,4	2,2	1,7	2,8	3,4	4,7	7,3	10,5	10,1	12,6	11,4	10,9	10,6	9,0	9,0	7,3	11,7	20,1	34,6	67,2		
35-39	3,4	3,2	2,4	2,4	1,6	1,8	2,2	1,4	1,7	2,5	2,3	2,5	3,4	3,7	6,7	8,9	9,3	9,7	9,7	8,9	10,5	7,6	7,4	8,7	10,7	16,9	34,3	75,2		
40-44	2,5	2,3	1,7	2,1	2,1	1,8	1,5	1,4	1,3	1,5	1,5	2,0	2,2	3,4	4,6	7,9	8,7	9,4	8,1	8,8	8,3	6,9	6,6	5,9	8,1	14,0	29,1	55,5		
45-49	2,0	1,9	1,4	1,6	1,5	1,4	1,2	1,2	1,3	1,9	1,0	2,1	2,4	2,8	4,1	6,5	8,7	7,9	8,8	7,0	6,3	5,1	4,8	4,3	6,6	9,8	19,4	37,8		
50-54	2,6	2,4	1,7	2,3	1,6	1,4	1,3	1,3	1,5	1,7	1,8	2,2	1,9	2,7	3,4	6,6	6,1	7,2	8,4	6,4	6,5	4,8	4,7	4,6	5,7	8,6	15,4	26,8		
55-59	2,1	2,2	1,3	1,6	1,5	1,5	1,4	1,3	1,5	1,5	0,9	1,4	2,1	2,4	3,9	6,4	6,9	7,1	7,2	7,5	6,7	5,4	5,0	5,0	4,4	8,3	13,1	25,4		
60-64	1,5	1,3	1,6	1,6	0,8	0,9	1,4	1,3	1,2	0,8	0,9	1,3	2,2	2,0	2,6	4,2	4,2	5,8	5,8	5,1	4,9	4,5	3,9	2,7	4,2	6,1	10,2	21,4		
65-69	1,2	1,5	1,2	1,3	1,0	0,8	0,9	0,7	1,1	0,9	0,7	1,2	1,5	1,6	2,4	3,2	3,8	3,3	3,9	3,5	3,3	3,0	2,7	2,1	2,8	4,2	7,7	16,7		
70-74	1,8	1,3	1,6	1,3	1,0	0,6	1,2	1,0	0,8	1,0	1,0	1,2	1,0	1,5	2,1	2,8	3,9	3,6	4,2	3,9	3,3	3,4	2,9	2,5	3,0	4,3	6,9	16,0		
75-79	1,6	1,4	1,6	1,5	1,4	1,3	1,3	1,2	0,8	1,1	0,8	1,7	1,4	2,1	1,9	2,6	3,3	3,8	3,8	3,4	2,8	3,1	3,6	2,4	2,6	3,9	6,6	15,8		
80-84	1,3	0,8	1,0	1,3	1,0	0,5	0,8	1,2	0,8	0,9	1,0	1,2	1,7	2,5	2,0	3,5	3,0	3,4	4,2	2,2	2,6	4,2	3,9	2,1	2,9	2,6	5,1	13,9		
85+	1,5	0,8	1,8	1,4	0,9	1,0	0,6	1,4	1,2	1,5	1,1	0,8	1,1	2,4	2,2	2,3	3,2	2,8	4,0	3,1	2,6	3,2	2,8	2,2	2,4	4,8	5,4	11,8		

W związku z oczekiwanym w najbliższych tygodniach szczytowym okresem zachorowań na grypę, Główny Inspektor Sanitarny zaleca:

ZALECENIA DLA OGÓŁU SPOŁECZEŃSTWA

Wzmoczenie promocji szczepień przeciw grypie, przede wszystkim w grupach ryzyka:

- Dzieci do 14 lat,
- Dorośli powyżej 50 lat
- Osoby z przewlekłymi schorzeniami bez względu na wiek
- Kobiety w ciąży
- Pracownicy ochrony zdrowia
- Pracownicy oświaty i placówek opieki długoterminowej

Wdrażanie niefarmakologicznych metod przerywania transmisji wirusa

- Zwiększenie higieny rąk
- Higiena kaszlu
- Zachowanie dystansu społecznego (ok. 1,5 m)
- Noszenie masek ochronnych (preferowane przy dłuższym użyciu maski typu FP2) w placówkach medycznych oraz opieki długoterminowej, a także we wszystkich miejscach, gdzie występują duże skupiska osób o nieznanym statusie zdrowotnym
- Dostosowanie mobilności oraz udziału osób z grup ryzyka w dużych zgromadzeniach osób do lokalnego poziomu ryzyka
- Wprowadzanie pracy zdalnej w większym zakresie
- Pozostawianie w samoizolacji domowej osób chorych przez 5-7 dni

ZALECENIA DLA PODMIOTÓW LECZNICZYCH

W związku z oczekiwaną zwiększoną zachorowalnością na grypę i inne infekcje sezonowe, spodziewany jest wzrost obciążenia podmiotów leczniczych POZ, AOS, SOR i szpitali. Aby zapewnić prawidłowe funkcjonowanie systemu ochrony zdrowia należy wdrażać w zależności od oceny ryzyka:

- organizację dodatkowych/wydzielonych punktów przyjęć dla pacjentów z objawami infekcji,
- szybkie testowanie w kierunku infekcji sezonowych przy przyjęciu,
- zapewnienie warunków izolacji kropelkowo-powietrznej dla osób chorych,
- wprowadzenie powszechnego stosowania maseczek ochronnych w przestrzeniach wspólnych oraz w kontakcie z pacjentami z objawami infekcji,
- zapewnienie środków ochrony indywidualnej dla personelu, w tym w szczególności higieny rąk oraz masek ochronnych (przy dłuższym użyciu preferowane są maski typu FP2),

- wprowadzanie ograniczeń odwiedzin uzasadnionych lokalną oceną ryzyka (z zapewnieniem warunków komunikacji elektronicznej między pacjentami a ich bliskimi),
- zabezpieczenie dostępności leków przeciw grypowych.

Kierownicy podmiotów leczniczych powinni w dalszym ciągu aktywnie promować szczepienia personelu medycznego przeciw grypie preparatami przygotowanymi na sezon 2025/2026.

Aktualne dane dostępne są na stronie CEZ <https://ezdrowie.gov.pl/portal/home/badania-idane/raport-o-chorobach-zakaznych>