

Передчасне старіння й виснаження: чи реально українцям працювати у пенсійному віці

07:35 15.06.2026 Пн

🕒 2 хв



Вимоги до стажу зростають, але чи витримає організм 60+?

 **ІРИНА КОСТЕНКО**

 **ВАСИЛИНА КОПИТКО**



Чимало українців продовжують працювати, допоки вистачає сил (фото ілюстративне: freepik.com)

 Не витрачай час на шум! Читай тільки суть з РБК-Україна у Google 

Одна із небезпек сьогодні - передчасне старіння та інвалідизація працездатного населення України. Щоб не втратити трудовий потенціал, необхідні глобальні програм підтримки здоров'я та реабілітації.

Про це розповів в [інтерв'ю РБК-Україна](#) генеральний директор ДУ "Інститут медицини праці імені Ю.І. Кундієва НАМН України" **Богдан Божук**.

Головне:

- **Реальна ситуація:** попри підвищення вимог до стажу в Україні, загальне погіршення здоров'я нації ставить під загрозу спроможність людей працювати на колишньому рівні.
- **Ціна праці після 60:** в цілому українці здатні повноцінно виконувати свої обов'язки у 60-65 років, але це серйозно виснажує організм і може знижувати якість життя.
- **Індивідуальний фактор:** орієнтуватися суто на вікові межі в цьому питанні складно, адже, наприклад, працездатність шахтаря та науковця - різні.

Чи здатні українці працювати у пенсійному віці

Сьогодні в Україні триває пенсійна реформа, яка щороку збільшує вимоги до страхового стажу.

За словами експерта, на тлі загального [погіршення здоров'я нації](#) (зокрема психологічного) [українці у віці 60-65 років повноцінно працювати здатні](#).

Але це, за даними Божука:

- виснажує організм;
- загострює хронічні хвороби.

"І, скоріш за все, це [скорочує їхню якість життя](#)", - констатував спеціаліст.

> [Читайте також: Ейджизм в Україні закінчився? Як робітники 55+ рятують ринок праці \(інтерв'ю з Еллою Лібановою\)](#)

Чи працюють насправді вікові межі для пенсії

"Звісно, з економічного погляду підвищення пенсійного віку - виправдане", - повідомив генеральний директор Інституту медицини праці.

Водночас він нагадав, що важливо розуміти: ["здоров'я та працездатність у 60-65 років - у кожного різна"](#).

Тобто умовно "стан науковця і шахтаря - складно порівнювати".

"Наприклад: у когось є задовнені хронічні захворювання з частими загостреннями, а в когось - суттєвих порушень стану здоров'я немає, що дозволяє залишатися активним", - пояснив Божук.

> [Читайте також: Хто в Україні найсильніше "вигорає" на роботі через хронічний стрес: список професій](#)


Виходячи з цього, на його думку, орієнтуватися лише на вікові межі - не варто.


"Адже в [багатьох випадках працездатність може знижуватись значно раніше 65 років](#). А в інших випадках - людина залишається продуктивною і після 75", - підсумував фахівець.

Нагадаємо, раніше ми повідомляли, що в Україні запускають платформу ["Обрій" для ринку праці](#) та пояснювали, коли запрацюють перші сервіси.

Крім того, ми розповідали, чому [обізнаність про ментальне здоров'я - питання стійкості країни](#).

Читайте також, чому [до війни був час роботодавця, а зараз - працівників](#).

 Увага: Цей матеріал має виключно загальноосвітній характер і не є медичною консультацією. Інформація призначена для ознайомлення з можливими симптомами, причинами та методами виявлення захворювань, але не повинна використовуватись для самодіагностики або самолікування. РБК-Україна не несе відповідальності за діагнози, поставлені на основі матеріалів сайту. У разі проблем зі здоров'ям обов'язково зверніться до кваліфікованого лікаря.

 Не пропустіть головне! Підпишіться на наші оновлення в Google!

Або читайте нас там, де вам зручно!



Більше по темі:

[спеціальність](#) [Пенсійний вік](#) [Пенсійна реформа](#) [Робота в Україні](#)

[Професія](#) [Здоров'я](#) [Праця](#) [Пенсії в Україні](#) [Пенсіонери](#)

Реклама

НОВИНИ

Новини України
Війна в Україні
Економіка
Світ
Надзвичайні події

ПОЛІТИКА

БІЗНЕС

Економіка
Фінанси
Авто
Tech
Енергетика
Біла економіка

АНАЛІТИКА

Статті
Інтерв'ю
Точка зору

ЖИТТЯ

Гроші
Зміни
Освіта
Суспільство

РОЗВАГИ

Шоу бізнес
Поради
Гороскопи
Свята
Цікаве
Спорт

LIFESTYLE

Психологія
Їжа
Подорожі
Здорове життя
Мода та краса

 UA | EN | RU

Про компанію

Розмістити рекламу

Редакційна політика і стандарти

Як стати нашим автором

Правила користування

Правова інформація

Політика конфіденційності

Контакти

Команда

Вакансії в РБК-Україна



Інформаційний портал «РБК-Україна» має тримовну версію (українську, російську та англійську), головна сторінка portalu - <https://www.rbc.ua>. Фотографії, зображення належать їх правласникам. Всі фотографії на Порталі, авторами яких є журналісти «РБК-Україна», розміщені на умовах ліцензії Creative Commons Attribution 4.0 International. Редакція «РБК-Україна» може не поділяти точку зору авторів. Оціночні судження не підлягають спростуванню та доведеною їх правдивості. За достовірність та зміст реклами відповідальність несе рекламодавець. Матеріали, позначені плашкою: «Прес-релізи», «Спецпроект», «Партнерський матеріал», «Протоко», «Благодійність», «Резонанс» розміщуються на правах реклами і призначені, як правило, для осіб, які досягли 21-річного віку. «Новини компанії» - це інформаційний формат, що охоплює новини, події та оголошення, пов'язані з діяльністю компанії, базуються на пресрелізах, які випускають самі компанії, і за які редакція не несе відповідальності. Онлайн-медіа «РБК-Україна» призначене для осіб віком від 21 року.