УКРАЇНА: ЛЮДИ І ПЕРСПЕКТИВИ

№1
листопад 2026

ЩОМІСЯЧНИЙ АНАЛІТИЧНИЙ ДАЙДЖЕСТ

Демографія
Міграція
Праця
Якість життя



Населення України

за 35 років незалежності

1991–2026 • Дайджест

ВСЕУКРАЇНСЬКА АСОЦІАЦІЯ КОМПАНІЙ З МІЖНАРОДНОГО ПРАЦЕВЛАШТУВАННЯ

Гідна праця для всіх

Інститут демографії та досліджень якості життя імені Михайла Птухи НАН України

Зміст

Головне 03–04
Як змінилося населення 05–06
Народжуваність і підтримка сімей 07–08
Тривалість життя і втрати здоров'я 09–11
Міграція та можливості відновлення 12–14
Напрями дій 15–17
Джерела та примітки 18
Інфографіка 19–24

Про дайджест

«Україна: люди і перспективи» — щомісячний аналітичний дайджест проєкту **«Гідна праця для всіх»**, спрямованого на збереження та розвиток людського і трудового потенціалу України. Ініціатор і координатор проєкту — **Всеукраїнська асоціація компаній з міжнародного працевлаштування**, ключовий науковий партнер — **Інститут демографії та досліджень якості життя імені Михайла Птухи НАН України.**

Спираючись на офіційні і відкриті дані та наукову експертизу, дайджест пояснює, як демографія, міграція та ринок праці впливають на якість життя і перспективи людей в Україні. Кожен випуск відповідає на запитання **«Що змінилося? Чому це важливо? Що можна зробити?»**, пропонуючи владі, бізнесу, медіа та міжнародним партнерам висновки і напрями дій.

Наукова основа випуску

Випуск підготовлено на основі матеріалів фахівців Інституту:
С. Аксьонової, О. Гладуна, О. Позняка та Д. Шушпанова.

ГОЛОВНЕ

Демографічна криза поглиблюється

Сім ключових висновків про те, як змінювалося населення України за роки незалежності та що визначає демографічну ситуацію сьогодні.

2018	2025
174	288

померлих на 100 народжених

1. За роки незалежності демографічна ситуація в Україні змінювалась нерівномірно. Після поглиблення кризи у 1990-х роках протягом 2002–2012 років спостерігалося певне поліпшення, однак із 2013 року масштаби природного скорочення чисельності населення знову посилились. **Повномасштабна війна** істотно загострила проблеми, які формувалися протягом кількох десятиліть. Відтворення населення в Україні під час війни характеризується істотним поглибленням демографічної кризи. Однією з її ключових характеристик є стійка депопуляція (природне скорочення чисельності населення), що притаманне усьому періоду незалежності України.

Дисбаланс між зареєстрованими народженнями та смертями посилився. **Якщо у 2018 році, відповідно до даних Міністерства юстиції, на 100 народжених припадало 174 померлих, то у 2025 році це співвідношення становило вже 100 на 288.** Але при цьому слід врахувати, що ці дані наведені для підконтрольних територій у зазначені роки.

2. Швидке відновлення народжуваності після війни не гарантоване. Малочисельні покоління, народжені під час спаду 1990-х років, сьогодні самі стають батьками. До цього додаються виїзд населення, розрив родин і відкладення народжень. Навіть за поліпшення умов життя кількість потенційних батьків обмежуватиме можливості відновлення. Тому підтримка сімей потребує комплексної, різноманітної, тривалої та послідовної політики.

20,8%

пологів у 2025 році — у жінок віком 35 років і старше

3. Майже кожні п’яті пологи у 2025 році припадали на жінок віком 35 років і старше. За даними Центру громадського здоров’я МОЗ, ця частка зросла з 16,3% у 2022 році до 20,8% у 2025-му. Народження дітей поступово зміщується на старший вік. Це потрібно враховувати під час планування медичної допомоги та підтримки родин.

4. Ще до повномасштабної війни розрив в очікуваній тривалості життя чоловіків і жінок становив 9,2 року. У 2021 році показник тривалості життя чоловіків в Україні дорівнював 65,2 року — на 12,2 року менше за середній показник тривалості життя чоловіків у ЄС. Значну роль відіграє передчасна смертність чоловіків.

Особливо важливо зберігати життя і здоров’я у працездатному віці.

9,2 року

розрив між очікуваною тривалістю життя чоловіків і жінок у 2021 році

ГОЛОВНЕ

Ризики, оцінки та напрями дії

5. Мільйони перетинів кордону не показують, скільки українців залишилося за кордоном. За наведеними даними Держприкордонслужби, з 24 лютого 2022 року до 31 серпня 2026 року зафіксовано понад 66 млн виїздів і 63,8 млн в'їздів. Одна людина могла перетинати кордон багато разів, а частину переміщень цей облік не охоплює. Тому різницю між виїздами та в'їздами не можна ототожнювати з кількістю воєнних мігрантів. Для планування повернення потрібні також відомості про склад українських громад за кордоном, потреби людей та умови, за яких вони готові повернутися.

66,0 млн виїздів | **63,8 млн** в'їздів

перетини кордону
з 24.02.2022 до 31.08.2026

6. Оцінка чисельності населення на початок 2026 року коливаються від 27 до 29 млн осіб (без урахування тимчасово окупованих територій). Такі розбіжності обумовлені методологічними особливостями здійснення розрахунків, різними гіпотезами щодо кількісних параметрів демографічних процесів. Проблема точності та надійності оцінки чисельності населення посилюється віддаленістю від першого і на сьогодні останнього в незалежній Україні перепису населення, який був ще у 2001 року.

від 27 до 29 млн осіб

оцінки чисельності населення на початок 2026 року

За оцінками УВКБ ООН, Євростату та ЦЕС; територіальне охоплення й включення населення за кордоном різняться залежно від методології.

7. Демографічна ситуація у найближчі роки буде залежати, в першу чергу, від року закінчення війни. Закінчення війни вплине на всі складові демографічного процесу. Народжуваність, скоріше за все, дещо підвищиться, а смертність зменшиться. Міграційні процеси будуть характеризуватись зустрічними потоками: частина вимушених воєнних мігрантів повернеться, частина чоловіків можуть виїхати після скасування обмежень на виїзд. Рівень цих змін буде залежати від умов закінчення війни.

Якщо війна буде тривати, демографічна ситуація буде погіршуватись. У разі закінчення війни, темпи скорочення чисельності населення загальмуються, хоча саме скорочення буде продовжуватись.

> ***Демографічна ситуація у найближчі роки буде залежати, в першу чергу, від року закінчення війни.***

Ключові рекомендації

- Комплексно підтримувати родини на етапах очікування, народження та виховання дитини, передбачивши конкретні заходи на коротко-, середньо- та довгострокову перспективу.
- Запровадити регулярні опитування населення щодо потреб сімей, дітородних намірів і ставлення до заходів підтримки; використовувати результати для коригування політики та демографічних прогнозів.
- Розробити національну програму збереження репродуктивного здоров'я, яка поєднає зусилля медицини, освіти, психології та соціальної роботи.
- Зосередити зусилля на зниженні передчасної смертності, визначивши групи й території з найбільшими втратами, перешкоди в доступі до допомоги та можливості запобігання смертям.
- Уточнити кількість громадян України за кордоном та умови їхнього повернення, досліджуючи потреби людей, їхні наміри й можливі зміни рішень залежно від обставин.
- Запровадити системний моніторинг ефективності заходів демографічної політики, поєднуючи статистику з обстеженнями населення; запровадити демографічну експертизу нормативно-правових документів, насамперед законопроєктів.

Дані наведено за джерелами, використаними авторами дайджесту. Вони стосуються різних періодів і мають різне територіальне охоплення; довоєнні показники пояснюють тривалі тенденції, а воєнна статистика залишається неповною.

ЯК ЗМІНИЛОСЯ НАСЕЛЕННЯ

Природне скорочення стало тривалою тенденцією

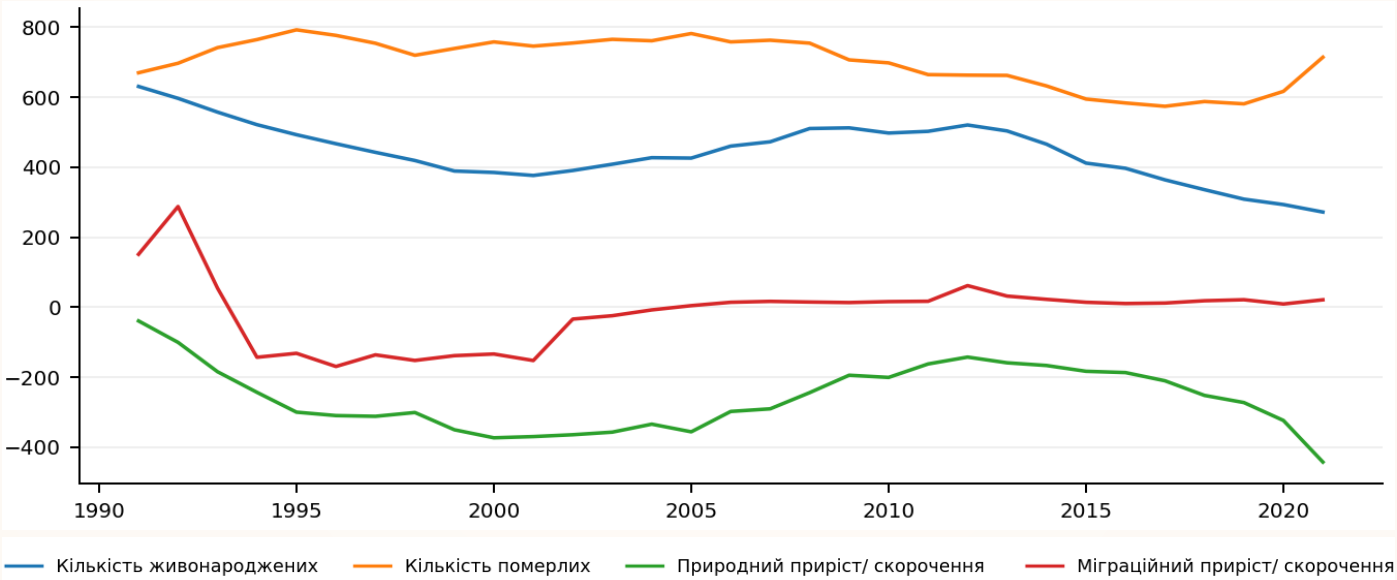
До повномасштабного вторгнення депопуляція була провідним фактором втрат чисельності населення України, а міграція лише частково компенсувала природний убуток на окремих етапах.

1 Природне скорочення населення означає перевищення кількості померлих над кількістю народжених. В Україні воно почалося на початку незалежності. У 1991–1992 роках міграційний приплив ще компенсував цей убуток, але надалі в країні відбувається постійне зменшення населення.

2 Провідним фактором втрат чисельності населення в Україні виступає депопуляція. Протягом 1990-х років на тлі стрімкого падіння народжуваності та підвищення рівня смертності депопуляція наростала. У 2002–2012 роках її темпи уповільнилися завдяки як підвищенню народжуваності, так і стабілізації та навіть певному зменшенню смертності. Однак уже з 2013-го масштаби депопуляційних втрат знову почали зростати.

3 У 1994–2004 роках міграція доповнювала низку факторів зменшення чисельності населення. У наступні півтора десятиліття невелике додатне сальдо міграції аж ніяк не могло перекрити природний убуток населення.

> ***До повномасштабного вторгнення депопуляція була провідним фактором втрат чисельності населення України***



Малюнок 1. *Народжені, померлі та міграційний баланс, 1991–2021 роки, тис. осіб.*
Джерело: *Держстат. У 2014–2021 роках — без Криму, Севастополя та частини тимчасово окупованих територій Донецької й Луганської областей. Зареєстрована міграція не охоплює всіх фактичних переміщень.*

ЯК ЗМІНИЛОСЯ НАСЕЛЕННЯ

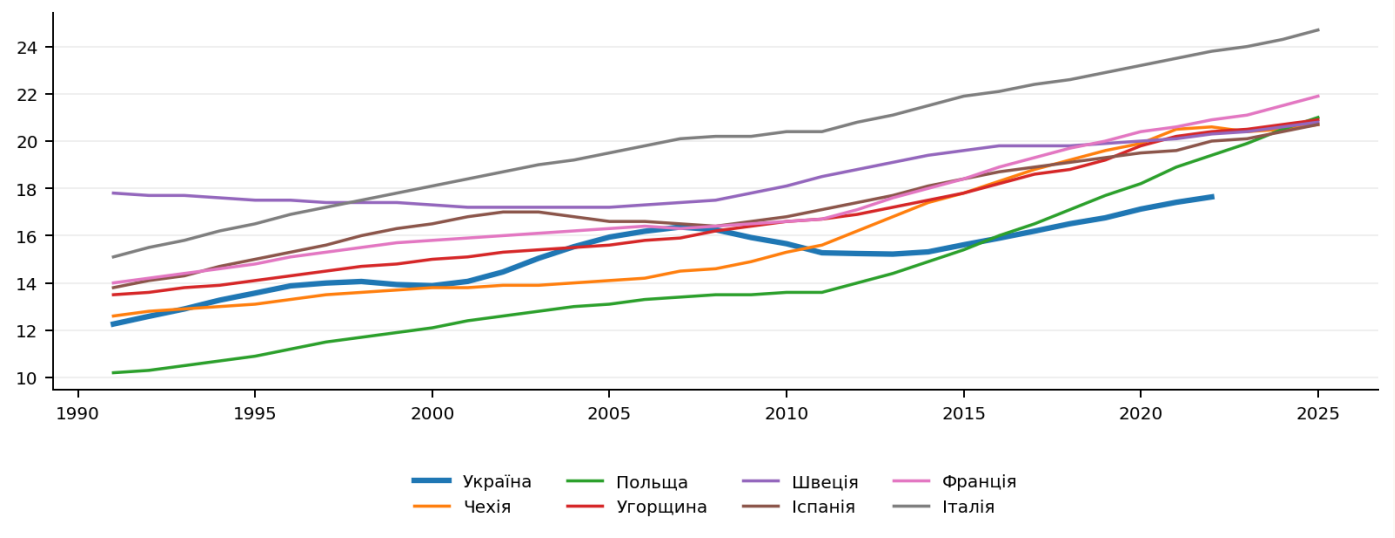
Старіння населення та демографічні хвилі

На структуру населення досі впливають втрати поколінь під час Голодомору та Другої світової війни. До них додалися малочисельні покоління, народжені під час кризи 1990-х і зниження народжуваності з другої половини 2010-х років. Так виникають демографічні хвилі — зміни чисельності поколінь, які позначаються на наступних поколіннях.

Особливістю демографічного старіння в Україні є його зумовленість наднизькою народжуваністю на тлі високої передчасної смертності, без стійкого збільшення тривалості життя, а також відчутним впливом «демографічних хвиль» (перепадів у чисельності окремих когорт). Попри відповідність змін загальноєвропейській тенденції, рівень старіння населення в Україні (частка населення у віці 65 років і старше) поступався більшості розвинутих країн у ЄС.

Для громад це означає потребу враховувати віковий склад жителів під час планування послуг. Для роботодавців — розуміти, як змінюватиметься склад потенційних працівників. Самої загальної чисельності населення недостатньо: важливо знати, де люди живуть, якого вони віку та яких послуг потребують.

Самої загальної чисельності населення недостатньо: важливо знати, де люди живуть, якого вони віку та яких послуг потребують.



Малюнок 2. *Частка людей віком 65 років і старше в Україні та окремих європейських країнах, 1991–2025 роки, %.*
Джерело: *Євростат; графік із повного наукового матеріалу. Доступність спостережень різниться за країнами.*

НАРОДЖУВАНІСТЬ І ПІДТРИМКА СІМЕЙ

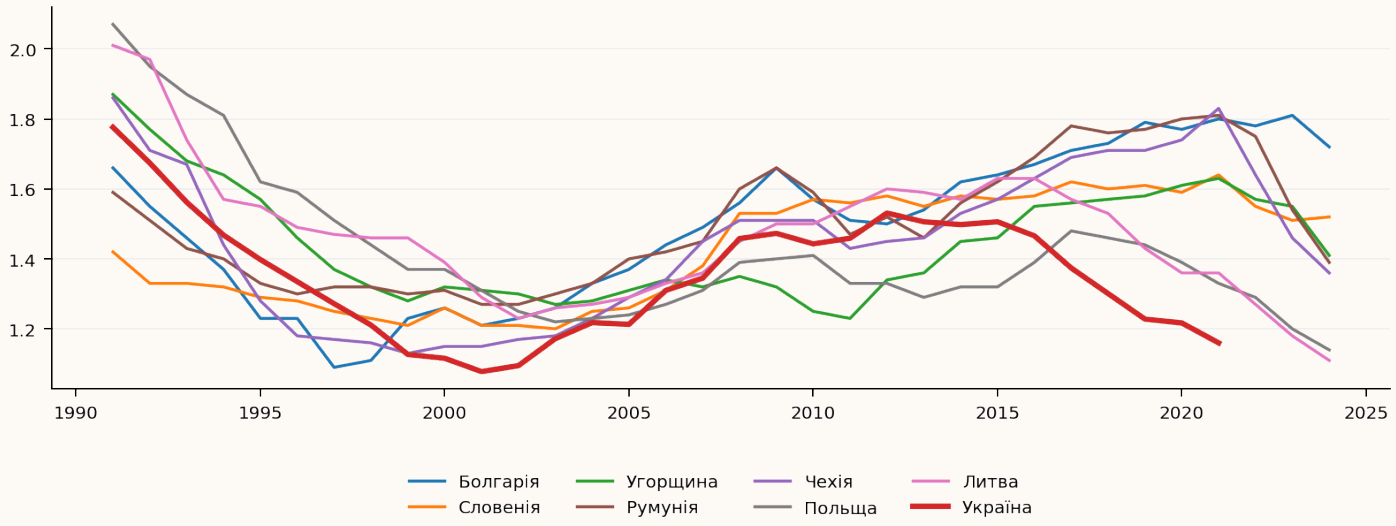
Народжуваність лишається однією з найнижчих у Європі

Увесь період незалежності України народжуваність була на рівні нижчому за необхідний для простого відтворення населення, за якого чисельність населення не змінюється

1 Перед повномасштабною війною сумарний показник народжуваності в Україні був одним із найнижчих порівняно з країнами ЄС. Це умовний показник кількості дітей, яку народила б жінка протягом життя за збереження вікових рівнів народжуваності відповідного року. Він відрізняється від фактичної кількості дітей у конкретній родині.

2 Народження дітей поступово зміщується на старший вік. Якщо на початку незалежності внесок жінок віком до 25 років у сумарну народжуваність становив 61%, то за тридцять років він зменшився у 1,8 раза. Паралельно молодь частіше відкладає шлюб до завершення освіти та досягнення економічної самостійності, поширюється партнерство без реєстрації шлюбу.

3 Після повномасштабного вторгнення у лютому 2022-го на тенденцію зменшення кількості народжених суттєво вплинули величезний вимушений виїзд за кордон громадян України (особливо жінок репродуктивного віку), розрив сімей, відкладання планів щодо народження дитини на «кращі часи», швидка окупація частини території країни (що призвело до неможливості обліку демографічних подій на цих територіях) тощо. Кількість народжених на підконтрольній території України у 2022 році стрімко впала, у наступні 2023—2025 роки темпи скорочення кількості народжених дещо уповільнились, але у першому півріччі 2026 року знову відбулось погіршення демографічної ситуації (табл. 1).



Малюнок 3. *Сумарний показник народжуваності в Україні та окремих європейських країнах, 1991–2024 роки, дітей на одну жінку.* ***Джерела:*** *Держстат, Євростат. Часове охоплення рядів може відрізнятися.*

НАРОДЖУВАНІСТЬ І ПІДТРИМКА СІМЕЙ

Підтримка сімей потребує довгої та послідовної політики

Таблиця 1. *Зареєстровані народження та смерті на підконтрольній території України.*

	за рік								за півріччя
	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025	І півріччя 2026
Кількість народжених, осіб	337 825	310 605	295 293	273 772	206 032	187 387	176 679	168 778	73 292
Кількість померлих, осіб	587 665	581 114	616 835	714 263	541 739	496 240	495 090	485 296	259 853
Кількість померлих на 100 народжених	**174**	**187**	**209**	**261**	**263**	**265**	**280**	**288**	**355**

Джерело: *Міністерство юстиції України. Територіальне охоплення протягом періоду змінювалося.*

Ці показники характеризують зареєстровані події, а не повний обсяг демографічних змін в Україні. Їх не можна безпосередньо використовувати для висновку про інтенсивність народжуваності чи смертності без урахування чисельності та структури населення.

На національному рівні простежується продовження старіння материнства, що підтверджують звіти Центру громадського здоров'я МОЗ України щодо розподілу пологів за окремими віковими групами жінок: частка пологів у жінок у віці 35 років і старше у 2022–2025 роках зростала, до того ж у 2024 році відбулося різке підвищення частки: з 16,9% у 2023-му до 19,4%. Частка пологів у першороділь увесь період війни (після 2014 року) зменшується: якщо у 2015-му 48,3% народжень відбулось у першороділь, то у 2024 році їх було лише 38,8%.

Тривале зниження народжуваності зменшує майбутню чисельність молодих поколінь і робочої сили. Зміни шлюбного та репродуктивного потенціалу обмежують можливість швидкого компенсаційного зростання народжень після війни. Тому підтримка сімей має охоплювати періоди очікування, народження та виховання дитини, а її результати потрібно оцінювати в різних часових горизонтах.

Для ухвалення рішень важливо з'ясувати, які перешкоди родини вважають визначальними, як вони оцінюють наявну підтримку та чи відповідає вона їхнім потребам. Регулярні опитування про дітородні наміри й умови їх реалізації можуть доповнювати статистику, допомагаючи коригувати заходи на національному та місцевому рівнях.

Показник 355 померлих на 100 народжених за перше півріччя 2026 р. не є річним показником і може залежати від сезонних коливань.

ТРИВАЛІСТЬ ЖИТТЯ І ВТРАТИ ЗДОРОВ'Я

Розрив у тривалості життя залишається великим

1 Найбільш несприятлива динаміка СОТЖ (середня очікувана тривалість життя) спостерігалася у першій половині 1990-х років. У 1995-му вона скоротилася до 66,8 року, причому серед чоловіків зниження було значно більшим, ніж серед жінок. Такі зміни відбувалися на тлі глибокої соціально-економічної кризи перехідного періоду, падіння рівня життя та погіршення можливостей системи охорони здоров'я. Протягом 2000—2008 років суттєвого поліпшення ситуації не відбулося, а розрив між тривалістю життя чоловіків і жінок у середині 2000-х років перевищував 11 років. Помітне зростання СОТЖ розпочалося наприкінці 2000-х років і тривало протягом наступного десятиліття. У 2019 році вона досягла 72 років, однак у період 2020—2021 років унаслідок значного зростання смертності в період пандемії COVID-19 знизилася до 69,7 року, що фактично нівелювало значну частину позитивних змін попереднього десятиріччя.

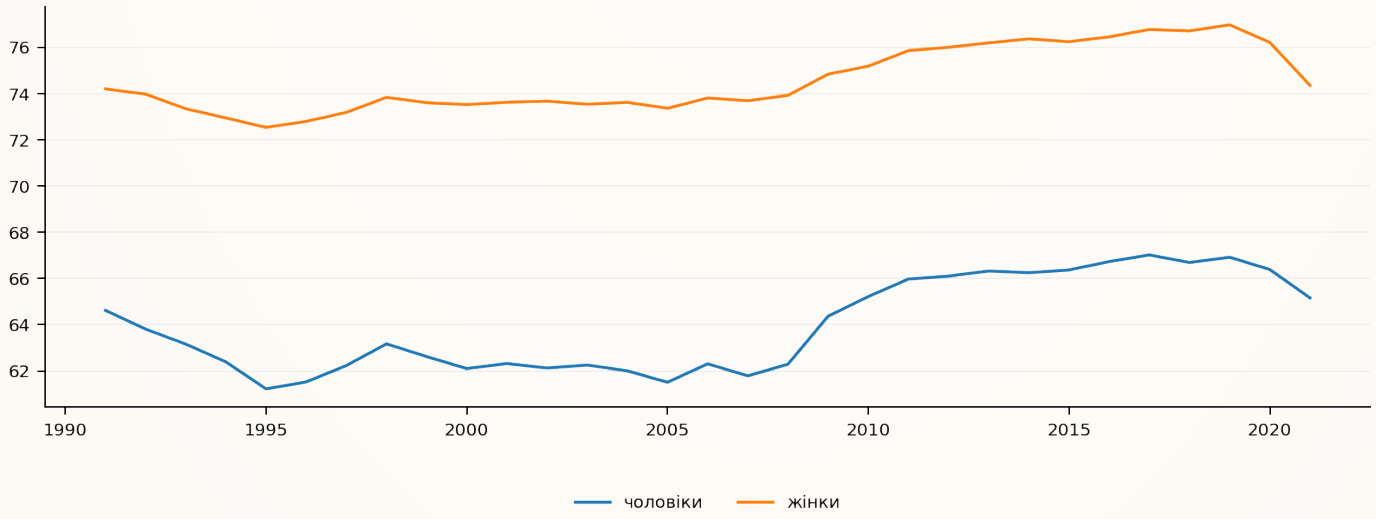
2 Порівняння СОТЖ в Україні й окремих країнах Європи дає змогу більш чітко оцінити масштаби наявних проблем. У 2021 році СОТЖ чоловіків в Україні становила 65,2 року, що на 6,3 року менше, ніж у Польщі, та на 12,2 року — порівняно з середнім показником ЄС. Серед жінок відставання було дещо меншим: відповідно 5,1 і 8,4 року. Проблема низької СОТЖ в Україні не обмежується відставанням від країн із найбільш сприятливою медико-демографічною ситуацією, а чітко простежується і порівняно з країнами Центральної та Східної Європи.

65,2 року
очікувана тривалість життя чоловіків в Україні у 2021 році

12,2 року
відставання тривалості життя чоловіків в Україні від середнього показника в ЄС у 2021 році

3 Загалом, різниця між СОТЖ чоловіків і жінок у 2021 році становила 9,2 року, тоді як у більшості країн Західної та Північної Європи — близько 4 років. Це дає підстави припустити, що значний розрив у СОТЖ України та країн Європи значною мірою формується через високу передчасну смертність чоловіків.

9,2 року
розрив між тривалістю життя чоловіків і жінок в Україні у 2021 році



Малюнок 4. Очікувана тривалість життя при народженні за статтю, Україна, 1991–2021 роки, років. Джерело: Держстат.

ТРИВАЛІСТЬ ЖИТТЯ І ВТРАТИ ЗДОРОВ'Я

Смертність за віком показує глибину ранніх втрат

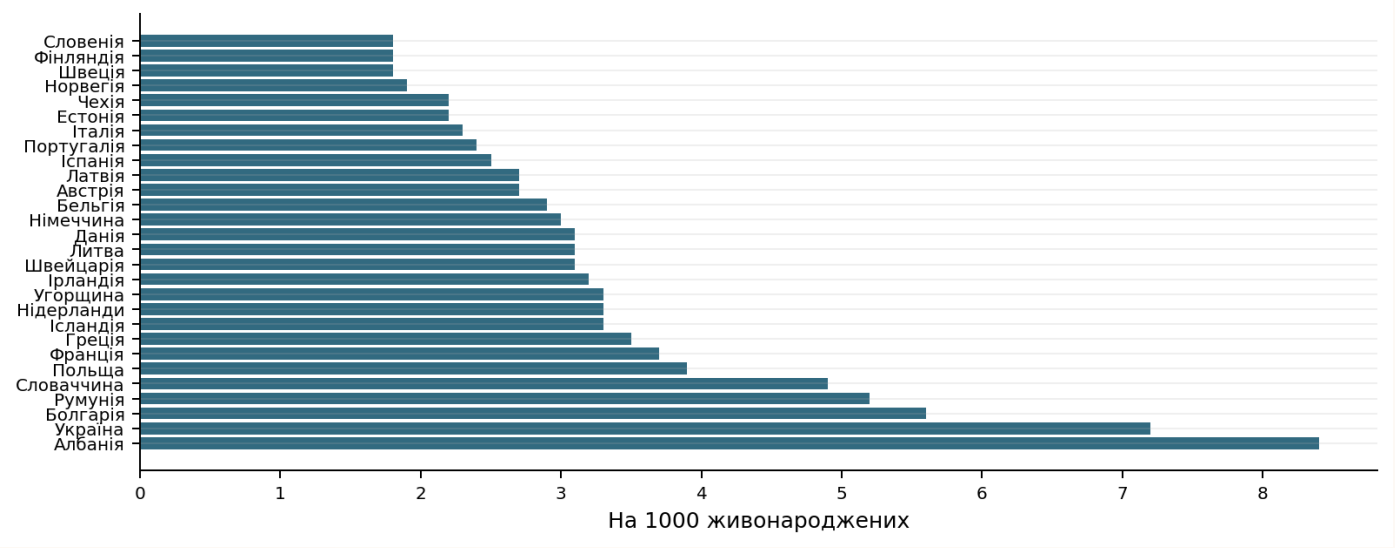
Порівняно з початком етапу Незалежності України смертність дітей у віці до 1 року за тридцять років знизилася вдвічі. Однак попри позитивну динаміку рівня смертності немовлят Україна не змогла досягти показників розвинутих країн світу.

1 Вікова крива смертності має традиційну форму: порівняно високий рівень у ранньому дитячому віці швидко знижується, досягаючи мінімальних значень у віці 5—14 років, після чого поступово зростає, особливо після 40 років. Протягом 1991—2019 років смертність населення України загалом знизилась, однак позитивні зміни були дуже нерівномірними за віком. Найбільш помітними вони були серед дітей: зокрема, у віці 0—4 роки коефіцієнт смертності зменшився більш ніж удвічі — з 330,8 до 140,8 на 100 тис. населення відповідного віку. Натомість у середньому віці прогрес був значно меншим, а серед осіб віком 40—44 роки смертність у 2019 році навіть дещо перевищувала рівень 1991 року. Це свідчить про збереження проблеми надсмертності населення працездатного віку, особливо чоловіків.

2 Аналіз смертності за віком і статтю дає змогу краще зрозуміти причини значного розриву у тривалості життя чоловіків і жінок в Україні. Найбільша різниця спостерігається у молодому та середньому віці: у вікових групах від 20 до 39 років смертність чоловіків приблизно утричі перевищує жіночу. Надалі цей розрив поступово скорочується, хоча смертність чоловіків залишається вищою практично до найстарших вікових груп.

У віці 20–39 років смертність чоловіків приблизно утричі перевищує жіночу.

Особливе значення має збереження життя у працездатному віці. Передчасна смерть — це втрата для родини, громади та економіки. Відмінності між чоловіками й жінками показують, що загальні заходи потрібно доповнювати увагою до груп із найвищими ризиками та до причин цих ризиків.



Малюнок 5. *Смертність немовлят у європейських країнах, 2021 рік, на 1000 живонароджених.*
Джерело: *Євростат. (2021 р. -останній рік для коректного порівняння з дотриманням однакової методології розрахунку показника)*

ТРИВАЛІСТЬ ЖИТТЯ І ВТРАТИ ЗДОРОВ'Я

Структура причин смерті та виклики воєнного часу

Структура померлих за причинами свідчить про значне переважання хвороб системи кровообігу, на які у 2019 році припадало 67% усіх смертей. Друге місце посідали новоутворення — 14%. Разом ці дві групи формували понад 80 % усіх смертей, що значною мірою визначало загальну структуру смертності населення України.

1 Значно меншою була частка зовнішніх причин смерті — 5 % і хвороб органів травлення — 4 %. На хвороби органів дихання припадало 2 %, деякі інфекційні та паразитарні хвороби — лише 1 %. Ще 7 % смертей були зумовлені іншими причинами. Водночас відносно невелика частка окремих класів причин смерті не означає їх незначної ролі у формуванні втрат здоров'я населення. Зокрема, зовнішні причини смерті та деякі інфекційні захворювання більшою мірою стосуються населення молодого та середнього віку, а тому їхня вага у втратах років потенційного життя є суттєво більшим, ніж це можна оцінити лише за часткою у загальній кількості померлих.

2 Висока частка певної причини смерті сама по собі не показує, у якому віці люди помирають і скільком смертям можна запобігти. Для визначення пріоритетів потрібні дані про інтенсивність смертності, доступ до діагностики й лікування та відмінності між групами населення.

3 Смертність населення у роки повномасштабної війни залишається високою, хоча кількість зареєстрованих померлих після її різкого зростання у 2020—2021 роках зменшилася (табл. 1). Однак таке скорочення не свідчить про поліпшення ситуації. Значною мірою воно зумовлене скороченням чисельності населення на підконтрольній території внаслідок вимушеної масової міграції та окупації частини територій країни, а також проблемами реєстрації демографічних подій в умовах війни. Більш показовим є співвідношення кількості померлих і народжених: у 2018 році на 100 народжених припадало 174 померлих, у 2022-му — 263, у 2025 році — вже 288.

Співвідношення померлих і народжених показує дисбаланс природного руху населення. Водночас воно не замінює показників ризику смерті: його зміна залежить також від кількості народжень.

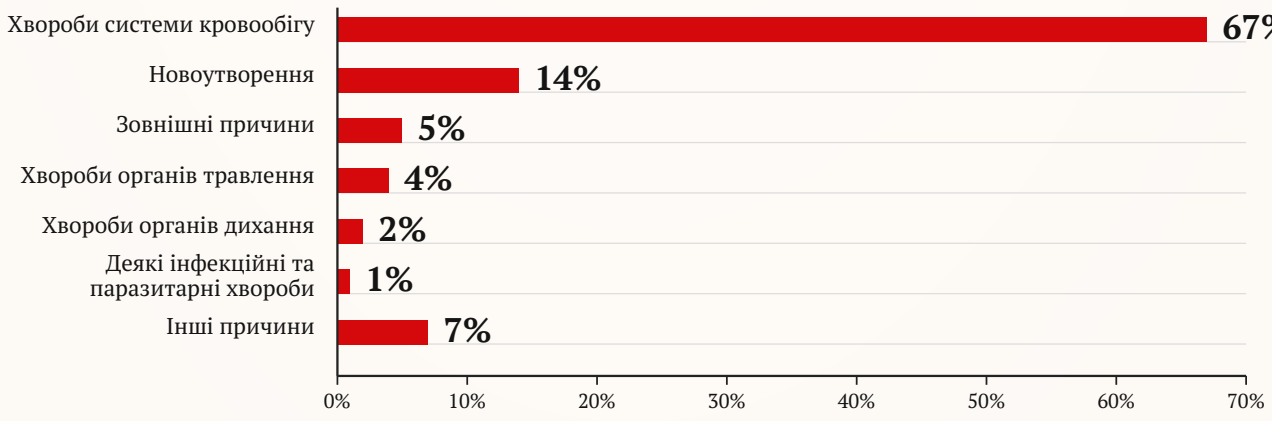
Війна не тільки збільшує прямі людські втрати, але й створює передумови для погіршення здоров'я та зростання смертності у наступні роки. Руйнування медичної інфраструктури, обмеження доступу до медичної допомоги, несвоєчасна діагностика і лікування хронічних захворювань в окремих регіонах країни можуть мати відкладені наслідки. Особливе занепокоєння викликають онкологічні захворювання: за інформацією Центру громадського здоров'я МОЗ, у 2024 році було зареєстровано понад 111 тис. нових випадків злоякісних новоутворень (у 2020 — 109 тис.), а на обліку перебувало понад 1,1 млн хворих. При цьому слід враховувати, що за цей період чисельність населення України суттєво скоротилася. Отже, навіть за відносно незначного збільшення абсолютної кількості зареєстрованих випадків є підстави припускати зростання рівня онкологічної захворюваності.

Однак зміни територіального охоплення та повноти реєстрації не дають змоги точно оцінити масштаби цього зростання. Наявні дані також не дозволяють безпосередньо пов'язувати його з війною, хоча погіршення можливостей раннього виявлення та своєчасного лікування онкологічних захворювань може негативно позначитися на смертності у наступні роки.

67% усіх смертей у 2019 році — хвороби системи кровообігу

111 тис. нових випадків злоякісних новоутворень у 2024 році

понад 1,1 млн хворих перебувало на обліку



Малюнок 6. *Основні причини смерті в Україні, 2019 рік, %.*
Джерело: *Держстат. Графік характеризує доковідну та довоєнну структуру причин смерті.*

МІГРАЦІЯ ТА МОЖЛИВОСТІ ВІДНОВЛЕННЯ

Міграційні потоки з України: від трудових до безпекових мотивів

Рух населення змінювався десятиліттями, а повномасштабна війна додала до трудової міграції масштабне вимушене переміщення.

Протягом 1991—2021 років Україна в основному відігравала роль країни-донора трудових мігрантів для інших країн, на окремих етапах — також країн-транзитера для зарубіжних мігрантів. Сальдо зареєстрованої (стаціонарної) міграції з 2005 року й до початку повномасштабної війни було додатним, але цей статистичний облік стосується тільки переїздів, пов'язаних із реєстрацією/зняттям із реєстрації за місцем проживання, і не охоплює масштабну трудову міграцію українців за кордон.

Офіційно зареєстровані переїзди і фактична трудова міграція описують різні явища. Тому додатне сальдо зареєстрованої міграції могло поєднуватися з масштабним виїздом українців на роботу за кордон. Це обмеження потрібно враховувати під час читання історичних даних і порівняння різних оцінок.

Державною службою статистики України тричі були проведені загальнонаціональні обстеження з питань трудової міграції (ОТМ): у 2008, 2012 і 2017 роках. За результатами опитувань за кордоном працювали відповідно 1,5, 1,2 та 1,3 млн осіб. При цьому дані ОТМ є неповними: обстеженнями не могли бути охоплені члени домогосподарств, які в повному складі виїхали за кордон і мешкають там уже протягом багатьох років (постійні емігранти), а також прикордонні маятникові трудові мігранти.

Напередодні пандемії COVID-19 чисельність зовнішніх трудових мігрантів становила близько 2,7–3 млн осіб, із яких приблизно 1 млн фактично вже були постійними мігрантами. Ці оцінки не слід ототожнювати з кількістю українців, які виїхали через повномасштабну війну.



2,7–3 млн
зовнішніх трудових мігрантів напередодні пандемії COVID-19



з них приблизно
1 млн
уже були постійними мігрантами

Після початку війни у 2014 році різко посилилися темпи переорієнтації заробітчан, які раніше працювали в Росії, на країни ЄС, передовсім на Польщу (цей процес відбувався і в першому десятилітті XXI ст., але повільними темпами). Як наслідок, Польща витіснила Росію з першої сходинки за кількістю трудових мігрантів з України.

Одночасно сталося посилення тенденції переходу тимчасової зовнішньої трудової міграції у постійну форму, виїзд членів сімей довгострокових трудових мігрантів до країн-реципієнтів (переважно до Італії, Іспанії, Португалії).

Наприкінці 2010-х років відплив працівників дедалі відчутніше обмежував можливості економічного розвитку. Повномасштабне вторгнення додало до трудової міграції масштабне вимушене переміщення людей, зокрема жінок і дітей. Наслідки цих переміщень стосуються як поточної доступності працівників, так і майбутньої структури населення.

МІГРАЦІЯ ТА МОЖЛИВОСТІ ВІДНОВЛЕННЯ

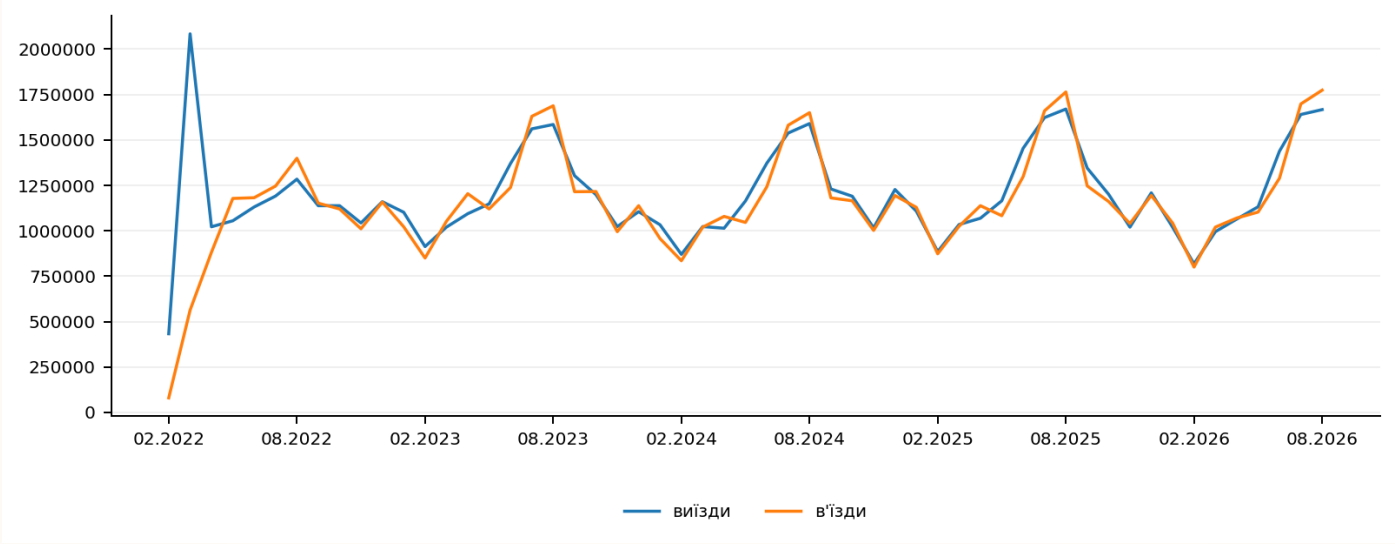
Перетини кордону і реальна кількість воєнних мігрантів

Рахуються перетини, а не унікальні особи.

За інформацією Державної прикордонної служби України, з 24 лютого 2022 до 31 серпня 2026 року зафіксовано понад 66,0 млн виїздів з України та 63,8 млн в'їздів в Україну (прикордонна статистика включає кількість перетинів кордону, а не кількість людей, які їх здійснюють). Різниця між кількістю виїздів і в'їздів перевищує 2,2 млн. Особливо інтенсивний виїзд спостерігався в перші тижні повномасштабної війни.

66,0 млн
виїздів з України

63,8 млн
в'їздів в Україну



Малюнок 7. *Перетини державного кордону України, лютий 2022 — серпень 2026 року.* ***Джерело****: Державна прикордонна служба України. Рахуються перетини, а не унікальні особи. Дані за лютий 2022 р. охоплюють 24–28 лютого.*

Різниця виїздів-в'їздів безумовно є меншою за реальну кількість українських воєнних мігрантів. Прикордонною статистикою не охоплюються наші громадяни, які, потрапивши на територію країни-агресорки, змогли виїхати через її кордони до країн ЄС, Грузії та інших країн, а це ті, хто перебував у відпустці або відрядженні перед початком російсько-української війни і залишився за кордоном, а також чоловіки, які перетнули кордон нелегально. Крім того, в перші тижні війни могли бути труднощі з фіксацією перетинів кордону.

МІГРАЦІЯ ТА МОЖЛИВОСТІ ВІДНОВЛЕННЯ

Повернення залежатиме від умов завершення війни

Оцінки чисельності мігрантів різняться за методологією, а рішення про повернення можуть змінюватися залежно від обставин.

Є різні оцінки кількості воєнних мігрантів. За даними УВКБ ООН на 30 червня 2026 року — близько 5,7 млн осіб без урахування людей на території Росії; за наведеними даними Євростату — 4,4 млн у країнах ЄС; за оцінкою Центру економічної стратегії — близько 4,3 млн поза Росією та Білоруссю. Ці величини мають різне охоплення й методологію, тому не утворюють єдиного зіставного ряду.

Серед можливих причин розбіжностей автори називають збереження реєстрації після повернення в Україну та можливість обліку в кількох країнах. Водночас кожну оцінку потрібно читати разом із датою, визначенням категорії населення та способом її отримання. Для планування відновлення важливі також вік, освіта, професійний досвід і сімейний склад людей за кордоном.

Наміри повернутися залежать від обставин. Відповідь на пряме запитання сьогодні не гарантує рішення після завершення війни. Тому дослідження мають з'ясовувати, за яких умов люди готові повертатися та як змінюється їхня поведінка. Це допоможе пов'язувати політику повернення з реальними потребами сімей і можливостями громад.

Подальший розвиток демографічної ситуації, в першу чергу, залежить від року закінчення війни. Демографічні процеси (народжуваність, смертність, міграція) під час війни, у перші 3–5 років після закінчення та в наступні роки доволі відрізняються. При розробці демографічних прогнозів розробляються гіпотези щодо розвитку кожного з демографічних процесів в майбутньому. Гіпотези формуються на результатах аналізу попередніх тенденцій.

Невизначеність з роком та умовами закінчення війни та докорінним зламом тенденцій унеможливлює розробку достатньо надійних прогнозів. Кожен день війни може знецінити прогноз.

Під час війни демографічна ситуація не покращиться, чисельність населення буде продовжувати скорочуватись. Після закінчення війни вплив негативних тенденцій буде зменшуватись. Народжуваність дещо підвищиться, смертність зменшиться, міграція буде характеризуватись зустрічними потоками: частина вимушених воєнних мігрантів повернеться, частина чоловіків можуть виїхати після скасування обмежень на виїзд. Темпи скорочення чисельності населення зменшаться, але тенденція збережеться. За рахунок повернення частини наших громадян з-за кордону, чисельність може навіть збільшитись.

5,7 млн
30.06.2026 · УВКБ ООН / ВООЗ
Біженці з України за кордоном; глобальна оцінка (країни світу). Облік РФ потребує уточнення.

4,4 млн
31.08.2026 · Eurostat
Особи зі статусом тимчасового захисту в 27 країнах ЄС. Точне значення — 4,43 млн.

4,3 млн
Січень 2026 · ЦЕС
Українські біженці за кордоном, крім Росії та Білорусі. Дослідження «П'ята хвиля».

НАПРЯМИ ДІЙ

Демографічне відновлення потребує системних рішень

Повномасштабна війна загострила демографічну кризу: знижується народжуваність, зростають втрати населення, посилюються старіння, еміграція та внутрішні переміщення, погіршується здоров'я людей. Відповідь на ці виклики потребує комплексної політики у сферах підтримки родин, збереження здоров'я та міграції, а також надійних даних для ухвалення рішень.

Підтримка родин

Тривале зниження народжуваності зменшує чисельність майбутньої робочої сили та мобілізаційні ресурси країни, скорочує частку дітей і молоді й посилює навантаження на працездатне населення. Водночас зменшення кількості потенційних батьків та можливостей створення сімей обмежує ймовірність компенсаційного підвищення народжуваності після війни.

Ці зміни потребують планів демографічного відновлення на коротко-, середньо- та довгострокову перспективу. Пріоритетом має стати комплексна підтримка сімей у періоди очікування, народження та виховання дитини, підкріплена конкретними заходами сімейної політики відповідно до Стратегії демографічного розвитку України до 2040 року.

Реалізація Стратегії демографічного розвитку України до 2040 року

Оцінювання політики та опитування населення

Результативність демографічної та сімейної політики необхідно оцінювати за статистичними показниками й оцінками самих людей. Поєднання цих джерел допоможе з'ясувати, наскільки заходи відповідають потребам населення, чи є вони прийнятними та які проблеми залишаються поза увагою.

Для цього потрібні регулярні опитування щодо наявних заходів підтримки, нововведень і невирішених потреб. Їхні результати мають стати обов'язковою складовою оцінювання та коригування планів реалізації демографічної стратегії.

Окремий блок опитувань повинен стосуватися намірів і планів щодо народження дітей. Ця інформація необхідна для демографічних прогнозів і розроблення політики на національному, регіональному та місцевому рівнях.

НАПРЯМИ ДІЙ

Програма збереження репродуктивного здоров'я

Необхідно розробити й ухвалити національну програму на зразок «Репродуктивне здоров'я нації», об'єднавши зусилля фахівців із демографії, медицини, психології, соціальної роботи та освіти.

Програма має охоплювати сексуальну освіту, збереження репродуктивного здоров'я в умовах криз і застосування репродуктивних технологій. Такий підхід дасть змогу узгодити роботу різних сфер навколо спільного завдання — збереження можливостей людей мати дітей.

Збереження життя і здоров'я населення та вдосконалення медичної статистики

Висока передчасна смертність і відставання від більшості європейських країн за тривалістю життя, особливо чоловіків, були проблемами України ще до повномасштабної війни. Поліпшення, яке спостерігалося до 2019 року, перервала пандемія COVID-19, а війна посилила загрози здоров'ю та життю.

Водночас наявні дані не дають змоги достатньо точно оцінити сучасну ситуацію.

Зменшення кількості зареєстрованих смертей саме по собі не свідчить про зниження рівня смертності.

Недостатньо відомо й про наслідки несвоєчасної діагностики та лікування, обмеженого доступу до допомоги, переміщення, зміни умов життя і тривалого стресу. Їхній вплив може відрізнятися залежно від віку, статі та обставин життя. Окремої уваги потребують внутрішньо переміщені особи, ветерани, люди з інвалідністю, жителі прифронтових і деокупованих територій.

Поряд із відновленням повноцінної демографічної та медичної статистики потрібні дослідження, які покажуть, де і серед кого втрати найбільші, які проблеми зі здоров'ям посилилися, яким смертям можна було запобігти та кому допомога потрібна насамперед.

Ці відомості необхідні для реалізації заходів зі зниження передчасної смертності та збереження здоров'я, передбачених демографічною стратегією. Вони допоможуть визначати пріоритети, обирати дієві заходи й перевіряти, чи дали вони очікуваний результат.

Оцінювання кількості громадян України за кордоном та умов повернення

Україна ще до повномасштабної війни була переважно країною-донором населення та робочої сили. Посилення виїзду громадян погіршує демографічні перспективи та можливості забезпечення економіки працівниками. Необхідно розробити методологію оцінювання реальної кількості громадян України за кордоном, передбачивши широкомасштабні опитування населення України та українських громад у країнах перебування.

Важливо також досліджувати наміри вимушених мігрантів і можливі зміни їхньої поведінки. Відповідь на пряме запитання про повернення відображає нинішні обставини, тоді як остаточне рішення залежатиме від умов, які складуться надалі. Тому опитування мають з'ясовувати не лише намір повернутися чи залишитися, а й обставини, за яких люди можуть змінити рішення. Це дасть змогу точніше оцінювати перспективи повернення та враховувати їх під час планування відновлення.

НАПРЯМИ ДІЙ

Моніторинг населення та демографічна експертиза рішень

Потрібна система моніторингу, яка поєднуватиме демографічну й медичну статистику з регулярними комплексними та цільовими обстеженнями населення. Вона має забезпечувати оцінювання результативності державної політики та нормативно-правових актів, своєчасне коригування заходів і врахування відмінностей між регіонами.

Окремим напрямом має стати наукова демографічна експертиза нормативно-правових документів, насамперед законопроєктів, на їхню відповідність цілям і завданням Стратегії демографічного розвитку України. Її результати мають допомагати узгоджувати державні рішення із завданнями демографічної політики.

> *“ Результати демографічної експертизи мають допомагати узгоджувати державні рішення із завданнями демографічної політики*

Ключові рекомендації

01
Комплексно підтримувати родини на етапах очікування, народження та виховання дитини, передбачивши конкретні заходи на коротко-, середньо- та довгострокову перспективу.

02
Запровадити регулярні опитування населення щодо потреб сімей, дітородних намірів і ставлення до заходів підтримки; використовувати результати для коригування політики та демографічних прогнозів.

03
Розробити національну програму збереження репродуктивного здоров’я, яка поєднає зусилля медицини, освіти, психології та соціальної роботи.

04
Зосередити зусилля на зниженні передчасної смертності, визначивши групи й території з найбільшими втратами, перешкоди в доступі до допомоги та можливості запобігання смертям.

05
Уточнити кількість громадян України за кордоном та умови їхнього повернення, досліджуючи потреби людей, їхні наміри й можливі зміни рішень залежно від обставин.

06
Запровадити системний моніторинг ефективності заходів демографічної політики, поєднуючи сані офіційної статистику з даними обстежень населення; запровадити демографічну експертизу нормативно-правових документів, насамперед законопроєктів.

ДЖЕРЕЛА, ПРИМІТКИ ТА КОНТАКТИ

Джерела, примітки та контакти

Дані наведено за джерелами, використаними авторами дайджесту. Вони стосуються різних періодів і мають різне територіальне охоплення; довоєнні показники пояснюють тривалі тенденції, а воєнна статистика залишається неповною.

НАУКОВА ОСНОВА ВИПУСКУ

Наукова основа: матеріал фахівців Інституту демографії та досліджень якості життя імені Михайла Птухи НАН України С. Аксьонової, О. Гладуна, О. Позняка та Д. Шушпанова.

ДЖЕРЕЛА ГРАФІКІВ І ТАБЛИЦЬ

Малюнок 1.
Народжені, померлі та міграційний баланс, 1991–2021 роки, тис. осіб. Джерело: Держстат. У 2014–2021 роках — без Криму, Севастополя та частини тимчасово окупованих територій Донецької й Луганської областей. Зареєстрована міграція не охоплює всіх фактичних переміщень.

Малюнок 2.
Частка людей віком 65 років і старше в Україні та окремих європейських країнах, 1991–2025 роки, %. Джерело: Євростат; графік із повного наукового матеріалу. Доступність спостережень різниться за країнами.

Малюнок 3.
Сумарний показник народжуваності в Україні та окремих європейських країнах, 1991–2024 роки, дітей на одну жінку. Джерела: Держстат, Євростат. Часове охоплення рядів може відрізнятися.

Малюнок 4.
Очікувана тривалість життя при народженні за статтю, Україна, 1991–2021 роки, років. Джерело: Держстат.

Малюнок 5.
Смертність немовлят у європейських країнах, 2021 рік, на 1000 живонароджених. Джерело: Євростат. (2021 р. — останній рік для коректного порівняння з дотриманням однакової методології розрахунку показника)

Малюнок 6.
Основні причини смерті в Україні, 2019 рік, %. Джерело: Держстат. Графік характеризує довоєнну та довоєнну структуру причин смерті.

Малюнок 7.
Перетини державного кордону України, лютий 2022 — серпень 2026 року. Джерело: Державна прикордонна служба України. Рахуються перетини, а не унікальні особи. За приміткою до авторського графіка, дані за лютий охоплюють 24–28 лютого; наведений у тексті підсумок починається з 24 лютого.

Таблиця 1.
Зареєстровані народження та смерті на підконтрольній території України. Джерело: Міністерство юстиції України. Територіальне охоплення протягом періоду змінювалося.

ПРИМІТКИ

Показники наведено з урахуванням методологічних особливостей джерел. Частина даних є попередньою, може бути уточнена та переглянута надалі. Територіальне охоплення окремих рядів змінювалося (зокрема, без тимчасово окупованих територій). У воєнний період статистика є неповною, що слід враховувати під час інтерпретації тенденцій.

КОНТАКТИ

Всеукраїнська асоціація компаній з міжнародного працевлаштування

https://ampua.org/ • info@ampua.org

Населення України: оцінки та невизначеність



від 27 до 29 млн осіб

Оцінки чисельності населення на початок 2026 року.

Територіальне охоплення залежить від методики оцінювання.

Розбіжності пов'язані з різними методиками розрахунку та припущеннями щодо народжуваності, смертності й міграції.



2001 рік — останній перепис населення.

Віддаленість від перепису ускладнює точне оцінювання.



Демографічні перспективи залежать насамперед від часу та умов завершення війни. але вимагають діяти вже сьогодні.



Прогнози потребують оновлення зі зміною воєнної та міграційної ситуації.

Джерело: матеріали фахівців Інституту демографії та досліджень якості життя імені Михайла Птухи НАН України, наведені в дайджесті.

Всеукраїнська асоціація компаній з міжнародного працевлаштування

У межах проєкту **«Гідна праця для всіх»**

ampua.org · info@ampua.org

Кожні п’яті пологи — у жінок віком 35 років і старше

Україна, 2025 рік



20,8%

Такою була частка пологів у жінок віком 35 років і старше.

Як зростала ця частка

16,3%	16,9%	19,4%	20,8%
– 2022 рік	– 2023 рік	– 2024 рік	– 2025 рік



Народження дітей зміщується на старший вік. Це потрібно враховувати під час планування медичної допомоги та підтримки родин.

Джерело: Центр громадського здоров'я МОЗ України, за матеріалами дайджесту.

Всеукраїнська асоціація компаній з міжнародного працевлаштування

У межах проєкту **«Гідна праця для всіх»**

ampua.org · info@ampua.org

Очікувана тривалість життя чоловіків: Україна відстає від ЄС на 12,2 року

Порівняння за 2021 рік



65,2 року

Очікувана тривалість життя чоловіків при народженні в Україні.

Це на:

6,3 року менше, ніж у Польщі;

12,2 року менше, ніж у середньому в ЄС.

Збереження життя і здоров'я кожної людини в Україні — один із ключових демографічних пріоритетів

Джерело: порівняльні дані, наведені в дайджесті «Україна: люди і перспективи».

Примітка: показник розраховано за рівнями смертності 2021 року. Він не є прогнозом тривалості життя конкретної людини.

Всеукраїнська асоціація компаній з міжнародного працевлаштування

У межах проєкту **«Гідна праця для всіх»**

ampua.org · info@ampua.org

9,2 року — розрив між жінками й чоловіками в Україні

Очікувана тривалість життя при народженні, 2021 рік



9,2 року

Настільки показник жінок перевищував показник чоловіків в Україні.



Близько 4 років

Такий розрив був у більшості країн Західної та Північної Європи, представлених у дослідженні.



Значну роль у цьому розриві відіграє передчасна смертність чоловіків. Особливо важливо зберігати життя і здоров'я у працездатному віці.

Джерело: аналіз фахівців Інституту демографії та досліджень якості життя імені Михайла Птухи НАН України, наведений у дайджесті.

Всеукраїнська асоціація компаній з міжнародного працевлаштування

У межах проєкту **«Гідна праця для всіх»**

ampua.org · info@ampua.org

Дві групи захворювань – 81% усіх смертей

Україна, 2019 рік



- **67%** — хвороби системи кровообігу
- **14%** — новоутворення
- **19%** — решта причин

67% – хвороби системи кровообігу

14% – новоутворення

19% – решта причин

Збереження здоров'я потребує своєчасної діагностики, доступного лікування та запобігання передчасним смертям.

Джерело: Держстат, за матеріалами дайджесту.

Примітка: наведено дві основні групи захворювань — хвороби системи кровообігу та новоутворення, а також решту причин. Частка смертей від певної причини не показує, у якому віці помирають люди.

Всеукраїнська асоціація компаній з міжнародного працевлаштування

У межах проєкту **«Гідна праця для всіх»**

ampua.org · info@ampua.org

Мільйони перетинів кордону: скільки за ними людей?

24 лютого 2022 року — 31 серпня 2026 року



Понад

66 млн –

виїздів з України



63,8 млн –

в'їздів в Україну

Одна людина могла перетинати кордон багато разів.

Ця статистика охоплює зафіксовані перетини державного кордону. Тому різниця між виїздами та в'їздами не кореспондується з даними міжнародних організацій щодо вимушених українських мігрантів в інших країнах.

Джерело: Державна прикордонна служба України, за матеріалами дайджесту.

Всеукраїнська асоціація компаній з міжнародного працевлаштування

У межах проєкту **«Гідна праця для всіх»**

ampua.org · info@ampua.org