

PMR MARKET
EXPERTS

RYNEK SUPLEMENTÓW DIETY W POLSCE 2025

ANALIZA RYNKU I PROGNOZY
ROZWOJU NA LATA 2025-2030





Nasze dane pokazują, że w 2024 r. rynek suplementów diety wzrósł z wysoką, jednocyfrową, dynamiką. **Penetracja konsumpcji suplementów diety w populacji to aż 75%**, to oznacza, że ponad 23 mln Polaków podejmuje decyzje zakupowe w tym obszarze. Skala ta generuje znaczący potencjał rozwoju, ale jednocześnie zwiększa intensywność konkurencji i presję na uczestników rynku.

W aktualnym otoczeniu rynkowym firmy działające w sektorze suplementów mierzą się z rosnącą liczbą wyzwań, które wpływają zarówno na działania operacyjne, jak i na kierunki rozwoju strategicznego. Jednym z kluczowych czynników jest zaostrzenie regulacji prawnych, zarówno na poziomie krajowym, jak i unijnym, które wymuszają większą transparentność w zakresie reklamy, ale też składu i skuteczności produktów. W naszym badaniu wśród producentów i dystrybutorów suplementów diety z czerwca 2025 r. **regulacje prawne wskazywane są przez co piątą firmę na rynku jako kluczowa bariera rozwoju.**

Prognozy PMR Market Experts wskazują, że w najbliższych latach **rynek suplementów diety w Polsce będzie nadal rósł, zarówno nominalnie jak i realnie**, choć tempo wzrostu będzie się stabilizować. Otoczenie regulacyjne i technologiczne ulega zmianom, które w średnim horyzoncie czasowym mogą mieć znaczący wpływ na jego strukturę i rentowność. Niemniej, wzrost wartości rynku wspiera rosnąca świadomość zdrowotna, starzenie się społeczeństwa i rozwój e-commerce.



Marta Marszałek

Head Pharmaceutical & Healthcare Market Analyst, PMR Market Experts/Hume's Institute

Autorka raportu „Rynek suplementów diety w Polsce 2025”





Główny cel

Dostarczenie kompleksowej i aktualnej analizy sytuacji na rynku suplementów diety w Polsce wraz z identyfikacją najnowszych trendów i oceną kierunków rozwoju sektora.

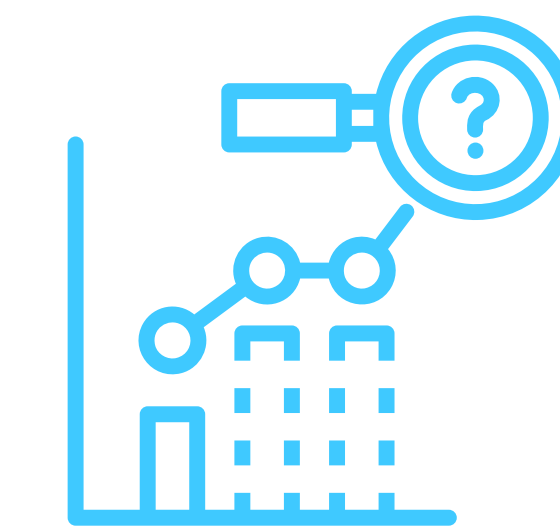
Cele dodatkowe

- analiza dynamiki zmian poszczególnych kanałów sprzedaży oraz przedstawienie prognoz ich rozwoju
- przedstawienie kluczowych czynników i trendów na rynku suplementów diety (makroekonomicznych, w tym inflacyjnych, popytowych, podażowych i prawnych)
- analiza największych kategorii suplementów diety w aptekach wraz z danymi sprzedażowymi za I poł. 2025 r.
- określenie najbardziej perspektywicznych kategorii suplementów diety w Polsce w najbliższych trzech latach (badanie CATI B2B, producenci i dystrybutorzy suplementów diety, czerwiec 2025 r.)
- określenie cech osób kupujących oraz zmian w zachowaniach konsumentów suplementów diety w Polsce (konsumentów suplementów diety, badanie CAWI B2C, czerwiec/lipiec 2025 r.)
- przedstawienie najpopularniejszych marek suplementów diety w Polsce wraz z danymi sprzedażowymi z aptek za I poł. 2025 r.
- identyfikacja największych producentów ogółem oraz w poszczególnych kategoriach sprzedaży



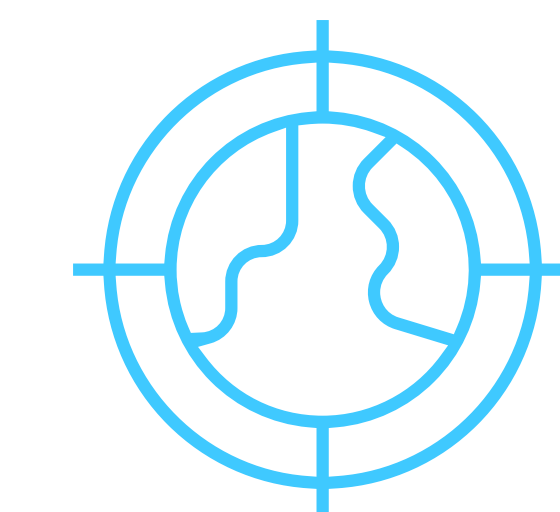
Zakres czasowy

2021-2024



Perspektywa prognoz

2025-2030



Zakres przestrzenny

Polska



Zakres przedmiotowy

- wartość rynku
- struktura całkowitej wartości rynku w podziale na kanały sprzedaży:
 - ↳ apteki stacjonarne
 - ↳ sklepy spożywcze
 - ↳ sklepy drogeryjno-kosmetyczne
 - ↳ sklepy zielarsko-medyczne i zielarnie
 - ↳ sklepy z odżywkami dla sportowców
 - ↳ sportowe
 - ↳ sklepy internetowe
 - ↳ apteki internetowe
 - ↳ platformy handlowe
- struktura całkowitej wartości rynku w podziale na sprzedaż stacjonarną i internetową
- struktura całkowitej wartości rynku w podziale na sprzedaż apteczną i pozaapteczną
- struktura rynku aptecznego w podziale na kategorie produktowe
- prognozy dla całego rynku
- prognozy dla kanałów sprzedaży
- najwięksi producenci suplementów diety
- najwięksi producenci w poszczególnych kategoriach suplementów diety w aptekach

Zakres rzeczowy - kategorie produktowe:

1. Drogi moczowe i infekcje intymne
2. Kości, mięśnie i stawy
3. Krążenie, w tym na serce, żylaki
4. Kwasy omega i tranzy
5. Magnez
6. Odżywki dla sportowców
7. Potencja
8. Probiotyki
9. Produkty konopne – na bazie CBD
10. Przeziębienie, grypa i zatoki, katar, w tym syropy na kaszel
11. Super foods
12. Tabletki do ssania na ból gardła i chrypkę
13. Trawienie, problemy żołądkowe, wątroba, zgaga
14. Układ nerwowy (środki nasenne, uspokajające, antydepresyjne)
15. Witamina D
16. Witaminy i minerały (w tym kompleksy witamin, elektrolity, pojedyncze witaminy – bez magnezu i witaminy D)
17. Włosy, skóra i paznokcie



Jakie informacje zawiera raport?

- **wartość rynku** suplementów diety w latach 2021-2024
- **struktura rynku** suplementów diety w latach 2021-2024 w podziale na:
 - ↳ kanały sprzedaży
 - ↳ sprzedaż internetową i stacjonarną
 - ↳ sprzedaż apteczną i pozaapteczną
- **struktura rynku** aptecznego suplementów diety w latach 2021-I poł. 2025 w podziale na kategorie produktowe
- **prognozy zmiany cen** suplementów diety i innych czynników makroekonomicznych
- **czynniki wpływające na rynek:** popytowe, podażowe i prawne
- **zachowania konsumenckie**, w tym dotyczących miejsc zakupu suplementów diety oraz cech osób kupujących suplementy diety
- **główni producenci** na rynku aptecznym ogółem oraz w poszczególnych kategoriach produktowych
- **najpopularniejsze marki** suplementów diety w Polsce
- **prognozy** rozwoju rynku do roku 2030 r.





Badanie producentów i dystrybutorów suplementów diety w Polsce:

- ocena obecnej i przyszłej sytuacji na rynku suplementów diety w Polsce
- ocena kondycji finansowej przedsiębiorstw
- określenie najbardziej perspektywicznych kategorii na rynku suplementów diety w Polsce
- określenie najbardziej perspektywicznych kanałów dystrybucji na rynku suplementów diety w Polsce



Inne parametry

W raporcie prezentujemy kluczowe parametry dotyczące sprzedaży suplementów diety, w tym:

- liczba sklepów wybranych największych sieci sklepów spożywczych, drogeryjno-kosmetycznych, zielarsko-medycznych i sportowych z odżywkami i suplementami diety
- liczba sprzedanych opakowań suplementów diety w aptekach w Polsce oraz analiza trendu w czasie
- średnie ceny za suplementy diety w aptekach w poszczególnych kategoriach produktowych

Raport zawiera zamknięte dane apteczne o sprzedaży suplementów diety w I połowie 2025 r.



Prognozy

Opracowując raport sporządzono długoterminowe prognozy rozwoju rynku z wykorzystaniem modeli ekonometrycznych oraz historycznych szeregów czasowych.

Prognozy obejmują okres 2025-2030.

Oprócz prognoz dla wartości rynku, kanałów sprzedaży i segmentów rynku, raport zawiera również prognozy wybranych wskaźników makroekonomicznych, w tym:

- PKB per capita oraz realna dynamika PKB,
- inflacja ogółem, inflacja cen usług medycznych,
- średnioroczna stopa bezrobocia BAEL oraz realna dynamika przeciętnego miesięcznego wynagrodzenia brutto w Polsce,
- realna dynamika dochodu rozporządzalnego gospodarstw domowych w Polsce oraz spożycia indywidualnego,
- liczba rezydentów w Polsce oraz udziały poszczególnych grup demograficznych.

**Sprawdzalność prognoz
PMR Market Experts
publikowanych w raportach
jest wysoka - typowy
poziom błędu (MAPE)
to zwykle mniej niż 3%.**





10 powodów, dla których warto zainwestować w ten raport

1 **Kompleksowy obraz rynku suplementów diety w Polsce**
Wartość rynku, struktura sprzedaży (kanały dystrybucji, sprzedaż apteczna vs pozaapteczna) oraz perspektywy do 2030 r.

2 **Dostęp do precyzyjnych prognoz na lata 2025–2030**
Raport zawiera 5-letnie prognozy opracowane na podstawie modeli ekonometrycznych (m.in. ARIMA, VAR, regresje wielorakie).

3 **Przegląd kategorii produktowych**
Analiza sprzedaży aptecznej 20 wiodących kategorii produktowych wraz z oceną potencjału wzrostu dla 17 grup suplementów diety, wyodrębnionych w ramach badania.

4 **Wsparcie dla decyzji strategicznych i inwestycyjnych**
Narzędzie dla zarządów, banków, funduszy, działów strategii – umożliwia identyfikację rosnących kategorii i obszarów inwestycyjnych.

5 **Syntetyczne zestawienie trendów i insightów konsumenckich**
Wyniki badań jakościowych i ilościowych pozwalające lepiej zrozumieć sylwetkę i zachowania zakupowe konsumentów.

6 **Makroekonomiczne i demograficzne uwarunkowania rynku**
Raport zawiera prognozy wskaźników takich jak inflacja CPI, PKB, dochód rozporządzalny, liczba mieszkańców i grupy demograficzne.

7 **Wiedza o dominujących trendach**
Identyfikacja kluczowych czynników popytowych, podażowych oraz regulacyjnych wraz z wynikami badań i komentarzem analitycznym.

8 **Ocena siły i pozycji konkurencji**
Zestawienie największych producentów działających w aptekach ogółem oraz w kluczowych kategoriach rynku, wraz z rankingiem najpopularniejszych produktów i ich danymi sprzedażowymi.

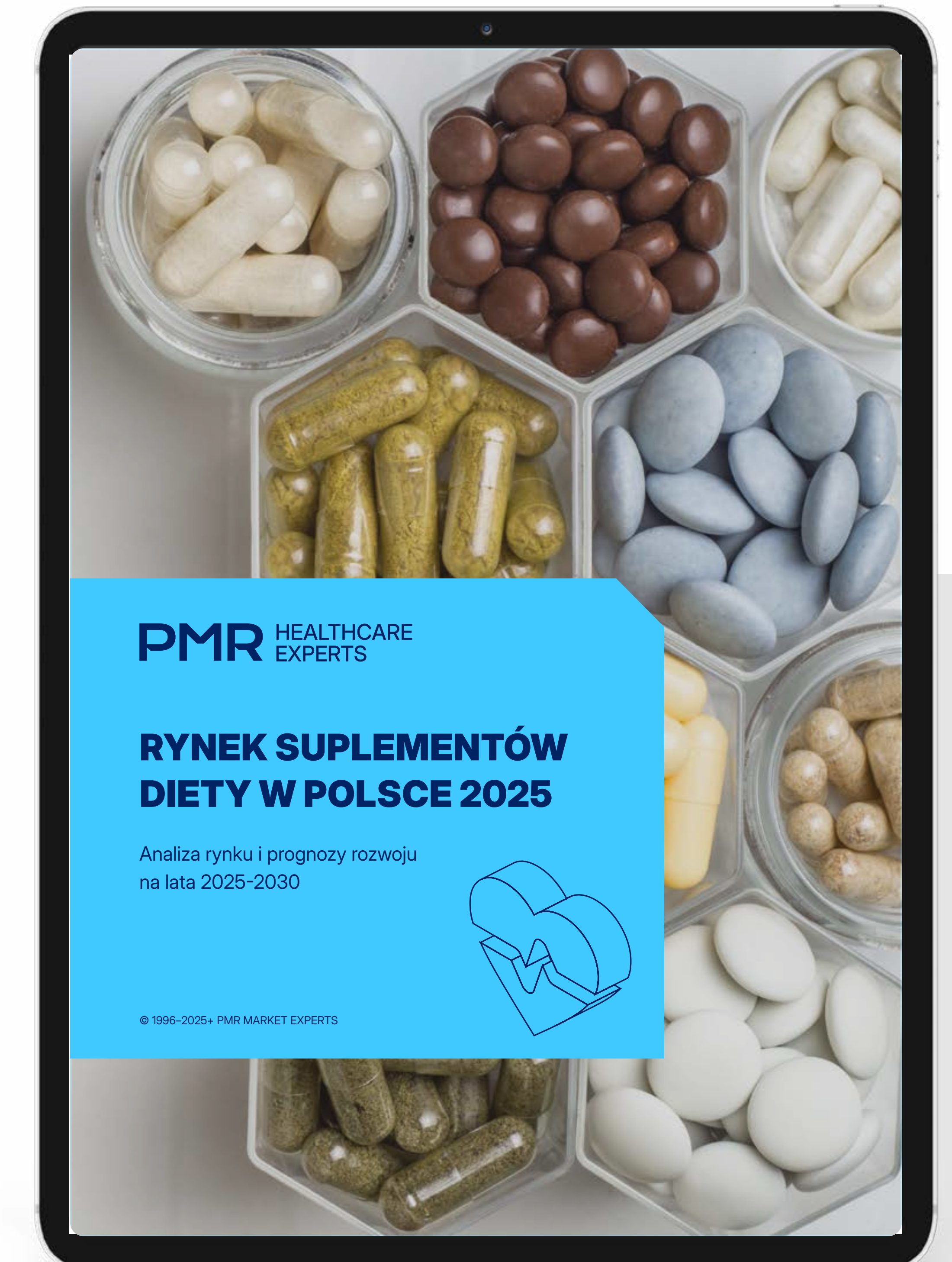
9 **Dodatkowe materiały – dane źródłowe w Excelu**
Umożliwiają samodzielne agregowanie danych, analizę własną i tworzenie modeli wewnętrznych w organizacji.

10 **Autorskie badania i doświadczenie**
Łączone źródła danych (pierwotne, wtórne), 20+ lat doświadczenia na rynku, metodologia oparta na dziesiątkach zmiennych.



Na jakie pytania odpowiadamy w raporcie?

- Jaka jest obecna i prognozowana wartość rynku suplementów diety w Polsce do 2030 roku?
- Jaka jest wartość sprzedaży suplementów diety poszczególnych kanałach dystrybucji i które kanały będą rozwijać się najszybciej w ciągu najbliższych kilku lat?
- Jakie są dominujące trendy na rynku suplementów diety w Polsce?
- Jakie będą najbardziej perspektywiczne kategorie w latach 2025-2028?
- Jaka jest realna dynamika rynku suplementów diety w Polsce?
- Jak wygląda sprzedaż najważniejszych kategorii w aptekach?
- Dlaczego Polacy sięgają po suplementy diety i co decyduje o ich wyborach?
- Jakie są typowe profile i segmenty konsumentów suplementów diety?
- Jak zmieniają się ceny suplementów i ich dostępność w różnych kanałach?
- Którzy producenci i marki dominują na rynku suplementów?
- Jakie zmiany regulacyjne mogą wpłynąć na rynek w najbliższych latach?



PMR Market Experts to marka raportów rynkowych opracowywanych przez Hume's Institute

W PMR Market Experts od ponad 20 lat tworzymy cykliczne raporty branżowe. Nasze główne specjalizacje:

- Digital & ICT
- Retail
- Pharma & Healthcare
- Construction

Nasze raporty to coś więcej niż zestawienie faktów – to rzetelna wiedza oparta na sprawdzonej metodologii. Łączymy dane pierwotne i wtórne, własne algorytmy oraz modele ekonometryczne, by dostarczyć precyzyjnych informacji o rynku, jego wartościach, dynamice, segmentach i głównych graczach.

Jesteśmy częścią Hume's Institute – agencji badawczej 360° specjalizującej się w badaniach ilościowych i jakościowych, prognozowaniu oraz predykcjach rynkowych.

Doświadczenie w analizie i weryfikacji danych PMR Market Experts, **unikatowe insighty** oraz **sprawdzone prognozy** dostarczane przez Hume's Institute dają realną wiedzę i przewagę naszym Klientom.

Z naszych usług skorzystało już ponad 600 klientów na całym świecie. **Przebadaliśmy ponad 5 000 marek, działając na ponad 50 rynkach.** Zaufaniem obdarzyły nas największe firmy - **współpracujemy z 70% marek z prestiżowej listy Fortune 500.**

20+

lat doświadczenia

600+

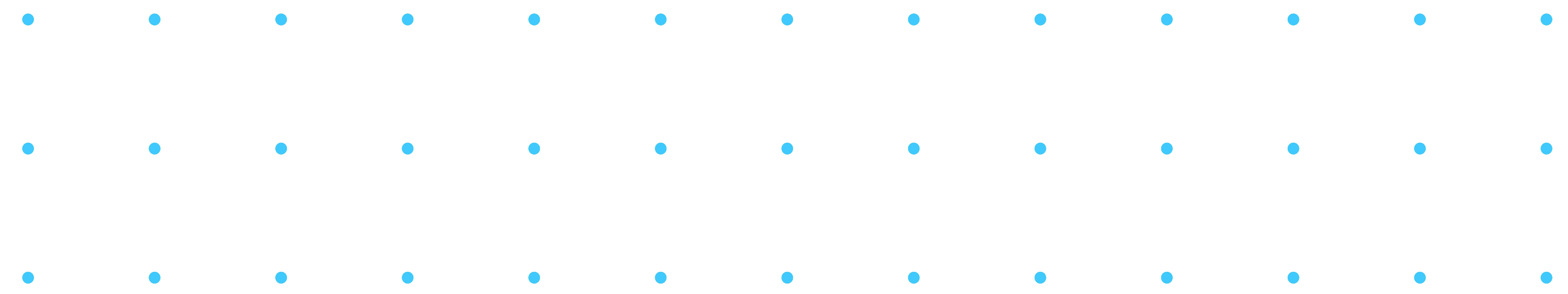
klientów globalnych

5 000+

przebadanych marek

50+

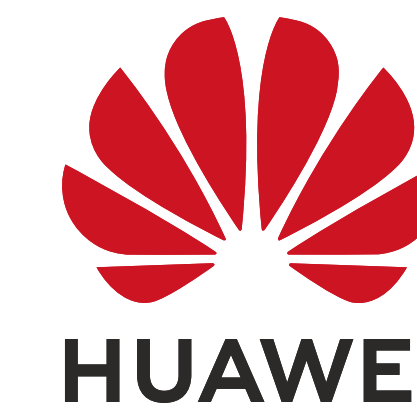
analizowanych krajów



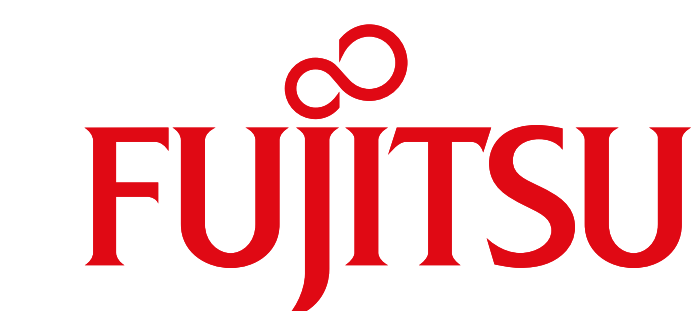
Zaufali nam



SEPHORA



SKANSKA





PHARMA & HEALTHCARE

ANALIZA RYNKU
I 5-LETNIE PROGNOZY ROZWOJU

- Rynek prywatnej opieki zdrowotnej w Polsce
- Rynek dermokosmetyków w Polsce
- Rynek suplementów diety w Polsce
- Rynek usług stomatologicznych w Polsce
- Rynek produktów bez recepty w Polsce
- Rynek usług diagnostyki obrazowej w Polsce (2024)
- Rynek usług diagnostyki laboratoryjnej w Polsce
- Rynek szpitali publicznych i niepublicznych w Polsce
- Handel internetowy produktami bez recepty w Polsce (2024)

NOWOŚCI

- Rynek opieki i produktów dla zwierząt w Polsce
- Rynek opieki nad osobami starszymi w Polsce
- Dystrybucja na rynku farmaceutycznym w Polsce
- Zdrowie Polaków: postawy wobec profilaktyki i well-beingu



KONTAKT:

Beata Michalska

Business Development Manager

tel.: +48 607 636 904

beata.michalska@pmrmarketexperts.com



BIURO

Królewska 57
30-081 Kraków, Polska



KONTAKT

tel.: +48 609 290 093
+48 782 011 000
sales@pmrcorporate.com
info@pmrcorporate.com



WWW

pmrmarketexperts.com
mypmr.pro
humes.pl