

# **SZAMAN W KIOSKU, CZYLI POLSKA PRASA POŚWIĘCONA MEDYCYNIE NIEKONWENCJONALNEJ**

JUDYTA EWA PERCZAK

Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach  
Instytut Dziennikarstwa i Informatyki

## **ABSTRACT**

### **Szaman at newsstands: Polish press dedicated to alternative medicine**

This article discusses the small but interesting contemporary Polish alternative medicine press market. Unlike other press segments, this one is dominated by the Polish capital contributed mainly by small companies or institutions; however magazines based on foreign licenses have appeared in recent years. This segment includes scientific and specialist as well as popular magazines publishing articles by both recognized authorities on medicine and natural therapy practitioners, or even readers. The magazines in question promote treatments recognized by the official medicine as well as more controversial ones. This article also includes an overview of terms and definitions related to alternative medicine.

**Keywords:** alternative medicine, natural therapy, advice press, niche press

Celem artykułu jest scharakteryzowanie polskich czasopism dotyczących medycyny alternatywnej. Artykuł prezentuje obecną ofertę prasową poświęconą różnym terapiom niekonwencjonalnym, omawia czasopisma zarówno od strony formalnej, jak i treściowej.

✉ Adres do korespondencji: Instytut Dziennikarstwa i Informatyki UJK w Kielcach; ul. Świętokrzyska 21d; 25-406 Kielce; jperczak@ujk.edu.pl

### *Przyczyny popularności zjawiska*

Od kiedy drogi medycyny akademickiej i praktyk naturoterapeutycznych się rozeszły, stosunek lekarzy do ziołolecznictwa i pokrewnych dziedzin medycyny niekonwencjonalnej jest niejednoznaczny i ewoluuje: od całkowitej negacji przez ostrożną akceptację aż do aprobaty przez niektórych. W dzisiejszych czasach, kiedy z różnych powodów ogromną popularność zyskują wszelkie działania spod znaku szeroko pojętego ezoteryzmu, coraz więcej ludzi skłania się też ku różnorodnym terapiom naturalnym, w tym „importowanym” z różnych części świata. Niektóre z nich ocierają się wręcz o magię.

Jak stwierdził już w 1981 roku Władysław Piątkowski, stopień aprobaty dla terapii alternatywnych jest zależny

[...] od tradycji społeczno-kulturowych danego kraju, stopnia niezadowolenia pacjentów z oficjalnie świadczonych usług medycznych, postawy środków masowego przekazu wobec leczących nieprofesjonalistów, dostępności legalnych usług zdrowotnych itd. (Piątkowski 1981, s. 89–101).

Jak wskazują badania CBOS, w 1998 roku do korzystania z praktyk niekonwencjonalnych w przypadku dolegliwości przyznawało się tylko 5% respondentów, zaś 52% deklaroowało stosowanie domowych sposobów leczenia, nie wymieniając ich jednak (CBOS 1998, s. 2). Badania te wykazały też, że im trudniejszy dostęp do lekarza, tym częstsze stosowanie innych sposobów leczenia, w tym receptur domowych (CBOS 1998, s. 5).

W 2010 roku liczba korzystających z usług medycyny niekonwencjonalnej spadła do 1% ankietowanych. Jednak nie na korzyść zasięgania porad u lekarzy, tylko zażywania leków i innych medykamentów dostępnych bez recepty. Odsetek respondentów radzących się lekarzy i stosujących terapie domowe także spadł w stosunku do 1998 roku. Według GUS odsetek gospodarstw domowych korzystających z medycyny niekonwencjonalnej w 2010 roku wynosił 3% (Łysoń 2011, s. 49). Wnioskować więc można, że konkurencją dla medycyny niekonwencjonalnej nie są lekarze, tylko rozrastający się błyskawicznie rynek tzw. suplementów diety.

### *Terminologia*

Ponieważ naturoterapia jest dziedziną niezwykle kontrowersyjną, a moda na nią już dawno przerodziła się w lukratywny biznes, warto się przyjrzeć, jakimi kanałami informacyjnymi posługują się jej zwolennicy w celu popularyzacji alternatywnej medycyny.

Medycyna niekonwencjonalna (alternatywna, naturalna, naturoterapia), jako zjawisko niejednorodne, bardzo wewnętrznie zróżnicowane i przede wszystkim bogate w różnorodne typy diagnozy i terapii, nie jest łatwa do zdefiniowania. Już

samo bogactwo terminologiczne sugeruje trudności z ustaleniem jednoznacznej definicji zjawiska, która zamknęłaby w sobie wszystkie jego aspekty.

Medycyna niekonwencjonalna to wszystkie metody leczenia stosowane poza oficjalną służbą zdrowia. Ze względu na brak naukowego potwierdzenia skuteczności lekarze nie uznają ich za lecznicze (Twardosz 2005). Definicja podaje, że niekonwencjonalność to niezgodność z przyjętymi zasadami (Szymczak 1998), więc pod pojęciem medycyny niekonwencjonalnej mieszczą się te wszystkie terapie i sposoby diagnozowania, które medycyna akademicka odrzuca, np. wszelkie rodzaje leczenia energią, homeopatia, świecowanie uszu. Jest to kategoria o tyle nieprecyzyjna, że z biegiem czasu niektóre działania niekonwencjonalne są zaliczane w poczet terapii pomocniczych. Przykładem może być akupunktura czy ziołolecznictwo.

Wyróżnikiem medycyny niekonwencjonalnej jest m.in. holistyczna postawa terapeuty wobec pacjenta. W praktyce medycyny alternatywnej holizm to teoria mówiąca o energetycznym powiązaniu ze sobą wszystkich organów w ciele człowieka, a całego ciała z psychiką. W myśl tej teorii przyczyn choroby należy szukać nie tylko w chorym miejscu, ale w całym organizmie, traktowanym jako jedność fizyczna i psychiczna, energetyczna i duchowa (Górnicka 2014).

Termin *medycyna naturalna (naturoterapia)* kładzie nacisk na wykorzystywanie nie do terapii sił natury, np. w postaci specyfików roślinnych (ziołowych), energii lub sił odpornościowych (samoleczenie organizmu). Inne określenie – *medycyna etniczna (ludowa)* podkreśla stosowanie zabiegów wywodzących się z ludowej, czasem wielowiekowej tradycji. Praktyki te są często na pograniczu magii, np. zamawianie chorób, odczynianie uroków.

Z kolei termin *medycyna alternatywna* sugeruje, że proponowane naturalne metody leczenia stoją w opozycji do medycyny konwencjonalnej, akademickiej, która w tej definicji staje się medycyną „pierwszego wyboru”. Zaś medycyna alternatywna jest drogą dla tych, którym lekarze nie mogą pomóc lub którzy z własnej woli wybierają terapie naturalne. Zakłada więc absolutną rozbieżność obu dróg leczenia.

Na brak precyzyjnych definicji zwraca także uwagę Małgorzata Jagiełło na swojej stronie internetowej poświęconej *biocoachingowi*. Za National Center for Complementary and Alternative Medicine (NCCAM) w USA określa medycynę niekonwencjonalną i komplementarną jako „grupę różnorodnych systemów opieki medycznej i zdrowotnej, praktyk oraz produktów, które nie mieszczą się w ramach medycyny konwencjonalnej” (Jagiełło b.d., s. 1). Pewnym kompromisem definicyjnym może być termin *medycyna komplementarna*, obejmujący te wszystkie naturalne metody terapeutyczne, które zostały zaakceptowane przez medycynę oficjalną jako terapie pomocnicze, stosowane w powiązaniu lub uzupełniająco do leczenia klasycznego (Jagiełło b.d., s. 1).

Jest ich coraz więcej, jednak wiele tradycyjnie uznawanych za skuteczne terapii i metod diagnostycznych ciągle jeszcze jest negowanych przez lekarzy (w Polsce to przede wszystkim homeopatia i różne formy bioterapii czy stawianie

diagnozy przez badanie żywej kropli krwi lub tęczówki oka). Dlatego także ten termin nie jest w stanie precyzyjnie zawrzeć w sobie całej złożoności zjawiska. M. Jagiełło przytacza też termin *medycyna zintegrowana*, która ma być połączeniem medycyny klasycznej (konwencjonalnej) ze zweryfikowanymi naukowo i zaakceptowanymi przez lekarzy terapiami naturalnymi (Jagiełło b.d., s. 1).

W związku z tak wielką różnorodnością terminologiczną w niniejszym artykule synonimicznie stosuje się określenia: *medycyna niekonwencjonalna*, *naturalna* i *alternatywna* jako najszersze znaczeniowo.

### *Prasa o medycynie niekonwencjonalnej do 1989 roku*

Medycyna niekonwencjonalna była obecna w polskiej prasie ezoterycznej już w dwudziestoleciu międzywojennym. Liczne ukazujące się wówczas czasopisma dotyczące rozwoju duchowego poruszały także tematykę szeroko pojętej medycyny alternatywnej. Między innymi jeden z najpopularniejszych ówczesnych tytułów z tej grupy, miesięcznik *Lotos* (1935–1939) publikował artykuły z dziedziny homeopatii, zielarstwa, magnetyzmu, a nawet muzykoterapii („Od redakcji” 1938, s. 1–2).

Po II wojnie światowej szeroko pojęta parapsychologia (nazywana przed wojną spirytyzmem) oraz medycyna niekonwencjonalna nie cieszyły się łaskami władz. Światopogląd materialistyczny nie dopuszczał wiary w siły nadprzyrodzone, myślenie naukowe i racjonalistyczne zaś wykluczało oficjalne stosowanie terapii paramedycznych niezwyfikowanych doświadczalnie. Ze wszystkich praktyk medycyny naturalnej jedynie ziołolecznictwo miało w PRL ugruntowaną, mocną pozycję, a potężna państwowa firma Herbapol umożliwiała obywatelom korzystanie z dobrodziejstw naturalnych środków leczniczych i upiększających.

Dlatego jedynie czasopisma o zielarstwie znalazły miejsce na socjalistycznym rynku prasowym. Była to jednak przede wszystkim prasa fachowa i naukowa, np. *Wiadomości Zielarskie. Organ Polskiego Związku Plantatorów i Zbieraczy Roślin Zielarskich*, wydawany w latach 1958–2002, w czasie swego istnienia czterokrotnie zmieniający tytuł (Baza BN). Sytuacja zaczęła się zmieniać w latach siedemdziesiątych. Pierwszym znanym powszechnie *healerem* (z ang. uzdrowiciel), uzdrawiającym ludzi na zbiorowych seansach był Anglik Clive Harris. Jego działalność zapoczątkowała w Polsce nie tylko aktywność rodzimych bioenergoterapeutów, ale także rozważania naukowe na temat zjawiska leczenia energią przez samego Harrisa (Kański, Wasilewski 1981, s. 103–118) czy wreszcie stosunku medycyny akademickiej do niekonwencjonalnej (Piątkowski 1981, s. 89–101).

Parapsychologia zaczęła zyskiwać popularność po powołaniu w 1976 roku Polskiego Stowarzyszenia Radiestetów, działającego od 1983 roku jako Towarzystwo Psychotroniczne w Warszawie (PTP b.d., s. 1). Lata osiemdziesiąte to początek popularności rozmaitych systemów leczenia energią, diagnozowania za pomocą wahadełka itp. Wtedy też obok periodyków o ziołolecznictwie i zie-

larstwie pojawił się tytuł traktujący m.in. o innej dziedzinie medycyny niekonwencjonalnej – apiterapii. Był to krakowski nieregularnik *Apipol. Nowoczesne Pszczelarstwo – Apiterapia* (1986–1987) – informator Regionalnego Zrzeszenia Pszczelarzy, pod redakcją Barbary Krzyszkowskiej (Baza BWC 1985–1989).

Jednak na prawdziwy „wysyp” tego typu tytułów trzeba było poczekać do lat dziewięćdziesiątych i zmian ustrojowych, które pozwoliły na całkowitą wolność wydawania prasy i uprawiania zawodów związanych z medycyną alternatywną. Do oficjalnego rejestru zawodów zostały one wpisane w 2004 roku<sup>1</sup>, wraz z wróżbiarstwem, chiroligią, astrologią i innymi dziedzinami ezoterycznymi.

### *Prasa o medycynie niekonwencjonalnej po 1989 roku*

Jak cały rynek prasy w Polsce, także i ten segment podlega ciągłym zmianom. Niektóre czasopisma zawieszano i wznawiano pod nowymi tytułami. Tu przykładem jest pismo *Saluber: organ PSRMK* (dwumiesięcznik Polskiego Stowarzyszenia Rozwoju Medycyny Komplementarnej), pod redakcją Bożeny Ryczkowskiej, wydawany w latach 2001–2002 przez warszawskie wydawnictwo Medyk, a wznowiony w roku 2002 jako kwartalnik *Saluber 2: organ PSRMK*, pod tą samą redakcją, ale już w wydawnictwie J.A.P.ko Anna Polaniecka (Katalog BN). Podobnie wyglądała sytuacja założonego w 2000 roku miesięcznika *Vilcacora: Żyj Długo*, wydawanego przez gdańskie wydawnictwo Tower Press, pod redakcją A. Grzegorza Rybińskiego. W 2005 roku zmieniono tytuł na *Żyj Długo: Vilcacora*, nie zmieniając ani redaktora naczelnego, ani częstotliwości, ani profilu pisma (Baza BN). Obecnie (od 2014 r.) pismo to ukazuje się pod tytułem *Żyj Długo. Żyj Zdrowo*.

Zmiana miała zapewne charakter kosmetyczny, ponieważ po kilku latach wielkiego rozgłosu sława naturalnego środka ziołowego o nazwie vilcacora przybladła. Wiele pism okazuje się efemerydami i po kilkumiesięcznej lub kilkuletniej obecności znikają z kiosków. Tabela 1 pokazuje czasopisma o medycynie niekonwencjonalnej, które zaczęły się ukazywać po 1989 roku i już znikły z rynku.

<sup>1</sup> Rozporządzenie Ministra Gospodarki i Pracy z dn. 8 grudnia 2004 r. w sprawie klasyfikacji zawodów i specjalności dla potrzeb rynku pracy oraz zakresu jej stosowania, DzU z dnia 16 grudnia 2004 r., Dział 5144 Praktykujący niekonwencjonalne metody terapii: 514401 Bioenergoterapeuta, 514402 Biomasażysta, 514403 Refleksjolog, 514490 Pozostali praktykujący niekonwencjonalne metody terapii; Dział 51490 Pracownicy usług osobistych gdzie indziej niesklasyfikowani: 514901 Astrolog, 514902 Radiesteta, 514903 Wróżbita, 514990 Pozostali pracownicy usług osobistych gdzie indziej niesklasyfikowani [cyfry oznaczają numer zawodu w spisie].

**Tabela 1. Czasopisma o medycynie niekonwencjonalnej, które zamknięto w latach 1990–2016**

Lp.	Tytuł	Data ukazywania się	Miejsce wydawania	Częstotliwość <sup>1</sup>	Tematyka
1.	<i>Zdrowa Żywność – Zdrowy Styl Życia. Kwartalnik Krajowego Towarzystwa Propagowania Zdrowej Żywności****</i>	1987–2015 <sup>2</sup>	Tarnów	kwart.	zdrowa żywność, rolnictwo ekologiczne, medycyna naturalna
2.	<i>Uzdrowiciele: Lecznictwo Niekonwencjonalne**</i>	1991–1992	„Ages” Kraków	mies.	ogólna
3.	<i>Powrót do Natury. Biuletyn Reklamowo-Informacyjny Polskiego Towarzystwa Medycyny Naturalnej****</i>	1991– brak danych	Sp. „Powrót do natury” i PTMN	mies.	medycyna niekonwencjonalna ogólnie
4.	<i>Lekarz Domowy. I ty możesz być swoim doktorem. Miesięcznik Ziółolecznictwa****</i>	1991–1999 <sup>3</sup>	„Faktor” sp. z o.o. Kęty	mies.	ziółolecznictwo
5.	<i>Medycyna Naturalna****</i>	1991–1996	Centrum Terapii Naturalnej w Koszalinie	dwumies.	medycyna niekonwencjonalna ogólnie
6.	<i>Magia Życia****</i>	12.1992–1993	Spółdzielnia Pracy Kurier Podlaski Białystok		medycyna niekonwencjonalna ogólnie
7.	<i>Bądź Zdrow. Medycyna konwencjonalna i uzdrowiciele: recepta na życie*</i>	1992–1995	Wydawnictwo Jagiellonia Kraków	niereg.	medycyna niekonwencjonalna ogólnie
8.	<i>Nowy Uzdrowiciel****</i>	1993–1996	Kraków	kwart.	medycyna niekonwencjonalna ogólnie
9.	<i>Lekarz Domowy Medycyny Ludowej. Miesięcznik zielarski</i>	1993–2000 <sup>4</sup>	„Faktor” sp. z o.o. Kęty	mies.	zielarstwo, ziółolecznictwo

<sup>1</sup> Stosuję skróty: mies. – miesięcznik, dwumies. – dwumiesięcznik, kwart. – kwartalnik, niereg. – nieregularnik, dwutyg. – dwutygodnik.

<sup>2</sup> Według informacji wydawcy pismo zawieszono w 2015 r. Przewiduje się wznowienie wydawania po zmianie siedziby towarzystwa i redakcji (termin nieznan).

<sup>3</sup> Data ostatniego numeru obecnego w bibliotekach na podstawie [<http://katalog.nukat.edu.pl>; 22.07.2016]. Kontakt z wydawnictwem nie udało się uzyskać.

<sup>4</sup> Data ostatniego numeru obecnego w bibliotekach na podstawie [<https://chamo.bj.uj.edu.pl/uj/lib/item?id=chamo:1172315&theme=system>; 22.07.2016]. Kontakt z wydawnictwem nie udało się uzyskać.

10.	<i>Twój Uzdrowiciel. Medyk niekonwencjonalny****</i>	1993–1996	„Marka” Kraków	kwart.	medycyna niekonwencjonalna ogólnie
11.	<i>Domowy Doktor. Miesięcznik zielarski**<sup>5</sup></i>	1993-1999 <sup>6</sup>	„Faktor sp. z o.o.”	mies.	zielarstwo, ziołolecznictwo
12.	<i>Miesięcznik Zdrowia. Przepisy medycyny ludowej*</i>	1994–1995 <sup>7</sup>	Wydawnictwo „Gawenda” Kęty	mies.	medycyna niekonwencjonalna ogólnie
13.	<i>Życie bez Granic. Pismo dla odważnych</i>	1999–2000	Prywatny Ośrodek Medyczny „MED-NAT”, Zadzuszniki	kwart.	medycyna niekonwencjonalna ogólnie
14	<i>Radość Życia i Fitoterapia. Poradnik medycyny naturalnej</i>	1998–2000	„Immune-Herba”, Warszawa	niereg.	ziołolecznictwo
15.	<i>Saluber. Organ PSRMK: dwumiesięcznik Polskiego Stowarzyszenia Rozwoju Medycyny Komplementarnej**</i>	2001–2002	„Medyk” Warszawa	dwumies.	medycyna niekonwencjonalna ogólnie
16.	<i>Wielkopolska Medycyna Naturalna**</i>	2001–2003 <sup>8</sup>	„Halszka” Koziegłowy	dwumies., od 2003 kwart.	medycyna niekonwencjonalna ogólnie
17.	<i>Cudotwórca. Magazyn zdrowia i tajemnic życia: miesięcznik ogólnopolski**</i>	2002–2003 <sup>9</sup>	Stowarzyszenie Kultury Filmowej, Medialnej i Zachowań Prozdrowotnych „Medium” – Oficyna Wydawnicza „Pressmedium” Koszalin	mies.	medycyna niekonwencjonalna ogólnie
18.	<i>Naturalna Medycyna. Poradnik lekarzy i farmaceutów dla pacjentów</i>	2002–2003	„Naturalna Medycyna” Warszawa–Wesoła	mies.	medycyna niekonwencjonalna ogólnie

<sup>5</sup> *Katalog Mediów Polskich* notuje tytuł: *Miesięcznik Zielarski: Domowy Doktor, Katalog Mediów Polskich* 1995, Kraków 1995, s. 50, poz. 623, wszystkie inne dane są zgodne z bazą BWC. *Katalog Mediów Polskich* 1997 notuje czasopismo *Domowy Doktor. Miesięcznik Medycyny Naturalnej* o tych samych danych wydawniczych. Pismo to jest nieobecne w bazach BWC, nie ma też notatek o zmianie podtytułu; *Katalog Mediów Polskich* 1997, Kraków 1997, s. 51, poz. 463.

<sup>6</sup> Data ostatniego numeru obecnego w bibliotekach na podstawie [<https://chamo.bj.uj.edu.pl/uj/lib/item?id=chamo:1172309&theme=system; 22.07.2016>]. Kontakt z wydawnictwem nie udało się uzyskać.

<sup>7</sup> Data ostatniego numeru obecnego w bibliotekach na podstawie [<http://alpha.bn.org.pl; 22.07.2016>]. Kontakt z wydawcą nie udało się uzyskać.

19.	<i>Paracelsus. Parapsychologia, medycyna naturalna**</i>	2003–2004	„Paracelsus” Mikołów	mies.	medycyna niekonwencjonalna ogólnie
20.	<i>Świat i Medycyna. Miesięcznik popularnonaukowy**</i>	2003–2007	Międzynarodowy Instytut Zdrowia „Piokal”, Gliwice	mies.	medycyna niekonwencjonalna ogólnie
21.	<i>Medycyna Natury**</i>	2004–2005	Marta M. Kardaś	mies.	medycyna niekonwencjonalna ogólnie
22.	<i>Zwierciadło Medycyny**</i>	2004–2008	„Chinmed” Kraków	kwart.	medycyna niekonwencjonalna ogólnie
23.	<i>Panacea. Wydanie popularne: leki ziołowe: specjalny dodatek do kwartalnika Centrum Fitoterapii w Gdańsku</i>	2005–2007	„Labofarm”, Starogard Gdański	kwart.	ziołolecznictwo
24.	<i>Verbena: w Rytmie Natury</i>	2005 <sup>10</sup>	CS „Aster”, Gliwice	kwart.	ziołolecznictwo
25	<i>Apteka i Ziola. Zeszyty edukacyjne: doradztwo i opieka farmaceutyczna**</i>	2006–2007	Warszawa	mies.	zielarstwo, ziołolecznictwo
26	<i>Profinatura. Miesięcznik miłośników medycyny natury: profilaktyka, dieta, naturalna apteka, nauka, badania**</i> Od 2013 <i>Profinatura. Kwartalnik miłośników medycyny naturalnej</i>	2012–2014	Warszawa	mies., od 2013 r. kwart.	medycyna niekonwencjonalna ogólnie

Źródła: \* [www.nukat.edu.pl](http://www.nukat.edu.pl); \*\* <http://alpha.bn.org.pl>; \*\*\* Prasa krakowska 1989–2004. Katalog tematyczny. Publikacja na okoliczność wystawy „Prasa krakowska w okresie przemian” – Wojewódzka Biblioteka Publiczna w Krakowie 12 września – 23 listopada 2005 roku, oprac. W.M. Kolasa, Kraków 2005; \*\*\*\* *Katalog Mediów Polskich 1995*, Kraków.

Jak wynika z danych, rynek prasy o medycynie niekonwencjonalnej jest bardzo niestabilny. Większość z zamkniętych już pism była efemerydami, kilkumiesięcznymi lub najwyżej kilkuletnimi. Jednak fakt, że prawie każdego roku pojawia się przynajmniej jeden tytuł z tej dziedziny, świadczy o istnieniu zapotrzebowania

<sup>8</sup> Ustalenie daty zakończenia wydawania czasopisma niemożliwe. Brak kontaktu z wydawnictwem. Ostatni numer w katalogu Biblioteki Narodowej pochodzi z marca 2003 r. [<http://alpha.bn.org.pl>; 5.07.2016].

<sup>9</sup> Ustalenie daty zakończenia wydawania czasopisma niemożliwe. Wydawnictwo nie istnieje. Ostatni numer w katalogu Biblioteki Narodowej pochodzi z lutego 2003 r. [<http://alpha.bn.org.pl>; 5.07.2016].

<sup>10</sup> Data ostatniego numeru obecnego w bibliotekach na podstawie [<http://alpha.bn.org.pl>; 22.07.2016]. Kontakt z wydawnictwem nie udało się uzyskać.



na taką prasę. Część pism, idąc z duchem czasu, a także chcąc zaoszczędzić na kosztach wydawniczych, przenosi się całkowicie do sieci, ale nie jest to trend dominujący. W omawianym segmencie przykładem jest *Aromaterapia. Kwartalnik Polskiego Towarzystwa Aromaterapeutycznego*, ukazujący się od 1995 roku, ale od 2009 roku dostępny wyłącznie w wersji elektronicznej (Literatura o aromaterapii). Kilka czasopism (w tym najnowsze, kalki szwajcarskich tytułów) oferuje zarówno wersję tradycyjną, jak i e-wydanie. Tabela 2 zawiera czasopisma o medycynie niekonwencjonalnej, ukazujące się obecnie, uszeregowane w kolejności chronologicznej pierwszych numerów.

**Tabela 2. Czasopisma o medycynie niekonwencjonalnej ukazujące się obecnie**

Lp.	Tytuł	Rok rozpoczęcia	Częstotliwość	Wydawnictwo	Red. nac.	Tematyka
1.	<i>Szaman</i>	1990–	mies.	„Medpress” sp. z o.o., Katowice	Nina Gzella	ogólna
2.	<i>Uzdrowiacz. Miesięcznik medycyny naturalnej</i>	1991–	mies.	„Ambrozja”, Kraków	Stanisław Leśny	ogólna
3.	<i>Poradnik Uzdrowiacza</i>	1992–	mies.	„Ambrozja”, Kraków	Stanisław Leśny	ogólna
4.	<i>Aromaterapia. Kwartalnik Polskiego Towarzystwa Aromaterapeutycznego*</i>	1995–2008, 2009– wersja elektroniczna	kwart.	„Pollena-Aroma”, Warszawa	Iwona Konopacka-Brud	aromaterapia
5.	<i>Gazeta Medycyny Naturalnej i Niekonwencjonalnej</i>	2000 –	niereg.	Centrum Zdrowego Stylu Życia Gdańsk	Monika Dymecka	ogólna
6.	<i>Postępy Fitoterapii. Kwartalnik poświęcony fitofarmaceutykom i nutraceutykom: pod patronatem Sekcji Fitoterapii Polskiego Towarzystwa Lekarskiego</i>	2000–	kwart.	„Borgis”, Warszawa	Jerzy Lutomski	ziołolecznictwo
7.	<i>Vilcacora: Żyj Długo, (od 2005) Żyj Długo. Pismo o zdrowiu: Vilcacora, obecnie: Żyj Długo. Żyj Zdrowo</i>	2000–	mies.	„Tower Press”, Gdańsk	A. Grzegorz Rybiński	ogólna

8.	<i>Panacea. Leki ziołowe: kwartalnik Centrum Fitoterapii w Gdańsku poświęcony upowszechnianiu osiągnięć ziololecznictwa</i>	2002– kwart.	kwart.	„Labofarm”, Starogard Gd.	Patrycja Pawełek- -Andrearczyk	zioło- lecznictwo
9.	<i>Zioła dla Zdrowia</i>	2005–	kwart.	Centrum Zioło- lecznictwa Ojca Grzegorza Sroki	brak danych	zioło- lecznictwo
10.	<i>Babcine Sekrety. Rady na wszystkie dolegliwości</i>	2007–	dwutyg.	„Karina”, Warszawa	Artur Kuczyński	zioło- lecznictwo
11.	<i>Leczenie Tradycją. Gazeta medycyny ludowej: ludowe porady od wszelkiej biedy</i>	2007–	mies.	„Karina”, Warszawa	Artur Kuczyński	zioło- lecznictwo
12.	<i>Receptury Ludowe: Ludowa Kopalnia Zdrowia</i>	2007–	mies.	„Karina”, Warszawa	Artur Kuczyński	zioło- lecznictwo
13.	<i>Porady na Zdrowie</i>	2007–	kwart.	„Reporter”, Krosno	Krzysztof Kamiński	Ogólna (najwięcej o zioło- lecznictwie)
14.	<i>Natura i Ty</i>	2008–	mies.	Centrum Rea, Warszawa	Rena Marciniak- -Kosmowska	ogólna
15.	<i>Świat to Apteka</i>	2009 <sup>11**</sup>	dwumies.	„SUN”	Zbigniew Marian Nowak	ogólna
16.	<i>Lekarz Ludowy: ludowe porady od wszelkiej biedy: ludowa kopalnia zdrowia</i>	2010–	mies.	„Astrida”, Suwałki	Raimonds Čerpaks	zioło- lecznictwo
17.	<i>Sam Sobie Lekarz. Ludowe recepty na wszystkie choroby</i>	2010–	mies.	„Astrida”, Suwałki	Raimonds Čerpaks	zioło- lecznictwo

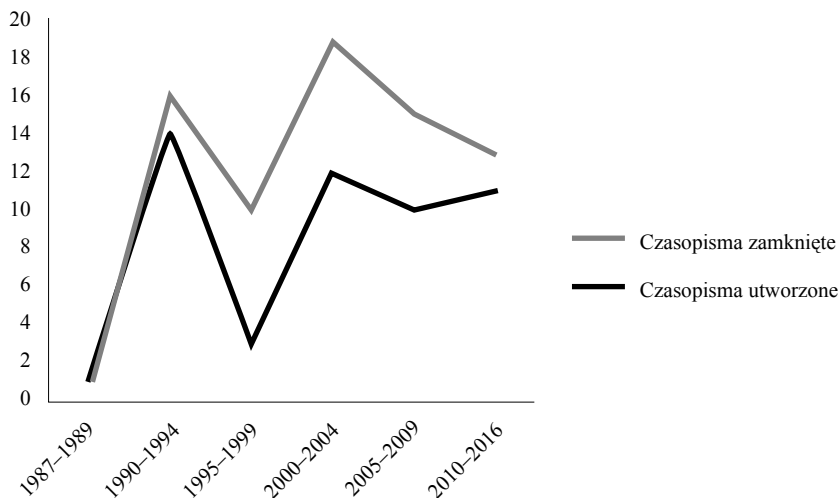
<sup>11</sup> Wersja elektroniczna, numerowana od nr. 1/2009 [[http://www.nowak.pl/PL/Swiat\\_to\\_Apteka.html](http://www.nowak.pl/PL/Swiat_to_Apteka.html); 27.09.2014]. Wcześniej pismo pod tym samym tytułem ukazywało się w wersji tradycyjnej w latach 1995–2000 [[http://alpha.bn.org.pl/search~S2\\*pol/?searchtype=t&searcharg=%C5%9Bwia+t+to+apteka&searchscope=2&sortdropdown=&SORT=D&extended=0&SUBMIT=Szukaj&searchlimits=&searchorigarg=t%7Bu015B%7Dwiat+to+apteka](http://alpha.bn.org.pl/search~S2*pol/?searchtype=t&searcharg=%C5%9Bwia+t+to+apteka&searchscope=2&sortdropdown=&SORT=D&extended=0&SUBMIT=Szukaj&searchlimits=&searchorigarg=t%7Bu015B%7Dwiat+to+apteka); 27.09.2014].

18.	<i>Porady Medycyny Ludowej. Miesięcznik medycyny naturalnej: gazeta o ludowych sposobach i metodach leczenia: ludowe porady od wszelkiej biedy</i>	2010–	mies.	„Astrida”, Suwałki	Raimonds Čerpaks	zioło- lecznictwo
19.	<i>Babcine Recepty. Gazeta medycyny ludowej: ludowa kopalnia zdrowia: naturalne recepty na zdrowie</i>	2010–	mies.	„Astrida”, Suwałki	Raimonds Čerpaks	zioło- lecznictwo
20.	<i>Przepis na Zdrowie</i>	2011–	mies.	Phoenix Press Warszawa	Marzena Lizurej	ogólna
21.	<i>O Czym Lekarze Ci Nie Powiedzą. Twoje zdrowie w Twoich rękach</i>	2013–	dwumies.	AVT Warszawa	Marta Borek- -Białecka	ogólna
22.	<i>Naturalnie Zdrowym Być***</i>	2014–	mies.	Białystok	Julien Venesson	ogólna
23.	<i>Rośliny i Zdrowie.*** Twoja naturalna apteka</i>	02.2015–	mies.	Białystok	Alessandra Moro Buronzo	zioło- lecznictwo
24.	<i>Dossier Naturalnych Terapii***</i>	01.2016–	mies.	Białystok	Jean Paul Courtay	ogólna
25.	<i>Zdrowie, Witalność i Długowieczność. Terapie młodości doktora Thierry'ego Hertoghe'a***</i>	02.2016–	mies.	Białystok	Thierry Hertoghe	ogólna

Źródło: [www.alpha.bn.org.pl](http://www.alpha.bn.org.pl); \* [www.drbeta.pl/category/literatura-o-aromaterapii](http://www.drbeta.pl/category/literatura-o-aromaterapii);  
\*\* [www.nowak.pl](http://www.nowak.pl); \*\*\* [www.pocztazdrowia.pl](http://www.pocztazdrowia.pl).

Jak wynika z tabeli, większość tych pism to tytuły stosunkowo młode, bo wydawane od 2000 roku. Aż 10 czasopism ukazujących się obecnie powstało w 2010 roku i później. Tylko cztery tytuły powołano do życia w pierwszej połowie lat dziewięćdziesiątych i dotąd utrzymują się one na rynku.

Na rycinie 1 przedstawiono dynamikę rozwoju rynku omawianej prasy od 1987 roku (najstarsze czasopismo) do 2016.



**Rycina 1. Dynamika rozwoju prasy o medycynie niekonwencjonalnej w latach 1987–2016**

Źródło: obliczenia własne.

MATERIAŁY

Jak wynika z wykresu, rozwój rynku omawianych czasopism nastąpił zaraz po zniesieniu cenzury i państwowego monopolu medialnego. Wysoki wskaźnik czasopism likwidowanych był równoważony wysokim wskaźnikiem powstających, co oznacza, że na miejsce znikających czasopism pojawiały się nowe. Od końca ubiegłego wieku rynek przeżywał pewien kryzys, przezwyciężony dopiero w 2010 roku. W ostatnich latach liczba zamykanych czasopism spada, a powoływanych do życia rośnie. Widać jednak, że wpływ na ten stan ma powołanie w ostatnich trzech latach aż pięciu pism na zagranicznych licencjach (1 format i 4 kalki).

Duża dynamika tego segmentu rynku prasowego nie jest spowodowana złą jakością merytoryczną czy brakiem zapotrzebowania na prasę o medycynie niekonwencjonalnej. Powodem krótkiego życia wielu tytułów jest bardzo ostra konkurencja, sprawiająca, że czasopisma bez silnego wsparcia finansowego i promocji mają znacznie mniejsze szanse na zdobycie czytelników. Tymczasem znakomita większość omawianej prasy (44 tytuły na 51, czyli 87%) ukazywały się lub ukazują w wydawnictwach polskich, najczęściej małych, niemających szans w walce z wielkimi zachodnimi koncernami.

Widać to wyraźnie także w nakładach. Pisma te ukazują się w liczbie poniżej 10 000 egzemplarzy, czyli bardzo niskich. Jedynie dwa tytuły osiągają nakłady porównywalne z innymi pismami poradnikowymi. Są to miesięcznik *Przepis na Zdrowie*, wydawany w 2014 roku w nakładzie 208 978 egzemplarzy, a sprzeda-

wany w 110 930 (Wyniki kontroli 2015). Wydawcą jest Phoenix Press sp. z o.o. Drugim pismem jest dwumiesięcznik *O Czym Lekarze Ci Nie Powiedzą. Twoje zdrowie w Twoich rękach* (wydawnictwo AVT), który ukazuje się w deklarowanym przez wydawcę nakładzie 60 000 egzemplarzy<sup>2</sup>.

Są to jednak wyjątki w tej grupie, potwierdzające omówioną regułę: miesięcznik należy do dużego koncernu, ma więc wsparcie finansowe, natomiast dwumiesięcznik wydawany jest na brytyjskiej licencji (nie jest to do końca kalka, raczej rodzaj formatu, kładący nacisk na tematy zdrowotne popularne w Polsce). Typowymi kalkami, czyli dosłownym tłumaczeniem na polski pierwowzorów, z zachowaniem układu pism, są natomiast cztery najnowsze czasopisma tej kategorii: *Naturalnie Zdrowym Być* (szwajcarski miesięcznik *Alternatif Bien-Être*, w Polsce od 2014 r.), *Rośliny i Zdrowie. Twoja naturalna apteka* (szwajcarski miesięcznik *Plantes & Bien-Être*, w Polsce od lutego 2015 r.), *Dossier Naturalnych Terapii* (szwajcarski miesięcznik *Les Dossiers de Santé & Nutrition*, w Polsce od stycznia 2016 r.), *Zdrowie, Witalność i Długowieczność. Terapie młodości doktora Thierry'ego Hertoghe'a* (szwajcarski miesięcznik *La Lettre du Dr Thierry Hertoghe*, w Polsce od lutego 2015 r.) W Szwajcarii wszystkie cztery pisma wydaje SNI Editions SA, w Polsce natomiast firma Poczta Zdrowia, redagująca portal [www.pocztazdrowia.pl](http://www.pocztazdrowia.pl).

Większość z omawianych tytułów można jednak uznać za niszowe, chociaż zasięgiem terytorialnym obejmują tereny daleko poza miejscem wydawania<sup>3</sup>. Dla porównania: pisma poradnikowe (bo do takich możemy zaliczyć omawiany segment) mają nakłady nawet kilkadziesiąt razy większe. Na przykład *Dobre Rady* (Burda Media Polska) miały w 2014 roku 496 250 egzemplarzy nakładu i 344 433 egzemplarze sprzedane, *Moda na Zdrowie* (Moda na Zdrowie Sp. z o.o.) 284 375 i 278 535 egzemplarzy, *Poradnik Domowy* (Edipresse Polska S.A.) 418 609 i 303 449, *Samo Zdrowie* (Burda Media Polska) 70 750 i 39 803 egzemplarze, *Dbam o Zdrowie – Twój Profesjonalny Poradnik* (Bez recepty sp. z o.o.) 53 383 i 1 131 egzemplarzy. Chęć obniżenia kosztów wydawniczych przy jednoczesnym zwiększeniu zasięgu czytelniczego jest powodem rezygnacji z tradycyjnej formy periodyków i przenoszenia ich do sieci, jak w przypadku kwartalnika *Aromaterapia*. Z drugiej strony ogranicza to jednak dostęp osobom niemającym możliwości korzystania z internetu. Polskie wersje szwajcarskich pism wydają obie wersje równoległe, z tym, że elektroniczna jest znacznie tańsza.

Objętość pism jest różna; od 16 stron miesięcznika *Szaman* aż do 106 dwumiesięcznika *O Czym Lekarze Ci Nie Powiedzą*, a nawet 130 w piśmie *Natura i Ty* (z tym, że są to numery podwójne). Najmniejszą objętość (16–18 stron) mają periodyki wydawnictw Karina i Astrida. Te również, obok *Szamana* i *Uzdrawia-*

<sup>2</sup> Dane za: [<http://avt.pl/portfolio/97-o-czym-lekarze-ci-nie-powiedza>; 19.07.2016 r.]. Dwumiesięcznik nie jest objęty kontrolą nakładu prowadzoną przez ZKWP.

<sup>3</sup> Przykładem mogą być tytuły suwalskiego wydawnictwa Astrida, które mimo niskiego nakładu dostępne są w całej Polsce.

cza, mają najuboższą szatę graficzną. Najczęstszą objętością jest około 30 stron, w formacie 20 x 14 cm.

### Tematyka

Ze względu na przeznaczenie czytelnicze omawiane tytuły można podzielić na popularne i naukowe. Tych pierwszych jest zdecydowanie więcej, bo 22 tytuły. Pozostałe trzy czasopisma są wydawane pod auspicjami towarzystw naukowych: Polskiego Towarzystwa Aromaterapeutycznego (kwartalnik *Aromaterapia*), Sekcji Fitoterapii Polskiego Towarzystwa Lekarskiego (kwartalnik *Postępy Fitoterapii*) oraz firmy Centrum Fitoterapii „Labofarm” (kwartalnik *Panacea*). Zarówno adresat, jak i poziom opracowania zagadnień w tych periodykach zdecydowanie się różni od pozostałych czasopism przeznaczonych dla masowego odbiorcy.

Pod względem tematyki czasopisma o medycynie niekonwencjonalnej podzielić można na ogólne i jednodziedziczne. Pisma ogólne stanowią około połowy grupy (13 tytułów). Są wśród nich najstarsze i najmłodsze ukazujące się obecnie periodyki tego typu. Wśród pism jednotematycznych (jednodziedzicznych) ogromną większość stanowią wydawnictwa poświęcone ziołolecznictwu. Na 12 pism zaledwie jedno poświęcone jest innej tematyce i jest to pismo specjalistyczne (kwartalnik elektroniczny *Aromaterapia*). Pokazuje to jednoznacznie, że ta dziedzina medycyny niekonwencjonalnej, wywodząca się wprost z lecznictwa ludowego, jest w Polsce cały czas niezwykle popularna.

Do najczęściej poruszanych w obu grupach pism (ogólnych i jednodziedzicznych) zagadnień należą lecznicze właściwości środków spożywczych: ziół, owoców i warzyw. W niektórych (choć nie jest to regułą) część poruszanych tematów wiąże się z aktualną porą roku. Szczególnie dotyczy to opisów ziół, warzyw i owoców oraz receptur kuracji ziołowych na sezonowe dolegliwości. Tę zasadę stosują np. dwumiesięcznik *Natura i Ty*, miesięcznik *Przepis na Zdrowie*. *Leki z domowej apteki*, *Żyj Długo. Żyj Zdrowo*, *Lekarz Ludowy*. *Ludowe porady od wszelkiej biedy*, *Babcine Recepty*, *Zioła dla Zdrowia*.

I tak np. w dwumiesięczniku *Natura i Ty* na wrzesień i październik 2014 roku w dziale „Apteka warzywno-owocowa” znaleźć można obszerny i szczegółowy artykuł o całej rodzinie warzyw i owoców dyniowatych wraz z opisem ich właściwości leczniczych i upiększających, przepisami na środki lecznicze i ich wykorzystanie oraz przepisami kulinarnymi (Sienkiewicz 2014, s. 28–35). W tym samym dziale i w podobny sposób opisane są jabłka (Zielarka 2014, s. 36–39), zaś w następnym dziale orzechy (Matul 2014a, s. 42–47). Październikowy numer miesięcznika *Przepis na Zdrowie* prawie 40% objętości przeznaczył na tematy związane z dojrzewającymi jesienią warzywami, owocami i grzybami oraz ich zastosowaniem leczniczym i kulinarnym („Dyńia i aronia” 2014, s. 4–7, „Zdrowie z kapusty” 2014, s. 32–33, „Na grzyby” 2014, s. 34–37), a także na opisy kuracji naturalnych (ziołowych i owocowych) na typowe jesienno-zimowe cho-

roby. Pozostałe czasopisma popularne najczęściej tylko fotografiami i rysunkami na okładkach nawiązują do pory roku. Czasopisma naukowe w żaden sposób nie wiążą swojej tematyki z cyklami przyrody.

Autorzy starają się dokładnie opisywać rośliny i ich zastosowanie. Szczególnie dokładnie przedstawiają składniki czynne zawarte w roślinach (np. witaminy, mikro- i makroelementy), lecznicze właściwości i zastosowanie w konkretnych dolegliwościach, receptury wywarów i innych form zastosowania, przepisy kulinarne (szczególnie w przypadku owoców i warzyw), a także przeciwwskazania. Taki sposób prezentacji roślin leczniczych przyjęły m.in. *Receptury Ludowe* (Lewczuk 2013, s. 16–20), *Poradnik Uzdrowiacza* (Godlewska 2013, s. 13–15), *Porady Medycyny Ludowej, Natura i Ty* (Wrońska 2014, s. 74–79; Nowakowska 2014, s. 80–85) czy *Aromaterapia*. W tym ostatnim piśmie w podobny sposób prezentowane są olejki eteryczne. W pozostałych tytułach opisy są znacznie bardziej lapidarne, skupiają się przede wszystkim na najważniejszych zastosowaniach omawianych roślin, recepturach środków leczniczych, które można z nich sporządzić, ewentualnie na zastosowaniu kulinarnym.

Szwajcarskie miesięczniki także wiele miejsca poświęcają ziołolecznictwu. Najwięcej tego typu artykułów znajduje się w piśmie *Rośliny i Zdrowie. Twoja naturalna apteka*. Dwumiesięcznik *O Czym Lekarze Ci Nie Powiedzą* w ogóle nie zajmuje się ziołolecznictwem. Z zupełnie innego punktu widzenia terapie ziołowe są rozpatrywane w kwartalniku *Postępy Fitoterapii*. Ponieważ jest to czasopismo naukowe, przeznaczone dla lekarzy i farmaceutów, skupia się przede wszystkim na badaniach nad właściwościami leczniczymi roślin i ich preparatów i prezentuje wyniki tych badań. To ujęcie całkowicie wyklucza odbiór przez „zwykłych” czytelników spoza profesji medycznych.

Oprócz informacji o leczniczych właściwościach roślin są artykuły omawiające zalety gotowych wyciągów i preparatów na bazie roślin i innych substancji organicznych. Bardzo często są to po prostu artykuły sponsorowane lub reklamowe, napisane według prostego schematu: problem, bezradność medycyny konwencjonalnej, desperackie samodzielne poszukiwania chorego, cudowny traf – chory dowiadyuje się o reklamowanym preparacie i zaczyna go zażywać, uzyskując spektakularną poprawę („Vita Biosa niezwykły eliksir życia” 2014, s. 21). Obowiązkowym elementem takich tekstów są „świadectwa” użytkowników i opis właściwości leczniczych.

Kolejnym, bardzo często poruszonym tematem są porady dotyczące niekonwencjonalnego leczenia rozmaitych dolegliwości. Prym wiodą receptury ziołowe, zarówno nadsyłane przez samych czytelników jako wypróbowane medykamenty, jak i publikowane przez redakcje czasopism. Nie ma tu żadnego schematu publikowania, poszczególne numery tytułów zawierają porady dotyczące leczenia rozmaitych dolegliwości: od łupieżu przez łuszczycę (Karolak 2013, s. 1), astmę („Niestandardowy środek na astmę” 2013, s. 2), cukrzycę („Cukrzyca” 2013, s. 5), gruźlicę po nowotwory (K.A. 2013, s. 5–9). Pisma nawiązujące tematyką

do pół roku część tekstów poświęcają leczeniu sezonowych dolegliwości (Matul 2014b, s. 6–11).

Katalog niekonwencjonalnych metod leczenia wzbogacają artykuły poświęcone innym niż zielarskie terapiom alternatywnym. Tu także czasopisma prezentują bogaty wybór, m.in.: felinoterapię (Derentowicz 2014a, s. 4), technikę Bownena („Dotyk, który leczy ból” 2014, s. 67–69), litoterapię („Litoterapia” 2013, s. 4), terapię mlekiem i jego przetworami (Tarnowski 2013, s. 8–11), hortiterapię (Derentowicz 2014, s. 104–105), aromaterapię, rozmaite diety, w tym gotowanie wg pięciu przemian, rozmaite odmiany leczenia energią, jogę czy zwykłą gimnastykę (Hubbard 2014, s. 14–16). Przesłaniem wszystkich tekstów zamieszczanych w omawianej grupie czasopism jest przekonanie, że zanim się sięgnie po produkty medycyny konwencjonalnej, w tym leki, warto najpierw poszukać pomocy w środkach naturalnych. Natomiast jeśli nie da się uniknąć medycyny, środki naturalne mogą wspomagać leczenie konwencjonalne.

Wszystkie czasopisma kładą też duży nacisk na profilaktykę. Ujęcie tematów nawiązuje więc do zaprezentowanych wcześniej pojęć medycyny alternatywnej i komplementarnej. Ten sposób prezentowania treści podkreślony jest jeszcze obecnymi w większości tytułów ostrzeżeniami, że każda z prezentowanych terapii wymaga przed zastosowaniem konsultacji z lekarzem. W przypadku szwajcarskich kalek ostrzeżenie to, w dość rozbudowanej formie, widnieje na stronie firmy wydającej polskie wersje (O poczcie zdrowia b.d., s. 1). Dzieje się tak nawet wtedy, gdy polecane są specyfiki zdecydowanie zwalczane przez medycynę akademicką, jak np. środki homeopatyczne<sup>4</sup>.

W części (około 1/4) popularnych czasopism o terapiach niekonwencjonalnych obecne są także artykuły o żywieniu i jego wpływie na zdrowie oraz przepisy kulinarne (*O Czym Lekarze Ci Nie Powiedzą. Twoje zdrowie w Twoich rękach, Porady Medycyny Ludowej, Natura i Ty, Przepis na Zdrowie, Profinaturo, Porady na Zdrowie, Żyj Długo. Żyj Zdrowo*). Ma to na celu nie tylko uatrakcyjnienie pism, ale także realizację postulatu holistycznego traktowania człowieka. Dieta, postrzegana nie tylko jako czasowe wykluczenie pewnych pokarmów, ale jako stały element zdrowego stylu życia, jest również traktowana jako rodzaj terapii, przede wszystkim profilaktycznej, ale także leczniczej.

Omawiane są zalety poszczególnych warzyw, owoców, ale też kasz, ziaren, ryb, mięs, grzybów, jaj, napojów itp. (Nowak 2014, s. 5; Jedz to, co jest super 2014, s. 12–13). Zwykle artykuły uzupełniane są przepisami na dania z omawianych produktów. Część przepisów pochodzi od samych czytelników, szczególnie w miesięczniku *Przepis na Zdrowie*. Oprócz receptur na zdrowe dania są także porady dotyczące diet na konkretne dolegliwości, w tym nie tylko tak oczywiście

<sup>4</sup> O sposobach zwalczania homeopatii przez przedstawicieli medycyny akademickiej można przeczytać m.in. w: „Za co powinien przeprosić prezes Hamankiewicz?” (2014), *Nieznany Świat*, nr 12 [http://www.nieznanywiat.pl/polecamy/zdrowie/1202-za-co-powinien-przeprosi%C4%87-prezes-hamankiewicz; 28.06.2016.]; Pomyje (2012), *Nieznany Świat*, nr 6 [http://www.nieznanywiat.pl/nieznany-%C5%9Bwiat/artyku%C5%82y/804-pomyje?showall=&start=2; 28.06.2016].



powiązane ze sposobem odżywiania, jak otyłość czy cukrzyca, ale np. podrażnienie oczu (McTaggart 2014, s. 26–28, 31–33).

Niewiele pism naturoterapeutycznych poświęca uwagę zagadnieniu pielęgnacji urody. Spośród omawianych tytułów tylko dziewięć przeznaczona jest na porady i receptury tego typu, a w tym cztery tytuły czynią to sporadycznie, w różnych miejscach pism, w artykułach różnej długości, poruszających problemy o różnej wadze.

Można więc znaleźć np. krótką notatkę na temat zwalczania piegów (Budzyńska 2013, s. 8) czy upiększających specyfików z jajka („Zwykłe jajko – wielki dar” 2013, s. 3) i oleju jodłowego („Olej jodłowy” 2013, s. 12–13), ale też obszernie, kilkustronicowe artykuły, m.in. na temat aptecznych gotowych kosmetyków (Mrozowski 2013, s. 18–21) czy domowych specyfików opartych na naturalnych składnikach (Kołodziejczyk 2013, s. 8–10; „Pielęgnacja włosów” 2013, s. 7). W czterech czasopismach (*Żyj Długo. Żyj Zdrowo*, *Przepis na Zdrowie*, *Natura i Ty*, *Porady na Zdrowie*) zauważyć można powiązanie tematyki porad kosmetycznych z aktualną porą roku („Jak dbać o urodę zimą” 2014, s. 40–42). Dzieje się tak w tytułach, których temat dbania o wygląd pojawia się regularnie i zajmuje więcej miejsca niż w pozostałych.

Tu także widoczne jest duże zróżnicowanie w objętości tekstów: od krótkich, kilkudzaniowych przepisów w miesięczniku *Przepis na Zdrowie* do obszernych, tematycznych artykułów w piśmie *Żyj Długo. Żyj Zdrowo*. Tylko w trzech czasopismach tematyka kosmetyczna zgrupowana jest w specjalnych działach. Są to: miesięcznik *Przepis na Zdrowie* (rubryka: „Domowy salon piękności”), miesięcznik *Natura i Ty* (rubryka: „Domowe SPA”) oraz kwartalnik *Panacea. Leki ziołowe* (dział: „Kosmetologia”).

Należy też zaznaczyć, że pisma te nie ograniczają się do receptur wykonywanych w domu. Proponują także gotowe specyfiki, jednak zawsze są to kosmetyki z naturalnych składników. W pismach tych znaleźć można także porady niekosmetyczne, ale służące urodzie, np. propozycje diet poprawiających wygląd czy gimnastyki (Berg 2014, s. 112–113; Graniec 2014, s. 114–121).

Całkowicie oryginalnym w tej grupie tytułów pomysłem jest dział „Zdrowy dom” w miesięczniku *Przepis na Zdrowie*. Zawiera on domowe, naturalne sposoby sprzątnięcia, prania, czyszczenia, przepychania rur itp. Wspólną cechą wszystkich porad jest to, że zalecają wykorzystanie jak najbardziej naturalnych i jak najmniej szkodliwych środków, m.in. kwasku cytrynowego czy octu.

Kolejną grupą tematów prezentowanych w czasopismach tego typu są sylwetki naturoterapeutów i prezentacje rozmaitych terapii niekonwencjonalnych. Specjalizują się w nich dwa spośród trzech najstarszych tytułów: *Szaman* i *Uzdrowiacz*. Najczęściej stosowanymi gatunkami dziennikarskimi są tutaj wywiad i sylwetka, rzadziej notatka czy sprawozdanie.

Dwa ostatnie gatunki służą przede wszystkim poinformowaniu czytelników o zjazdach i spotkaniach naturoterapeutów, organizowanych przez redakcje spotkaniach z uzdrowicielami, targach medycyny niekonwencjonalnej i tym podob-

nych zdarzeniach. Bioterapeuci i inni specjaliści medycyny niekonwencjonalnej przedstawiani są na trzy sposoby: a) przez dokładną prezentację ich sylwetek, b) za pomocą krótkich notatek przedstawiających głównie ich specjalizację, c) przez własne wypowiedzi na łamach prasy.

Pierwszy sposób najczęściej stosowany jest w miesięczniku *Uzdrowiacz*. Obszerne artykuły ukazują nie tylko samych terapeutów, ale także historie wyleczonych pacjentów, czyli sukcesy terapeutyczne, zwykle skontrastowane z bezradnością medycyny akademickiej. Artykuły zazwyczaj opatrzone są dokładnymi danymi adresowymi miejsc, w których przyjmują opisywani bioterapeuci (Rojek 2014, s. 7–9). Drugi sposób przedstawiania przyjął miesięcznik *Szaman*. W krótkich notatkach podawane są podstawowe dane o uzdrowicielu, jego specjalizacji i dane adresowe, czasem krótka wypowiedź bohatera notki. Przykładem jest notatka o bioterapeutce Grecie Harutyunyan opublikowana przy okazji jej wizyty w Polsce („Greta Harutyunyan w Katowicach” 2014, s. 3). Trzeci sposób praktykowany to wypowiedzi samego uzdrowiciela na tematy zdrowotne (May 2014, s. 10–11). Tu także, najczęściej w nagłówku, podawane są dane terapeuty i specjalność terapeutyczna. Zamieszczanie adresów bioterapeutów sprawia, że wszystkie te sposoby prezentacji uzdrowicieli, poza funkcją informacyjną, pełnią też funkcję reklamową.

Integralną częścią większości czasopism jest reklama, ściśle związana z treścią czasopism. Reklamowane są tu gotowe medykamenty na bazie wyciągów z ziół i innych składników naturalnych, pojedyncze zioła (np. babka płesznik, czarnuszka) i ich suche mieszanki, naturalne zamienniki cukru, przyprawy, zdecydowanie rzadziej kosmetyki naturalne. Niektóre czasopisma, np. *Zioła dla Zdrowia* poświęcone są przede wszystkim reklamie specyfików ziołowych. W przypadku wymienionego tytułu są to preparaty firmy Bonimed.

Niektóre czasopisma (np. *Natura i Ty*) sporo miejsca poświęcają promowaniu książek z zakresu medycyny niekonwencjonalnej i pokrewnych dziedzin. Sposób prezentacji reklam zależy od tytułu i jego szaty graficznej. Prasa uboga kolorystycznie stosuje czarno-białe ogłoszenia, wydawnictwa kolorowe mają reklamy nawet całostronicowe, opatrzone kolorowymi zdjęciami. Obok ogłoszeń w niektórych tytułach spotkać można sklepy wysyłkowe, proponujące literaturę z dziedziny medycyny niekonwencjonalnej i naturalne medykamenty, a prowadzone przez redakcje czasopism.

Jak we wszystkich pismach poradnikowych, tak i w prasie tego typu znajdują się też listy od czytelników. Piszą oni nie tylko z prośbą o porady w konkretnych dolegliwościach czy informacje o produktach leczniczych, przesyłają także własne przepisy na potrawy i lecznicze napoje oraz receptury na ziołowe medykamenty. Miesięcznik *Przepis na Zdrowie* w całości oparty jest na tego typu korespondencji z czytelnikami. Na drugim biegunie znajdują się tytuły naukowe i fachowe (*Postępy Fitoterapii, Aromaterapia*), gdzie listów od czytelników nie ma wcale.

## Autorzy

W omawianej grupie czasopism można wyróżnić pięć rodzajów autorstwa: a) niezidentyfikowane, b) czytelnicy, c) zielarze, naturoterapeuci, d) medycy i farmaceuci, e) naukowcy. Dwa pierwsze typy autorstwa występują w niskonakładowych, czarno-białych czasopismach (*Porady Medycyny Ludowej*, *Babcine Recepty*, *Receptury Ludowe*, *Lekarz Ludowy*, *Leczenie Tradycją* i in.), ale też w wysokonakładowym *Przepisie na Zdrowie*. Jest założeniem tych pism, że tworzą je właśnie odbiorcy, dzielący się z innymi swoimi doświadczeniami amatorskiej naturoterapii. Niewątpliwie taki zamysł ma swoje dobre strony: czytelnicy są przekonani, że dostają sprawdzone i dobrze wypróbowane w domowych warunkach recepty na różne dolegliwości. Z drugiej jednak strony autorami przepisów są często amatorzy, co potencjalnie naraża odbiorców na konsekwencje nietrafionej terapii. Stąd ostrzeżenia obecne w pismach fitoterapeutycznych o konieczności skonsultowania się z lekarzem przed zastosowaniem każdej z nich.

Autorami tekstów są także naturoterapeuci: zielarze, specjaliści od różnych sposobów leczenia energią i inni. Często są to ludzie niezwiązani wykształceniem z medycyną, np. dziennikarze czy przedstawiciele innych pozamedycznych profesji<sup>5</sup>. Ich wspólną cechą jest to, że praktykują różne niekonwencjonalne sposoby uzdrawiania. Tę kategorię autorów spotkać można m.in. w miesięcznikach *Szaman*, *Uzdrowiacz*, *Poradnik Uzdrowiacza*, ale też w piśmie *O Czym Lekarze Ci Nie Powiedzą*. Praktycy mający sukcesy w uprawianej przez siebie dziedzinie powinni budzić zaufanie czytelników, chociaż często artykuły o nich są po prostu formą reklamy.

Niektóre pisma mogą się pochwalić współpracą z lekarzami specjalizującymi się w medycynie alternatywnej lub dopuszczających jej stosowanie jako terapii pomocniczej. Dwumiesięcznik *O Czym Lekarze Ci Nie Powiedzą* wymienia całą listę zagranicznych ekspertów, w tym lekarzy i doktorów nauk medycznych, wspierających brytyjską wersję pisma, na którego licencji wydawana jest edycja polska. Podobnie jest we wszystkich czterech tytułach wydawanych na licencji szwajcarskiej. Autorami są tam m.in. praktykujący lekarze i naukowcy z różnych dziedzin medycyny (O poczcie zdrowia). Pisma są przeznaczone dla przeciętnego czytelnika bez wykształcenia medycznego, pisane prostym i zrozumiałym językiem, ale autorytet naukowców powołujących się na badania naukowe niewątpliwie wzmacnia zaufanie do prezentowanych receptur. Również kwartalnik *Aromaterapia* może się pochwalić autorami profesjonalnymi i naukowymi autorytetami. Redaktor naczelną jest dr inż. Iwona Konopacka-Brud, specjalistka od

<sup>5</sup> Na przykład Nina (Janina) Grella, z wykształcenia polonistka, z zawodu dziennikarka, założycielka miesięcznika *Szaman* – najstarszego obecnie się ukazującego pisma o medycynie niekonwencjonalnej, Anna Czelej ([www.annaczelej.com](http://www.annaczelej.com)), z wykształcenia artystka plastyczka, zajmująca się na co dzień chińską filozofią przyrody (w tym kuchnią wg pięciu przemian i chińską medycyną tradycyjną), współpracująca z pismem *Natura i Ty*, oraz inni współpracownicy *Szamana*, *Uzdrowiacza*, *Poradnika Uzdrowiacza*.

naturalnych substancji zapachowych i prezes PTA, a swoje artykuły zamieszcza tu np. prof. UJ dr hab. Zbigniew Janeczko z Collegium Medicum UJ czy dr inż. Anna Lis z Wydziału Biotechnologii i Nauk o Żywności Politechniki Łódzkiej. Kwartalnik *Postępy Fitoterapii* zarówno w radzie naukowej, jak i wśród autorów ma samych naukowców (biologów, medyków i pokrewnych), farmaceutów i lekarzy, co oczywiście podyktowane jest wymogami stawianymi czasopismu naukowemu.

### *Obecność w sieci*

Dla wielu współczesnych odbiorców istotnym elementem funkcjonowania czasopisma jest jego obecność w internecie i/lub profil na portalu społecznościowym. Daje to możliwość szybkiego kontaktu, korzystania z udogodnień dostępnych tylko *online*, wreszcie dyskusji z innymi odbiorcami i korzystania z niektórych treści bezpłatnie. Spośród wydawnictw obecnie ukazujących się na polskim rynku (tabela 2) nieobecne w sieci są tylko cztery tytuły wydawnictwa Astrida, samo wydawnictwo również nie ma strony WWW.

Formy obecności w sieci są różnorodne: od najprostszych prezentacji czasopism na stronach wydawnictw aż do rozbudowanych interaktywnych stron, zawierających w sobie także sklepy internetowe. Periodyki wydawnictwa Karina oraz *Przepis na Zdrowie* Phoenix Press są prezentowane najskromniej, bo jedynie w postaci fotografii stron tytułowych na stronie wydawnictwa, bez możliwości przeczytania choćby fragmentów tekstów. Własną, prostą i skromną stronę WWW ma m.in. najstarszy z omawianych tytułów – miesięcznik *Szaman*. Utrzymana w białozielonej tonacji strona daje odbiorcy możliwość zapoznania się ze spisem treści najnowszego numeru oraz z pozaprasową działalnością wydawnictwa. Wydawnictwo Ambrozja prezentuje swoje periodyki na swojej zbiorczej stronie: każdy tytuł ma tu swoją podstronę ze zdjęciami stron tytułowych i spisem treści. Można też skorzystać z alfabetycznego archiwum artykułów. *Panacea* prezentuje możliwość wyszukiwania artykułów według działów i według popularności oraz założenia własnego konta na stronie.

Bardziej rozbudowane strony internetowe mają m.in. pismo *Żyj Długo. Żyj Zdrowo*, oferujące czytelnikom konkursy czy możliwość zadawania pytań redakcji przez formularz kontaktowy, *Natura i Ty*, *Aromaterapia* i *O Czym Lekarze Ci Nie Powiedzą*. To ostatnie czasopismo, obok wersji papierowej, oferuje tańszą, elektroniczną, dostępną właśnie na stronie WWW. Tutaj prezentacja pisma jest tylko jednym z wielu elementów strony. Czasopisma na licencji szwajcarskiej są prezentowane na portalu [www.pocztazdrowia.pl](http://www.pocztazdrowia.pl), ale jest to tylko prezentacja reklamowa wraz z formularzem prenumeraty (pisma nie są dostępne w sprzedaży kioskowej). Część pism ma także fanpages na facebooku, co pozwala na szybszy kontakt z odbiorcami i w dużej mierze zastępuje fora dyskusyjne.

## Podsumowanie

Pisma poświęcone medycynie niekonwencjonalnej/ludowej są na polskim rynku niewielką, ale stale obecną grupą, co koresponduje z popularnością alternatywnych metod terapii wśród Polaków. Grupa ta jest bardzo labilna, część tytułów znika z rynku po pewnym czasie, są jednak również takie, które ukazują się bez przerwy już ponad 20 lat. Zdecydowana większość to tytuły młode, które zaczęły się ukazywać już w XXI wieku.

Prezentują stosunkowo mało zróżnicowane treści: najwięcej periodyków poświęconych jest wyłącznie ziołolecznictwu, a te, które mają szerszy zakres tematyczny, również sporo miejsca poświęcają leczeniu roślinami i ich preparatami. Wyjątkiem jest kwartalnik *Aromaterapia*, w całości poświęcony tej dziedzinie, oraz miesięczniki *Szaman*, *Uzdrowiacz* i *Poradnik Uzdrowiacza*, poświęcone innym metodom leczenia naturalnego. Większość obecnie ukazujących się pism (ok. 91%) ma charakter poradnikowy; tytuły te są przeznaczone dla masowego odbiorcy. Jeden można uznać za czasopismo fachowe, jeden jest periodykiem naukowym.

Zróżnicowane jest również autorstwo tekstów. W części pism autorami są sami odbiorcy, przysyłający stosowane przez siebie receptury, w części zaś ziołarze, bioenergoterapeuci i inni praktycy medycyny alternatywnej. Stosunkowo najmniej jest w grupie autorów lekarzy i przedstawicieli innych medycznych zawodów, niemniej kilka pism może się pochwalić współpracą z medykami, również posiadającymi stopnie i tytuły naukowe. Są to jednak przede wszystkim czasopisma fachowe i naukowe, nieprzeznaczone dla masowego odbiorcy. Symbolem zmiany stosunku lekarzy do medycyny alternatywnej jest pismo *O Czym Lekarze Ci Nie Powiedzą* pod patronatem brytyjskich lekarzy i naukowców, które zamieszcza też teksty polskich specjalistów medycyny akademickiej i alternatywnej. Podobnie polskie wersje szwajcarskich periodyków, które prezentują artykuły lekarzy i naukowców z różnych dziedzin medycyny. Autorytet medyczny zdecydowanie podnosi zaufanie do proponowanych metod medycyny naturalnej i pozwala odróżnić metody skuteczne od przesądów.

Istotne jest również to, że żadne z pism nie prezentuje postawy opozycyjnej względem lekarzy i medycyny akademickiej. Wprost przeciwnie, w większości pism, szczególnie tych opierających się na recepturach nadsyłanych przez czytelników, prawie na każdej stronie widnieje ostrzeżenie o konieczności skonsultowania kuracji z lekarzem.

## Bibliografia

### Cytowany materiał

- Berg K. (2014). Gimnastyka w wannie. *Natura i Ty*, nr 9–10, s. 112–113.
- Budzyńska I. (2013). Nie lubisz piegów?, *Babcine Recepty. Gazeta medycyny ludowej: ludowa kopalnia zdrowia*, nr 5, s. 8.
- Cukrzyca (2013). *Porady Medycyny Ludowej. Miesięcznik medycyny naturalnej*, nr 12, s. 5.
- Derentowicz P. (2014a). Felinoterapia. *Szaman*, nr 11, s. 4.
- Derentowicz P. (2014b). Korzyści płynące z hortiterapii. *Natura i Ty*, nr 10, s. 104–105.
- Dotyk, który leczy ból (2014). *O Czym Lekarze Ci Nie Powiedzą. Twoje zdrowie w Twoich rękach*, nr 5, s. 67–69.
- Dynia i aronia (2014). *Przepis na Zdrowie*, nr 10, s. 4–7.
- Graniec K. (2014). Broń hetery. *Natura i Ty*, nr 9–10, s. 114–121.
- Godlewska M. (2013). Koniczyna. *Poradnik Uzdrawiacza*, nr 5, s. 13–15.
- Godlewska M. (2013). Słonecznik. *Poradnik Uzdrawiacza*, nr 7, s. 13–15.
- Greta Harutyunyan w Katowicach (2014). *Szaman*, nr 11, s. 3.
- Hubbard B. (2014). Żyj dłużej dzięki ćwiczeniom – nie lekom. *O Czym Lekarze Ci Nie Powiedzą. Twoje zdrowie w Twoich rękach*, nr 5, s. 14–16.
- Jak dbać o urodę zimą (2014). *Żyj Długo. Żyj Zdrowo*, nr 1, s. 40–42.
- Jedz to, co jest super (2014). *O Czym Lekarze Ci Nie Powiedzą. Twoje zdrowie w Twoich rękach*, nr 5, s. 12–13.
- K.A. (2013). Leczenie raka. *Leczenie Tradycją. Gazeta medycyny ludowej: ludowe porady od wszelkiej biedy*, nr 5, s. 5–9.
- Karolak W. (2013). Pomoc przy łuszczycy. *Babcine Recepty. Gazeta medycyny ludowej: ludowa kopalnia zdrowia*, nr 5, s. 1.
- Kołodziejczyk A. (2013). Tajemnice urody. *Sam Sobie Lekarz. Ludowe recepty na wszystkie choroby*, nr 6, s. 8–10.
- Lewczuk B. (2013). Lecznicze właściwości porzeczek, *Receptury Ludowe*, nr 5, s. 16–20.
- Litoterapia (2013). *Porady Medycyny Ludowej. Miesięcznik medycyny naturalnej*, nr 12, s. 4.
- Matul J. (2014a). Dla zdrowia i urody. *Natura i Ty*, nr 9–10, s. 42–47.
- Matul J. (2014b). Jak poradzić sobie z kleszczem. *Natura i Ty*, nr 10, s. 6–11.
- May E. (2014). Osobisty wszechświat (I). *Szaman*, nr 11, s. 10–11.
- McTaggart L. (2014). Uczta dla oczu. *O Czym Lekarze Ci Nie Powiedzą. Twoje zdrowie w Twoich rękach*, nr 5, s. 26–28, 31–33.
- Mrozowski T. (2013). Kosmetyki apteczne w chorobach skóry. *Poradnik Uzdrawiacza*, nr 6, s. 18–21.
- Na grzyby (2014). *Przepis na Zdrowie*, nr 10, s. 34–37.
- Niestandardowy środek na astmę (2013). *Leczenie Tradycją. Gazeta medycyny ludowej: ludowe porady od wszelkiej biedy*, nr 6, s. 2.
- Nowak Z.T. (2014). Jabłko – nie tylko rajski owoc. *Szaman*, nr 11, s. 15.
- Nowakowska M. (2014). Kukurydza zwyczajna (*Zea mays*). *Natura i Ty*, nr 9–10, s. 80–85.
- O poczcie zdrowia [www.pocztazdrowia.pl/o-poczcie-zdrowia; 22.07.2016].
- Od redakcji (1936). *Lotos. Miesięcznik poświęcony rozwojowi i kulturze życia wewnętrznego*, z. 1, s. 1–2 [http://www.sbc.org.pl/dlibra/doccontent?id=14185&from=FBC; 22.03.2014].
- Olej jodłowy (2013). *Porady Medycyny Ludowej. Miesięcznik medycyny naturalnej*, nr 12, s. 12–13.
- Pielegnacja włosów (2013), *Sam Sobie Lekarz. Ludowe recepty na wszystkie choroby*, nr 5, s. 7.
- Pomyje (2012). *Nieznany Świat*, nr 6 [http://www.nieznanywiat.pl/nieznany-%C5%9Bwiat/artyku%C5%82y/804-pomyje?showall=&start=2; 28.06.2016].

- Rojek M. (2014). Z siłą wodospadu. *Uzdrowiacz*, nr 7, s. 7–9.
- Sienkiewicz K. (2014). Dynie i dyniowate. *Natura i Ty*, nr 9–10, s. 28–35.
- Skorpion niszczy raka (2014). *O Czym Lekarze Ci Nie Powiedzą. Twoje zdrowie w Twoich rękach*, nr 5, s. 73.
- Tarnowski J.P. (2013). Mleczne terapie. *Poradnik Uzdrowiacza*, nr 6, s. 8–11.
- Wrońska A. (2014). Glistnik jaskółcze ziele (*Chelidonium maius*). *Natura i Ty*, nr 9–10, s. 74–79.
- Vita Biosa niezwykły eliksir życia (2014). *Przepis na Zdrowie*, nr 10, s. 21.
- Za co powinien przeprosić prezes Hamankiewicz? (2014). *Nieznany Świat*, nr 12 [<http://www.nieznanywiat.pl/polecamy/zdrowie/1202-za-co-powinien-przeprosi%C4%87-prezes-hamankiewicz>; 28.06.2016].
- Zdrowie z kapusty (2014). *Przepis na Zdrowie*, nr 10, s. 32–33.
- Zielarka (2014). Jabłka. *Natura i Ty*, nr 9–10, s. 36–39.
- Zwykłe jajko – wielki dar (2013). *Porady Medycyny Ludowej. Miesięcznik medycyny naturalnej*, nr 12, s. 3.

### Opracowania

- Bednarek S, Bockenheimer W., Jastrzębski J. (2008). New Age. Encyklopedia nowej ery. Warszawa.
- CBOS (1998), Leczenie się domowymi sposobami. Komunikat z badań [[http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/1998/K\\_052\\_98.PDF](http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/1998/K_052_98.PDF); 20.07.2016].
- Górnicka J. (cop. 2014). Wybieram zdrowie. Warszawa.
- Historia stowarzyszenia [[www.psychotronicy.org](http://www.psychotronicy.org); 16.09.2014].
- Jagiello M. (b.d.). Medycyna alternatywna i komplementarna (Complementary and Alternative Medicine – CAM) [[http://www.biocoaching.pl/czytelnia/medycyna\\_alternatywna](http://www.biocoaching.pl/czytelnia/medycyna_alternatywna); 21.09.2014].
- Kański M., Wasilewski S. (1981). Clive Harris jako zjawisko społeczne (próba opisu). *Studia Socjologiczne*, nr 3, s. 103–118.
- Literatura o aromaterapii [[www.drbeta.pl/category/literatura-o-aromaterapii](http://www.drbeta.pl/category/literatura-o-aromaterapii); 5.12.2015].
- Łysoń P., GUS (2011). Ochrona zdrowia w gospodarstwach domowych w 2010 r. Warszawa, s. 49 [[http://stat.gov.pl/cps/rde/xbcr/gus/zo\\_ochrona\\_zdrowia\\_w\\_gospodarstwach\\_domowych\\_2010.pdf](http://stat.gov.pl/cps/rde/xbcr/gus/zo_ochrona_zdrowia_w_gospodarstwach_domowych_2010.pdf); 25.05.2015].
- Piątkowski W. (1981). Medycyna naukowa wobec naturalnych sposobów leczenia. Konwergencja czy konfrontacja? *Studia Socjologiczne*, nr 3, s. 89–101.
- PTP (b.d.) [<http://www.psychotronicy.org/historia.htm>; 16.09.2014].
- Rozporządzenie Ministra Gospodarki i Pracy z dn. 8 grudnia 2004 r. w sprawie klasyfikacji zawodów i specjalności dla potrzeb rynku pracy oraz zakresu jej stosowania. DzU z dnia 16 grudnia 2004 r.
- Szymczak M. (red.) (1998). Słownik języka polskiego PWN, t. 1. Warszawa.
- Szymczak M. (red.) (1998). Słownik języka polskiego PWN, t. 2. Warszawa.
- Twardosz W. (red.) (2005). Wielka encyklopedia zdrowia, t. 6. Wągrowiec.
- Wyniki kontroli 2014 [<http://www.zkdp.pl/images/komunikat2012.pdf>; 20.10.2015].
- Wyniki kontroli 2014 [[http://www.zkdp.pl/images/komunikat\\_2014.pdf](http://www.zkdp.pl/images/komunikat_2014.pdf); 19.07.2016].

### Bazy danych i strony WWW

- Baza BN [<http://mak.bn.org.pl>; 29.06.2016].
- Baza BN [<http://mak.bn.org.pl/cgi-bin/makwww.exe?BM=34&IM=04&TX=&NU=01&WI=ZIELARSTWO&ZIELARSKI&PRZEMYSI>; 29.06.2016].

Baza BWC 1985–1989 [www.bn.org.pl; 1.10.2015].  
Dziki S. (oprac.) (1995). *Katalog Mediów Polskich*. Kraków.  
Dziki S. (oprac.) (1996). *Katalog Mediów Polskich*. Kraków.  
Dziki S. (oprac.) (1997). *Katalog Mediów Polskich*. Kraków.  
Dziki S. (oprac.) (1998). *Katalog mediów polskich*. Kraków.  
Katalog BN [http://katalogi.bn.org.pl; 29.06.2016].

www.alpha.bn.org.pl.  
http://avt.pl/portfolio/97-o-czym-lekarze-ci-nie-powiedza.  
www.drbeta.pl/category/literatura-o-aromaterapii.  
http://farmacja.cm-uj.krakow.pl/index.php/katedra\_i\_zaklad\_farmakognozji/Page;pracownicy\_kat\_farmakognozji/Employe;94.  
www.kosmetyka.edu.pl.  
www.nowak.pl.  
www.postepyfitoterapii.pl.  
www.profinatura.pl.  
www.santenatureinnovation.com http://snack.p.lodz.pl.  
www.zkdp.pl/images/komunikat2012.pdf.

## STRESZCZENIE

Celem artykułu jest przegląd współczesnego polskiego rynku czasopism o medycynie niekonwencjonalnej, niszowego, ale ciekawego. Jak chyba żaden inny segment prasowy, ten zdominowany jest przez polski kapitał, głównie małych firm i instytucji, jednak w ostatnich kilku latach pojawiły się także czasopisma na licencjach zagranicznych. Są tu czasopisma naukowe, fachowe i popularne, zawierające informacje zarówno autorstwa uznanych medycznych autorów, jak i praktyków naturoterapii, a nawet czytelników. Pisma propagują zarówno terapie uznane przez medycynę klasyczną, jak i bardziej kontrowersyjne. Artykuł zawiera też przegląd pojęć i definicji związanych z medycyną niekonwencjonalną.

**Słowa kluczowe:** medycyna niekonwencjonalna, naturoterapia, prasa poradnikowa, prasa niszowa