

EWA KOZIK

Uniwersytet Śląski w Katowicach
Instytut Nauk o Kulturze
e-mail: ewa.a.kozik@us.edu.pl
<https://orcid.org/0000-0003-1129-0536>
<https://doi.org/10.14746/h.2026.1.3>

Oddolni posteksperci. Działalność współczesnych „znachorów” w świecie postprawdy

*Grassroots post-experts. The activity of contemporary “quacks”
in the post-truth world*

Abstract. *The article addresses the functioning of contemporary internet creators promoting complementary and alternative medicine (CAM) in the context of post-truth theory. Starting from the assumption that the dominance of emotions and beliefs over facts fosters the popularity of such figures, the analysis focuses on the narratives and healing practices of contemporary Polish “quacks.” The research covers the years 2019–2023 and is based on netnographic methodology, including social reading. The case study of Jerzy Zięba and Hubert Czerniak allows for capturing the mechanisms of credibility creation and the ways of depreciating medical knowledge. Analyzing the journal “Harmonia. Twoje zdrowie, Twoja odpowiedzialność” reveals the existence of an anti-medical discourse that promotes CAM and questions the effectiveness of conventional medicine. The article demonstrates how, under the conditions of post-truth, social media become spaces for the reproduction and legitimation of extra-institutional knowledge.*

Keywords: post-truth, CAM, netnography, discourse, experts

Słowa kluczowe: postprawda, CAM, netnografia, dyskurs, eksperci

Wprowadzenie

Twierdzenie, że żyjemy w świecie postprawdy, może wydawać się truizmem, ale jest to kluczowe zagadnienie, na którym opieram rozważania dotyczące działal-



ności współczesnych „znachorów”. W ciągu ostatnich 7 lat osoby te intensywnie zaistniały w polskiej przestrzeni wirtualnej. Używam cudzysłowu, by podkreślić różnice między ich funkcjonowaniem a działalnością znachorów w tradycyjnych społecznościach, jak opisywano w etnografii. „Znachorami” określam twórców internetowych, którzy w mediach społecznościowych (Facebook, Instagram), na YouTube oraz na stronach internetowych promują medycynę komplementarną i alternatywną (CAM). Termin CAM odnosi się do metod leczenia stosowanych obok (*complementary*) lub zamiast (*alternative*) biomedycyny, uznawanej za główny nurt leczniczy.

Celem niniejszego artykułu jest analiza funkcjonowania współczesnych „znachorów”, ich narracji oraz praktyk leczniczych, a także wyjaśnienie ich popularności w kontekście teorii postprawdy. Wnioski opierają się na wynikach badań etnograficznych przeprowadzonych w latach 2019–2023, w tym działalności Jerzego Zięby i Huberta Czerniaka, związanych z czasopismem „Harmonia. Twoje zdrowie, Twoja odpowiedzialność”, którzy zdobyli pozycję ekspertów w oczach swoich odbiorców.

1. W świecie postprawdy

Termin „postprawda” po raz pierwszy pojawił się w 1992 r. za sprawą Steve’a Tesicha, a następnie został rozwinięty przez Ralpha Keyesa w książce *The Post-Truth Era: Dishonesty and Deception in Contemporary Life*. Keyes zauważył, że już w latach 50. XX wieku, wraz z rozwojem telewizji, media zaczęły przekazywać informacje w sposób niewymagający racjonalnej analizy. Przyspieszenie przekazu i wzrost ilości informacji sprawiły, że treści stały się uproszczone i schematyczne, co prowadziło do zniekształcania obrazu rzeczywistości społecznej. Postprawda odnosi się do sytuacji, w której emocje, przekonania i subiektywne opinie zaczynają dominować nad obiektywnymi faktami. Zjawisko to wiąże się z manipulacją informacją, dezinformacją oraz wpływem mediów społecznościowych, w których fałszywe lub wyolbrzymione treści mogą zyskać ogromną popularność, niezależnie od ich zgodności z faktami¹.

Postprawda jest zatem produktem nowych mediów, które kładą nacisk na formę przekazu i jego emocjonalny ładunek, a nie na rzetelność informacji. Kluczowe staje się wywoływanie emocji i budowanie obrazów, które silnie rezonują z odbiorcami. Zjawisko to odzwierciedla również kondycję współczesnego człowieka – zagubionego w natłoku sprzecznych informacji i poszukującego prostych odpowiedzi. Jak zauważa Anthony Giddens, wzrost autonomii jednostki we współczesnym świecie wiąże się nie tylko z większą odpowiedzialnością, ale również z pogłębiającym

¹ R. Keyes, *Czas postprawdy. Nieszczerość i oszustwa w codziennym życiu*, przeł. P. Tomanek, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2018.

się poczuciem niepewności i ryzyka. W wyniku tych procesów człowiek staje przed koniecznością refleksyjnego podejmowania decyzji, co może prowadzić do poczucia alienacji i braku kontroli nad własnym życiem².

2. Metodologia

Badania netnograficzne pozwalają na badanie zjawisk internetowych w sposób analogiczny do tradycyjnych badań etnograficznych przeprowadzanych w terenie, co oznacza, że badacz może zarówno obserwować, jak i uczestniczyć w interakcjach społeczno-kulturowych w sieci³. W ramach netnografii stosowana jest także metoda *social reading*, która polega na obserwacji zdarzeń online. Dzięki *social reading* etnograf ma możliwość śledzenia nie tylko wcześniej opublikowanych treści, ale także tych, które powstają w czasie rzeczywistym w trakcie bieżącej komunikacji⁴.

Materiały przedstawione w tekście są wynikiem badań jakościowych, które mają na celu odkrywanie nowych zjawisk społecznych, formułowanie teorii opartych na danych empirycznych, stawianie nowych pytań oraz dokumentowanie różnych sposobów postrzegania rzeczywistości, nawet jeśli nie są one reprezentatywne dla całej populacji, lecz stanowią jeden z wielu możliwych sposobów życia w społeczeństwie. Badania netnograficzne przeprowadzone w latach 2019–2023 w polskich mediach społecznościowych i alternatywnych ujawniły intensywne funkcjonowanie dyskursu antymedycznego, który nie koncentruje się jedynie na zdrowiu i alternatywnych metodach leczenia, ale także na krytyce systemu ochrony zdrowia, środowiska medycznego i medycyny akademickiej, często w kontekście praktyk CAM.

Analiza treści publikowanych w czasopiśmie „Harmonia. Twoje zdrowie, Twoja odpowiedzialność” ujawnia, jak przekonanie o złych intencjach lekarzy jest wykorzystywane do tworzenia alternatywnego dyskursu medycznego, zwanego dyskursem antymedycznym. W dalszej części omawiam działalność Jerzego Zięby i Huberta Czerniaka publikujących w „Harmonii” i w Internecie, których, mimo różnic w podejściu do CAM, łączy krytyka medycyny konwencjonalnej i negowanie jej metod leczenia. Strona „Harmonia. Twoje zdrowie, Twoja odpowiedzialność”, obserwowana przez ok. 35 tys. osób, przedstawia się jako niezależne czasopismo specjalistyczne poruszające kontrowersyjne tematy zdrowotne. Obok rzetelnych informacji pojawiają się też treści promujące samodzielne leczenie i konsultacje z lekarzami medycyny niekonwencjonalnej. Czasopismo pełni rolę platformy multimarketingu paramedycznego, oferując suplementy i metody powiązane z alternatywnymi ekspertami.

² A. Giddens, *Konsekwencje nowoczesności*, przeł. E. Klekot, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2008, ss. 3–30.

³ R.V. Kozinets, *Netnografia. Badania etnograficzne online*, przeł. M. Brzozowska-Brywczyńska, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2012, ss. 8–20.

⁴ J.-A. Cordon-García et al., *Social Reading*, Chandos, Oxford 2013.

3. Jerzy Zięba

Jeden z najszerzej znanych polskich paramedyków to Jerzy Zięba⁵ – inżynier mechanik, który wydał trzy tomy publikacji *Ukryte terapie. Czego Ci lekarz nie powie* (2016, 2021⁶), które były chętnie kupowane, czytane i komentowane. Zięba, na łamach czasopisma „Harmonia” regularnie publikuje artykuły w rubryce zatytułowanej „Mity kontra fakty”. Jego popularność, w tym status „naczelnego znachora Polski”, jest znacząca. Jego filmy na YouTube zdobywają tysiące, a niekiedy kilkanaście tysięcy wyświetleń. Dodatkowo Zięba cieszy się dużą popularnością w mediach społecznościowych, mając 399 tys. obserwujących na Facebooku i 2278 na Twitterze. Swoją działalność opiera na przekonaniu wyrażonym w Starym Sączu w 2017 r.: osoby poszukujące leczenia nie koncentrują się na wykształceniu formalnym swoich terapeutów ani na metodach opartych na naukowych dowodach, lecz na zaufaniu do osoby, która oferuje pomoc. Prowadzi intensywną działalność publicystyczną, publikując m.in. na łamach czasopisma „Harmonia”, a także zarządzając własnym kanałem na YouTube. Regularnie uczestniczy również w konferencjach i spotkaniach promujących tzw. medycynę alternatywną, często o charakterze pseudonaukowym. Jego postać jest szeroko rozpoznawalna w Polsce, głównie za sprawą kontrowersyjnych tez i rekomendacji zdrowotnych, które mogą stanowić zagrożenie dla zdrowia i życia odbiorców. Część z tych treści była również przedmiotem zawiadomień do organów ścigania i zajmuje się nimi prokuratura⁷.

Działalność Zięby przyczyniła się do rozpowszechnienia dezinformującej debaty publicznej na temat tzw. lewoskrętnej witaminy C – pojęcia niezgodnego z aktualnym stanem wiedzy chemicznej i medycznej⁸. Zięba promuje pogląd, według którego kwas askorbinowy (witamina C) posiada właściwości przeciwnowotworowe, sugerując jego skuteczność w leczeniu lub zapobieganiu chorobom nowotworowym, choć nie ma wiarygodnych dowodów naukowych potwierdzających takie twierdzenia. Mimo to Zięba od lat promuje i komercjalizuje produkt oznaczony jako „lewoskrętna witamina C”, co stanowi istotny filar jego działalności w obszarze CAM⁹. W rzeczywistości sprzedaje on kwas L-askorbinowy – substancję dostępną powszechnie, również w aptekach – ale w znacznie wyższej cenie. Przykładowo, w sklepie internetowym Visanto, którego jest właścicielem,

⁵ *Suplementy diety Visanto – Jerzy Zięba*, <https://jerzyzieba.com/produkty-1/> [dostęp: 17.04.2023].

⁶ Dwa tomy opublikowano w 2021 r.

⁷ *Jerzy Zięba znów stanie przed sądem. Miał sprzedawać leki bez zezwolenia*, <https://tiny.pl/vjqnvd5r8> [dostęp: 14.04.2025].

⁸ *Tak „leczy” Jerzy Zięba – przerażające fakty o polskim znachorze!*, <https://www.youtube.com/watch?v=En12n7Dqi7I> [dostęp: 15.04.2023].

⁹ *Jerzy Zięba w „Skandalistach”*, <https://www.youtube.com/watch?v=S380f11iAJI> [dostęp: 15.04.2023].

cena opakowania witaminy C wynosi ok. 45 zł, podczas gdy analogiczny produkt farmaceutyczny dostępny w aptekach kosztuje zwykle kilkanaście złotych mniej¹⁰. Różnica cenowa nie wynika z odmienności chemicznej czy wyższej skuteczności preparatu, lecz z marketingowej narracji o rzekomej wyjątkowości „lewoskrętnej” wersji, co wprowadza konsumentów w błąd.

Jedną z kontrowersyjnych metod terapeutycznych promowanych przez Ziębę było stosowanie nadtlenu wodoru (H_2O_2), potocznie znanego jako woda utleniona, w leczeniu tzw. zespołu stopy cukrzycowej. Zięba sugerował, że iniekcje tej substancji bezpośrednio do tętnic mogą przynosić korzyści terapeutyczne. Nadtlenek wodoru, jako związek chemiczny zawierający dodatkową cząsteczkę tlenu, wykazuje właściwości utleniające i bakteriobójcze, co stanowi podstawę jego zastosowania zewnętrznego w odfekalnaniu niewielkich ran. W warunkach fizjologicznych, w kontakcie z tkankami, H_2O_2 ulega rozkładowi do wody i tlenu cząsteczkowego, czego objawem jest charakterystyczne pienienie się – efekt ten można zaobserwować np. na skórze. Jednak wprowadzenie nadtlenu wodoru do krwioobiegu, a zwłaszcza do układu tętniczego, niesie ze sobą poważne ryzyko kliniczne, w tym możliwość wystąpienia embolii gazowej (zatoru powietrznego), uszkodzenia śródbłonna naczyń oraz ciężkich reakcji ogólnoustrojowych.

Zięba określa się mianem „naczelnego znachora Polski”. W swojej działalności popularyzuje terapie nieposiadające solidnego potwierdzenia w badaniach naukowych, często odwołując się do retoryki pseudonaukowej oraz argumentacji anegdotycznej. Pomimo jednoznacznie podważanej przez środowiska akademickie skuteczności rekomendowanych przez niego metod, Zięba przyjmuje postawę asekuracyjną – unika jednoznacznych deklaracji odpowiedzialności za skutki podejmowanych przez odbiorców działań zdrowotnych. W jednej z dziennikarskich prowokacji ujawniono, że Zięba miał sugerować osobie rzekomo chorej onkologicznie rezygnację z konwencjonalnych terapii – chemioterapii i radioterapii – na rzecz stosowania wysokich dawek witaminy C, nawet w przypadku nowotworu z przerzutami. W późniejszej rozmowie telefonicznej z dziennikarką, która odwołała się do tej sytuacji, Zięba zdystansował się od wcześniejszych wypowiedzi, zaprzeczając, jakoby udzielał takich rekomendacji¹¹.

W narracjach budowanych wokół postaci Jerzego Zięby – zwłaszcza w czasopiśmie „Harmonia” – jawi się on jako naturopata, promotor profilaktyki opartej na naturalnych środkach, przeciwnik „syntetycznych” terapii i farmakologii. Tego rodzaju autokreacja, utrwalana przez lata, buduje tożsamość nie tylko samego Zięby, ale także jego odbiorców – pacjentów, którzy w sytuacjach granicznych, takich jak diagnoza nowotworowa, rezygnują z terapii medycznej na rzecz preparatów alternatywnych i CAM.

¹⁰ Witamina C – 100% kwas l-askorbinowy, <https://tiny.pl/0ckx846zj> [dostęp: 15.04.2023].

¹¹ Zob. Tak „leczy” Jerzy Zięba...

W celu pełniejszego zrozumienia przekazu konstruowanego przez Ziębę warto odwołać się do tytułów jego publikacji książkowych z serii *Ukryte terapie. Czego Ci lekarz nie powie*. Zwrot ten stanowi istotny element narracji opozycyjnej wobec medycyny konwencjonalnej, w której Zięba pozycjonuje się jako osoba posiadająca wiedzę ukrywaną rzekomo przez oficjalny system ochrony zdrowia. W tej roli pełni funkcję doradcy, powiernika i zarazem charyzmatycznego lidera – występując w eleganckim garniturze, buduje wizerunek osoby kompetentnej, zaangażowanej i troszczącej się o dobro pacjenta. Narracja ta oferuje symboliczną alternatywę wobec instytucjonalnego systemu opieki zdrowotnej, który przez część społeczeństwa postrzegany jest jako nieskuteczny, obojętny lub wręcz wrogi wobec pacjenta.

Zięba buduje swój autorytet na emocjonalnym przekazie, publicznej krytyce środowisk medycznych oraz wizerunku niezależnego eksperta. Mimo braku formalnego wykształcenia medycznego, jego komunikacja sprawia wrażenie eksperckości. Dla odbiorców kwestia kwalifikacji schodzi na dalszy plan, ustępując miejsca poczuciu bliskości, zrozumienia i wspólnoty doświadczeń. Jego przekaz szczególnie rezonuje z osobami zmagającymi się z chorobami przewlekłymi, dla których alternatywne metody leczenia stają się formą odzyskania sprawczości, autonomii i nadziei w obliczu cierpienia i poczucia utraty kontroli. W celu przeanalizowania sposobu, w jaki Zięba konstruuje swoje wypowiedzi, posłużę się przykładem jego artykułu opublikowanego na początku 2022 r. w czasopiśmie „Harmonia”, zatytułowanego *Kiedy lekarz nie chce, tam fryzjerka zechce*. Tekst ten stanowi reprezentatywny przykład retoryki charakterystycznej dla twórczości Zięby, w której dominują wyraźne opozycje światopoglądowe oraz silnie zarysowana krytyka wobec instytucjonalnej medycyny.

We wstępie artykułu pojawia się bezpośrednia krytyka lekarzy reprezentujących nurt medycyny konwencjonalnej, której towarzyszą oskarżenia o brak otwartości na alternatywne formy leczenia oraz o ignorowanie potrzeb pacjentów. Fragment ten ilustruje mechanizm dyskredytowania środowisk medycznych, typowy dla narracji Zięby, oraz sposób, w jaki budowana jest jego pozycja jako rzecznika „wykluczonych prawd” i alternatywnej wiedzy zdrowotnej.

Mijają prawie dwa lata, odkąd poinformowałem opinię publiczną, łącznie z lekarzami, że COVID-19 jest schorzeniem wyleczalnym. Prawidłowo leczony pacjent uzyskuje poprawę w ciągu jednego do trzech dni. Jeśli pacjent z COVID-19 leczony jest w szpitalu dłużej niż trzy dni, oznacza to, że medycyna akademicka całkowicie zawiodła.

W skrócie: pacjent choruje i umiera z powodu wytworzenia w jego organizmie ogromnej liczby wolnych rodników. Podanie askorbinianu sodu powoduje, że wolne rodniki są natychmiast neutralizowane. Nawet w przypadkach agonalnych jest możliwe uratowanie życia pacjenta. Niestety, lekarze wyposażeni w askorbinian sodu oraz odpowiednie publikacje, dowody naukowe czy zabezpieczenie prawne odmawiają zastosowania tego środka. Dokonują podstawowego grzechu lekarskiego, jakim jest: zaniechanie leczenia. To jest niezgodne z prawem i powinno być karane¹².

¹² *Kiedy lekarz nie chce, tam fryzjerka zechce*, „Harmonia. Twoje zdrowie, Twoja odpowiedzialność”, styczeń/luty 2022, s. 84.

W dalszej części tego artykułu Zięba opisuje przypadki osób, które – według jego relacji – nauczyły się samodzielnego podawania sobie dożylnie askorbinianu sodu (soli sodowej witaminy C). Szczególny nacisk kładzie na przykłady kobiet pracujących w zawodach niemedyce, takich jak fryzjerki i kosmetyczki, które miały rzekomo rozpocząć stosowanie tej substancji jako środka terapeutycznego wobec innych osób, często w warunkach własnych zakładów usługowych.

Narracja Zięby opiera się w tym fragmencie na afirmacji „obywatelskiej odwagi” oraz przedsiębiorczości zwykłych ludzi, którzy – jak twierdzi – z własnej inicjatywy i wbrew zaleceniom lekarzy rezygnowali z hospitalizacji, niejednokrotnie wypisując się ze szpitali, by uniknąć podłączenia do respiratora. Przekaz ten utrzymany jest w tonie heroizacji i romantyzowania niekonwencjonalnych działań, mających stanowić wyraz sprzeciwu wobec rzekomo opresyjnego i niewydolnego systemu ochrony zdrowia. W tekście nie znajdują się jednak żadne konkretne dane empiryczne, dokumentacja medyczna ani informacje pozwalające zweryfikować przytoczone przypadki. Zamiast tego autor formułuje ogólny, emocjonalnie nacechowany wywód, zakończony oskarżeniem pod adresem polskiej służby zdrowia. Zięba stwierdza, że w Polsce regularnie dochodzi do sytuacji, w których lekarze odmawiają leczenia, zmuszając pacjentów do poszukiwania pomocy u osób niemających formalnych kwalifikacji medycznych. W ramach tej narracji formułuje retoryczne pytanie, mające na celu podkreślenie skali i powagi problemu, jaki – według niego – stanowi brak dostępu do adekwatnej pomocy ze strony personelu medycznego.

Zadam pytanie: gdyby ktoś z Państwa miał to nieszczęście zachorowania na COVID-19, a w szczególności, gdyby ktoś znalazł się w sytuacji agonalnej, to w czyje „ręce” wolelibyście wpaść? W ręce lekarza, który nie chce was leczyć, czy w ręce fryzjerki, kosmetyczki czy kasjerki, która wie, jak Was skutecznie wyleczyć?¹³.

Te same poglądy Zięba przedstawiał podczas VIII Międzynarodowego Seminarium Naukowego w Starym Sączu w 2017 r. Jego przemowa miała tytuł *Quo vadis współczesna medycyna?*¹⁴. Stwierdził co prawda, że choć nie należy całkowicie negować medycyny akademickiej, gdyż tylko ona jest w stanie zapewnić pomoc w przypadkach nagłych, takich jak wypadki, reanimacja osób z zatrzymaniem akcji serca czy przeprowadzanie skomplikowanych operacji. Zastrzegł jednak, że medycyna konwencjonalna wykazuje się bezsilnością w leczeniu chorób przewlekłych, takich jak choroba Hashimoto czy choroba wieńcowa. W jego przekonaniu to medycyna naturalna, wychodząca poza tradycyjne ramy naukowe, ma potencjał nie tylko w leczeniu, ale także w wyleczeniu takich schorzeń.

¹³ *Ibidem*.

¹⁴ Jerzy Zięba w Starym Sączu. *Quo vadis współczesna medycyna?*, <https://www.youtube.com/watch?v=DKBAKpXoJo4> [dostęp: 15.04.2023].

Podczas Festiwalu Zdrowia „Boso po zdrowie – Bliżej natury” w Bukowcu w 2015 r. Zięba wygłosił dwugodzinną konferencję, w której zdefiniował medycynę jako „tę, która leczy”. Zaznaczył, że medycyna konwencjonalna, powszechnie uznawana za najskuteczniejszą i najbardziej wiarygodną dzięki oparciu na dowodach naukowych, nie jest w rzeczywistości skuteczna w przypadkach, gdy nie służy pacjentowi. Zięba wyraził przekonanie, że system medyczny jest nieadekwatny, a w niektórych przypadkach wręcz szkodliwy, twierdząc, że niektórzy lekarze w szpitalach, działając wbrew oficjalnym procedurom, podają pacjentom leki rozpuszczone w soli fizjologicznej, aby ukryć przed środowiskiem medycznym fakt udzielenia pomocy. Według Zięby, pacjenci zdrowieją dzięki tzw. niewidzialnej ręce naturopatii oraz alternatywnych metod leczenia.

Warto zwrócić uwagę na komentarze, które pojawiły się pod nagraniem materiałem z Bukowca. Wskazują one, że również niektórzy sympatycy Zięby skłaniają się ku przekonaniu o istnieniu rzekomego spisku medycznego, który miałby na celu ukrywanie skuteczności alternatywnych terapii. Tego rodzaju myślenie, podkreślające istnienie tajnych układów w medycynie konwencjonalnej, stanowi istotny element w narracji Zięby, która ma na celu delegitymizację oficjalnych instytucji medycznych na rzecz alternatywnych, nierzadko kontrowersyjnych metod leczenia.

Panie Jerzy kochany , my Pana potrzebujemy ZYWEGO. Meczennikow mamy za duzo. Na Boga ostroznie . To mafijny rzad i powiazania mafijne . Im wieksze przewaly tym wieksze niebezpieczeństwo stanac im na drodze . Jeszcze nie teraz...

Pan Jerzy jest bardzo mądrym i zarazem odważnym człowiekiem, ponieważ takich ludzi ujawniających na światło dzienne szczerą prawdę niestety po cichu się likwiduje, ponieważ są zagrożeniem dla cichego planu depopulacji ludzkości na globie, oraz zagrażają interesom big farmy. Tym samym pełen szacun i chylę czoła Panu Jerzemu [pisownia oryginalna].

Podobnie kontrowersyjne treści Zięba rozpowszechniał w czasie pandemii. W listopadowo-grudniowym numerze „Harmonii” z 2020 r. w tekście *Co z tą pandemią?* pisze o nieskuteczności stosowania maseczek, rękawiczek i środków dezynfekcyjnych w walce z koronawirusem, o tym, że test PCR nie wykrywa go. Sam wirus zostaje uznany za niegroźny, a Zięba twierdzi, że pandemia zniknie, gdy ludzie przestaną się testować, a media przestaną siać panikę. Działania mediów w kwestii informowania o zagrożeniu koronawirusem SARS-CoV-2 nazywa „chocholim tańcem”¹⁵. W numerze z jesieni 2021 r. opublikował tekst pt. *Czwartej fali powiedzmy stop*, gdzie informuje o istnieniu podziemia medycznego, o ludziach, którzy leczą COVID-19 metodami medycyny alternatywnej, ukrywając swoją działalność przed swoimi kolegami, działającymi według zasad i zaleceń medycyny konwencjonalnej. To właśnie tym lekarzom życie zawdzięczają osoby,

¹⁵ *Co z tą pandemią?*, „Harmonia. Twoje zdrowie, Twoja odpowiedzialność”, listopad/grudzień 2020, ss. 84–85.

którym udało się wyzdrowieć z choroby COVID-19. Zięba postuluje nowelizację ustawy o „Zawodzie lekarza i lekarza dentysty” w taki sposób, aby pozwolić owemu podziemiu medycznemu leczyć pacjentów jawnie, bez ukrywania się, a także dzielić się unikatową wiedzą z innymi lekarzami¹⁶.

Popularność Zięby oraz jego narracja antysystemowa wpisują się w szerszy kontekst społeczno-kulturowy, który można analizować przez pryzmat socjologii wiedzy, antropologii kulturowej oraz studiów nad medykacją i społecznym postrzeganiem autorytetu. W obliczu kryzysu zaufania do instytucji – w tym także instytucji medycznych – część pacjentów poszukuje alternatywnych źródeł informacji, które pozwolą im na nowo zdefiniować swoją podmiotowość w procesie leczenia. Zgodnie z koncepcją Petera L. Bergera i Thomasa Luckmanna dotyczącą społecznego konstruowania rzeczywistości, wiedza medyczna (zarówno konwencjonalna, jak i alternatywna) funkcjonuje w obrębie ram interpretacyjnych budowanych przez konkretne wspólnoty dyskursywne¹⁷. W przypadku środowisk altmedycznych mamy do czynienia z próbą stworzenia paralelnego systemu epistemologicznego, w którym tradycyjne źródła wiedzy (np. publikacje naukowe, lekarze, instytucje ochrony zdrowia) zostają zastąpione przez figury „alternatywnych ekspertów”. Ich autorytet nie wynika z formalnych kwalifikacji, lecz z narracyjnego przekonania o „wiedzy ukrytej”, „zakazanej”, „zduszonej przez system”.

Zięba funkcjonuje jako tzw. *cultural healer* – figura terapeuty nie tylko w sensie medycznym, lecz również symbolicznym. Oferuje nie tyle konkretne rozwiązania terapeutyczne, ile emocjonalne i egzystencjalne wsparcie w sytuacji, w której medycyna akademicka nie dostarcza pacjentowi satysfakcjonujących odpowiedzi. Jego przekaz opiera się na zinternalizowanej opozycji między „zimnym, biurokratycznym systemem” a „ciepłym, ludzkim podejściem”, którego rzekomym reprezentantem jest właśnie Zięba. Ten dychotomiczny obraz świata znajduje szczególnie silny oddźwięk wśród osób doświadczających marginalizacji, przewlekłej choroby lub frustracji wynikającej z kontaktów z publiczną służbą zdrowia.

Ważnym elementem tej narracji jest też demokratyzacja wiedzy – w przestrzeni altmedu każda opinia wydaje się mieć równoważną wagę wobec faktów naukowych. W ujęciu Michela Foucaulta można to interpretować jako przejaw walki o władzę dyskursywną, w której wiedza oficjalna (instytucjonalna) zostaje zakwestionowana przez wiedzę „oddolną”, często opartą na osobistym doświadczeniu, intuicji lub duchowości. Takie przesunięcie akcentów pozwala postaciom pokroju Zięby funkcjonować jako alternatywni liderzy opinii, których autorytet nie tyle wypływa z obiektywnej wiedzy, ile z emocjonalnego rezonansu z doświadczeniem odbiorców¹⁸.

¹⁶ *Czwartej fali powiedzmy stop*, „Harmonia. Twoje zdrowie, Twoja odpowiedzialność”, wrzesień/październik 2021, s. 80.

¹⁷ P.L. Berger, T. Luckmann, *Społeczne tworzenie rzeczywistości. Traktat z socjologii wiedzy*, przeł. J. Niżnik, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2010.

¹⁸ M. Foucault, *Historia seksualności. Tom 1–2: 1. Wola wiedzy, 2. Użytek z przyjemności*, przeł. B. Banasiak, T. Komendant, K. Matuszewski, słowo/obraz terytoria, Gdańsk 2020.

4. Hubert Czerniak

Hubert Czerniak, były lekarz medycyny konwencjonalnej, został w 2019 r. zawieszony w prawach do wykonywania zawodu po tym, jak podjął decyzję o podaniu pacjentce dimetylosulfotlenku (DMSO), czyli organicznego związku siarki, który jest stosowany w medycynie alternatywnej jako środek przeciwzapalny i przeciwbólowy, a także w leczeniu ran oraz odleżyn. W kręgach medycyny alternatywnej zyskał popularność jako potencjalny środek w leczeniu nowotworów. Zgodnie z decyzją sądu, DMSO zostało pacjentce podane dożylnie, bez jej wyraźnej zgody, co zostało uznane za podstawę do zawieszenia lekarza z 25-letnim stażem. Hubert Czerniak skomentował wyrok na swoim profilu na Facebooku („Hubert Czerniak – włączamy myślenie”, który obserwuje 177 tys. użytkowników), zadając pytanie: „Co to za rzeczywistość, w której dochodzi do takich skandali?”. Jego komentarz wyrażał zdziwienie i oburzenie decyzją sądu, co może wskazywać na jego kontrowersyjny stosunek do obowiązujących standardów medycznych i prawnych w zakresie leczenia pacjentów¹⁹.

Na swoim kanale YouTube „Hubert Czerniak TV”, który gromadzi ok. 25 tys. subskrybentów, Czerniak publikuje materiały wideo dotyczące alternatywnych metod leczenia. Jego filmy osiągają liczbę wyświetleń sięgającą kilkunastu, a czasami nawet kilkudziesięciu tysięcy odbiorców. W filmie wprowadzającym, Czerniak wyznaje, że przez ponad 20 lat był zwolennikiem medycyny konwencjonalnej, dając się wciągnąć w pułapkę „pseudoautorytetów” i „pseudowiedzy”. Twierdzi, że jego poglądy zmieniły się po przeczytaniu książki Edgara Griffina *Świat bez raka*, co miało skłonić go do „włączenia myślenia”.

Czerniak deklaruje, że na swoim kanale będzie demaskować to, co uważa za fikcję, która otacza społeczeństwo – od wizyt u lekarzy, przez zakup leków, po to, co prezentowane jest w mediach i głoszone przez polityków. Zdecydowanie stwierdza, że wszystko, czemu ludzie przywykli ufać, jest „jedną wielką mistyfikacją” mającą na celu ich zniewolenie. Przemowę kończy manifestacyjnym stwierdzeniem „I’m not slave” (nie jestem niewolnikiem) oraz zachętą do subskrypcji kanału, sugerując, że tylko w ten sposób można uniknąć stania się częścią „niewolniczego systemu”²⁰. Czerniak ma znaczący autorytet w kręgach medycyny alternatywnej oraz w środowisku, które można określić mianem „antymedycznym”. W tym kontekście pełni rolę osoby, która „się nawróciła”. Zawodowo, będąc lekarzem medycyny konwencjonalnej, specjalistą w dziedzinie chorób wewnętrznych, twierdzi, że „przebudził się” i „włączył myślenie”, odrzucając wcześniejsze przekonania oraz pragnąc obudzić innych z tego, co postrzega jako fikcję. Jego działalność opiera

¹⁹ Hubert Czerniak, zawieszony lekarz z Opoczna, znów ma kłopoty. Wyrok sądu lekarskiego z Gdańska zawiesza go na kolejne dwa lata, <https://dzienniklodzki.pl/> [dostęp: 24.03.2023].

²⁰ Hubert Czerniak TV, <https://www.youtube.com/@HubertCzerniakTV> [dostęp: 24.03.2023].

się na wykorzystaniu silnie emocjonalnych słów, które można określić jako „słowa kluczowe” w rozumieniu teorii Baudrillarda, mających na celu budowanie silnych emocjonalnych reakcji i wpływanie na postawy odbiorców.

Baudrillard omawia pojęcie „słów kluczowych”, zwracając uwagę na zagadnienie, które od dawna interesuje semiotyków, folklorystów oraz antropologów. Utrzymuje, że to nie same idee mają tę moc, lecz słowa, które te idee generują²¹. Najtrafniejszym sposobem zilustrowania mechanizmu działania „słów kluczowych” może być analiza używanego przez Czerniaka określenia, które stosowane jest w kontekście czasopisma „Harmonia”. Słowa kluczowe, wykorzystywane zarówno przez Czerniaka, jak i Ziębę (który podczas swoich wykładów wielokrotnie oznajmiał: „Król jest nagi!”), pełnią funkcję „emotywną”, tj. wywołują emocjonalne i praktyczne reakcje odbiorców. Takie słowa inicjują skojarzenia, które kształtują obrazy, wyobrażenia oraz, co kluczowe w kontekście tej analizy, przekonania. Te ostatnie, z kolei, motywują do działań, generując zamierzony efekt – wzbudzają oburzenie, zaufanie, a w efekcie mogą prowadzić do chęci „włączenia myślenia” i przystąpienia do grupy osób, które rzekomo „przebudziły się” i uwolniły się z roli „niewolników” systemu.

Warto przyjrzeć się artykułowi Czerniaka pt. „Dieta dla autystycznych dzieci”, opublikowanemu w zimowym numerze „Harmonii” z 2022 r. Zaskakująco, w tekście nie pojawia się ani jedno odniesienie do dzieci z autyzmem, a termin „autystyczne dzieci” pozostaje nieokreślony. Zamiast tego, artykuł zawiera szereg ogólnych informacji dotyczących zasad zrównoważonej diety dla dzieci, takich jak zalecenie, by dzieci nie spożywały masła łyżeczkami. Cały tekst jest napisany specjalistycznym językiem medycznym, który zdradza wcześniejsze doświadczenie autora w tej dziedzinie. W artykule zawarte są także wyliczenia substancji, których dzieci powinny unikać w swojej diecie.

W dwugodzinnym wykładzie zamieszczonym na kanale „Porozmawiajmy TV” na platformie YouTube Czerniak omawia takie substancje, jak aluminium, glifosat oraz tiomersal, przedstawiając je jako czynniki, które rzekomo „modyfikują genetycznie dzieci”. W odniesieniu do glifosatu posługuje się on retoryką, która ma na celu wzbudzenie oburzenia, a nawet strachu, wśród odbiorców. Jego narracja, oparta na swobodnym przedstawieniu potencjalnych zagrożeń związanych z tym środkiem, wykorzystuje terminologię zarówno naukową, jak i paronaukową. Na przykład twierdzi on, że „glifosat helatuje aluminium”. Choć nie wyjaśnia, dlaczego aluminium jest szkodliwe ani jak glifosat przyczynia się do rozwoju raka, twierdzi, że glifosat „wypłukuje pożyteczne składniki odżywcze ze zbóż”²².

W 2022 r. Czerniak opublikował na swoim kanale YouTube film zatytułowany *Nagłe przypadki! Dlaczego młodzi ludzie mają udary, zakrzepy, zatory i zawały?*,

²¹ J. Baudrillard, *Słowa kluczowe*, przeł. S. Królak, Sic!, Warszawa 2008, ss. 7–8.

²² *Aluminium, glifosat, tiomersal i genetycznie modyfikowane dzieci – dr Hubert Czerniak*, <https://www.youtube.com/watch?v=mS9DFoIrCdE> [dostęp: 27.03.2023].

w którym, w swoim charakterystycznym stylu, obfitującym w wyrażenia specjalistyczne oraz łacińskie terminy medyczne, wyjaśnia przyczyny zawałów serca, zakrzepów i zatorów. Czerniak twierdzi, że istnieje wiele czynników przyczyniających się do powstawania tych schorzeń, które, jego zdaniem, są ignorowane przez medycynę konwencjonalną, która koncentruje się jedynie na ich eliminowaniu, a nie na zapobieganiu ich powstawaniu. Porównując obrazy medyczne, stwierdza, że zakrzepy we krwi osób młodych, które zmarły w wyniku zawału lub zatoru, różnią się od tych, które występowały przed pandemią. Na tej podstawie sugeruje, że zakrzepy, które pojawiły się w 2021 r., są efektem stosowania szczepionek przeciwko COVID-19. Czerniak wyraża krytykę wobec medycyny konwencjonalnej, oskarżając ją nie tylko o niewłaściwe metody leczenia, ale również o celowe działanie na szkodę pacjentów. Warto przyrzeć się komentarzom zamieszczonym pod tym filmem, które mogą rzucić światło na reakcje odbiorców:

Niech Pan żyje 100 lat i pomaga zwykłym ludziom. Posiada Pan ogromną wiedzę. Dziękuję bardzo za wspaniałe wiadomości.

Najlepszy na świecie Doktor „medycyny nie ważne jakiej, ważne że skutecznej” Po pierwsze nie szkodzić, nie usłyszysz z ust lekarzy młodego pokolenia, to smutne. Korzystajmy z wiedzy Doktora Huberta, bo za kilkanaście lat jak nie zadbamy o siebie to nikt o nas nie zadba. Ogromny szacunek za wkład pracy w oświecenie społeczeństwa podstawową wiedzą medyczną, dziękuję w imieniu swoim jak i tych, którzy obejrżeli i mądrość płynąca z ust doktora zafascynowała tak bardzo że zapomnieli napisać: Dziękuję!!!! [pisownia oryginalna]

Komentarze, które pojawiły się pod materiałami Czerniaka, pełne szacunku, podziwu i uznania, stanowią ważny element w analizie fenomenu jego popularności. Czerniak ukazany jest w nich jako lekarz „dla zwykłych ludzi” – osoba godna zaufania, troszcząca się o innych, a jednocześnie zdecydowana w walce z systemem, który, według jego opinii, nie tylko zaniedbuje, ale również oszukuje społeczeństwo. Interesująca jest także jego krytyka nie tylko polskiego, ale i globalnego systemu ochrony zdrowia. W kontekście pandemii Czerniak stał się jednym z prominentnych krytyków Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) oraz innych instytucji zajmujących się zarządzaniem zdrowiem publicznym, które podejmowały decyzje dotyczące walki z koronawirusem. Podobnie jak Zięba, Czerniak określa pandemię mianem „medialnej manipulacji”.

W tej narracji wyraźnie pojawia się podział na „ich” i „nas” – „ich” stanowią politycy, lekarze, bogaci specjaliści oraz cały system, który Czerniak uznaje za kosztowny, brutalny i niezaspokajający oczekiwań społeczeństwa. „My” to osoby, które wraz z Jerzym Ziębą i Hubertem Czerniakiem opowiadają się za alternatywnym podejściem do zdrowia. Czerniak i Zięba pełnią rolę „wyrzutków systemu”, którzy, odrzucając medycynę konwencjonalną, stali się częścią grupy pacjentów, oferując alternatywne metody leczenia. Ich narracja, oparta na emocjonalnym i ide-

ologicznym języku, przyciąga osoby szukające kontroli nad własnym zdrowiem, pragnące wyjść poza normy narzucane przez system medyczny.

Fenomen Zięby i Czerniaka można analizować w kontekście teorii Michela Foucaulta, zwłaszcza jego koncepcji władzy, wiedzy i dyskursu. Foucault postrzega władzę jako rozproszony mechanizm kształtujący normy i wpływający na myślenie jednostek. W jego ujęciu wiedza medyczna nie jest neutralna, lecz powstaje w wyniku procesów społecznych, które nadają jej status „prawdy”. Medycyna konwencjonalna jawi się jako system dominacji, który wyklucza inne podejścia do zdrowia. Odrzucając tradycyjne instytucje, promują alternatywny dyskurs, w którym ich wiedza jest uznawana za „prawdziwą” i wolną od manipulacji. Władza nie działa tylko represyjnie, lecz także tworzy normy i kształtuje tożsamości. Konwencjonalna medycyna pełni rolę nadzoru i regulacji. Alternatywne praktyki Zięby i Czerniaka, odwołując się do pojęć manipulacji, przebudzenia i wolności, stanowią „dyskursywny opór”, oferując jednostce symboliczną emancypację i możliwość przejęcia kontroli nad własnym zdrowiem²³.

5. Oddolni posteksperci

W świetle teorii Anthony’ego Giddensa o przemianie systemów eksperckich, popularność Jerzego Zięby i Huberta Czerniaka odzwierciedla szerszą transformację relacji między wiedzą instytucjonalną a społecznym zaufaniem. Giddens zauważa, że w warunkach wzrastającej niepewności i refleksyjności życia codziennego systemy eksperckie, takie jak medycyna, tracą swoją uprzywilejowaną pozycję.

Zięba i Czerniak reprezentują nowy typ „eksperta pozainstytucjonalnego”, który, operując na granicy systemu, wykorzystuje jego język, aby uwiarygodnić swoją pozycję. Ich komunikacja, skierowana do szerokiego grona odbiorców, nie opiera się na metodologii, lecz na emocjonalnej retoryce, teorii spisku i personalizacji wiedzy. Współczesne systemy eksperckie stają się coraz mniej autonomiczne, konfrontowane z „laicką” wiedzą, opinią publiczną i alternatywnymi źródłami informacji, co prowadzi do pluralizacji autorytetów i osłabienia monopolu tradycyjnej nauki.

Opisane zjawisko wpisuje się w logikę refleksyjnej nowoczesności, gdzie jednostki w warunkach niepewności wybierają źródła wiedzy zgodne z własnymi przekonaniami i doświadczeniem. Popularność medycyny alternatywnej, odwołującej się do naturalnych metod i krytyki instytucji, odzwierciedla potrzebę sensu i kontroli w decyzjach zdrowotnych. Sukces „znachorów” jest przejawem demokratyzacji wiedzy eksperckiej i rosnącej konkurencji o społeczne zaufanie. Koncepcje Giddensa, takie jak „ontologiczne bezpieczeństwo” i „wybór zaufania”, pomagają wyjaśnić, dlaczego alternatywne narracje zyskują wiarygodność – oferują bowiem proste, emocjonalnie angażujące odpowiedzi na egzystencjalne lęki współczesności.

²³ M. Foucault, *Historia seksualności. Tom 1–2...*

Opisywane zjawisko można odczytać jako konsekwencję głębokich przemian w strukturze legitymizacji wiedzy oraz autorytetu eksperckiego, jakie zachodzą w społeczeństwach ponowoczesnych. Jak zauważa Aldona Guzik, tradycyjnie pozycja eksperta wiązała się z uznaniem jego kompetencji przez określone środowisko zawodowe, a tym samym z przynależnością do elity symbolicznej. Ekspert był reprezentantem instytucji, których prestiż i wiarygodność ugruntowane były poprzez mechanizmy certyfikacji, kontroli oraz akademickiej afiliacji²⁴. Jednakże w kontekście przemian komunikacyjnych oraz medialnych, które zintensyfikowały się wraz z rozwojem Internetu i mediów społecznościowych, jak podkreśla Teun A. van Dijk, kluczowym zasobem władzy staje się dziś uprzywilejowany dostęp do dyskursu, nie zaś sama wiedza merytoryczna²⁵.

Na tym tle należy rozumieć narastającą rolę tzw. postekspertów – osób, które funkcjonują poza oficjalnymi strukturami wiedzy instytucjonalnej, a ich autorytet budowany jest na podstawie relacyjnego zaufania, podobieństwa społecznego i emocjonalnej wiarygodności. W ich przypadku legitymizacja nie wynika z potwierdzonych kwalifikacji czy przynależności do środowiska naukowego, ale z narracyjnego i afektywnego dopasowania do oczekiwań odbiorców. Tym samym autorytet przybiera nową, ponowoczesną formę – zindywidualizowaną, niehierarchiczną, opartą na subiektywnym poczuciu autentyczności. Posteksperci, tacy jak Jerzy Zięba i Hubert Czerniak, wykorzystują właśnie ten mechanizm – ich wiarygodność nie wynika z instytucjonalnej akredytacji, ale z „bycia jednym z nas”, z bycia blisko problemów odbiorców i wspólnego doświadczenia marginalizacji w stosunku do dominujących systemów wiedzy.

Podsumowując, zjawisko posteksperskości, w świetle teorii Giddensa o przemianie systemów eksperckich, ukazuje przesunięcie legitymizacji wiedzy z poziomu instytucjonalnego na poziom relacyjny i emocjonalny. W ponowoczesnym krajobrazie informacyjnym wiarygodność nie jest już przypisana do wiedzy jako takiej, lecz do osoby, która ją przekazuje i do kontekstu. To, co wcześniej było uznawane za wiedzę naukową, staje się jedną z wielu konkurujących narracji, których wartość zależy nie od metodologicznej rzetelności, lecz od społecznej recepcji i zdolności wzbudzania zaufania.

Literatura

Baudrillard J., *Słowa klucze*, przeł. S. Królak, Sic!, Warszawa 2008.

Berger P.L., Luckmann T., *Spółeczne tworzenie rzeczywistości. Traktat z socjologii wiedzy*, przeł. J. Niżnik, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2010.

²⁴ A. Guzik, *Postmodernizm, postprawda, posteksperci w mediach mainstreamowych*, w: *Postprawda jako zagrożenie dla dyskursu publicznego*, red. T. Grabowski, M. Lakomy, Wydawnictwo Naukowe Akademii Ignatianum w Krakowie, Kraków 2018, ss. 143–162.

²⁵ T.A. van Dijk, *Principles of Critical Discourse Analysis*, „Discourse & Society” 1993, no. 2, ss. 249–283.

- Cordón-García J.-A., Alonso-Arévalo J., Gómez-Díaz R., Linder D., *Social Reading*, Chandos, Oxford 2013.
- Co z tą pandemią?, „Harmonia. Twoje zdrowie, Twoja odpowiedzialność”, listopad/grudzień 2020.
- Czwartej fali powiedzmy stop, „Harmonia. Twoje zdrowie, twoja odpowiedzialność”, wrzesień/październik 2021.
- Dijk T.A. van, *Principles of Critical Discourse Analysis*, „Discourse & Society” 1993, no. 2.
- Foucault M., *Historia seksualności. Tom 1–2: 1. Wola wiedzy, 2. Użytek z przyjemności*, przeł. B. Banasiak, T. Komendant, K. Matuszewski, słowo/obraz terytoria, Gdańsk 2020.
- Giddens A., *Konsekwencje nowoczesności*, przeł. E. Klekot, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2008.
- Guzik A., *Postmodernizm, postprawda, posteksperci w mediach mainstreamowych*, w: *Postprawda jako zagrożenie dla dyskursu publicznego*, red. T. Grabowski, M. Lakomy, Wydawnictwo Naukowe Akademii Ignatianum w Krakowie, Kraków 2018.
- Keyes R., *Czas postprawdy. Nieszczerość i oszustwa w codziennym życiu*, przeł. P. Tomanek, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2018.
- Kiedy lekarz nie chce, tam fryzjerka zechce, „Harmonia. Twoje zdrowie, Twoja odpowiedzialność”, styczeń/luty 2022.
- Kozinets R.V., *Netnografia. Badania etnograficzne online*, przeł. M. Brzozowska-Brywczyńska, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2012.

Źródła internetowe

- Aluminium, glifosat, tiomersal i genetycznie modyfikowane dzieci – dr Hubert Czerniak, <https://www.youtube.com/watch?v=mS9DFoIrCdE> [dostęp: 27.03.2023].
- Hubert Czerniak, zawieszony lekarz z Opoczna, znów ma kłopoty. Wyrok sądu lekarskiego z Gdańska zawiesza go na kolejne dwa lata, <https://dzienniklodzi.pl/> [dostęp: 24.03.2023].
- Hubert Czerniak TV, <https://www.youtube.com/@HubertCzerniakTV> [dostęp: 24.03.2023].
- Jerzy Zięba w „Skandalistach”, <https://www.youtube.com/watch?v=S380f11iAJI> [dostęp: 15.04.2023].
- Jerzy Zięba w Starym Sączu. Quo vadis współczesna medycyna?, <https://www.youtube.com/watch?v=DKBAKpXoJo4> [dostęp: 15.04.2023].
- Jerzy Zięba znów stanie przed sądem. Miał sprzedawać leki bez zezwolenia, <https://tiny.pl/vjqnvd5r8> [dostęp: 14.04.2025].
- Suplementy diety Visanto – Jerzy Zięba, <https://jerzyzieba.com/produkty-1/> [dostęp: 17.04.2023].
- Tak „leczy” Jerzy Zięba – przerażające fakty o polskim znachorze!, <https://www.youtube.com/watch?v=En12n7Dqi7I> [dostęp: 15.04.2023].
- Witamina C – 100% kwas l-askorbinowy, <https://tiny.pl/0ckx846zj> [dostęp: 15.04.2023].

