

ZDRÓWKO

INFORMATOR bezpłatny

DZIECI

„W rodzinie, wspólnocie osób, szczególnie troską winno być otoczone dziecko; należy rozwijać głęboki szacunek dla jego godności osobistej, oraz ze czcią i wielodusznie służyć jego prawom. Odnosi się to do każdego dziecka, ale szczególnie ważne staje się wobec dziecka małego, wymagającego opieki całkowitej, wobec dziecka chorego, cierpiącego lub upośledzonego...”

„...Powtarzam raz jeszcze to, co powiedziałem na Zgromadzeniu Ogólnym Narodów Zjednoczonych dnia 2 października 1979 roku: „Pragnę ... wypowiedzieć tę radość, jaką dla każdego z nas stanowią dzieci, wiosna życia, zadatek przyszłości każdej dzisiejszej ojczyzny. **Żaden kraj na świecie, żaden system polityczny nie może myśleć o swej przyszłości inaczej, jak tylko poprzez wizję tych nowych pokoleń, które przejmą od swoich rodziców wielorakie dziedzictwo wartości, zadań i dążeń zarówno własnego narodu, jak też całej rodziny ludzkiej. Troska o dziecko, jeszcze przed jego narodzeniem, od pierwszej chwili poczęcia, a potem**

W czerwcowym numerze informatora nieco więcej o dzieciach. One są naszym największym skarbem, naszą nadzieją.

(Z.G.)

w latach dziecięcych i młodzieńczych, jest pierwszym i podstawowym sprawdzianem stosunku człowieka do człowieka. I dlatego też, czegoż można bardziej życzyć każdemu narodowi i całej ludzkości, wszystkim dzieciom świata, jeśli nie owej lepszej przyszłości, w której poszanowanie praw człowieka stanie się pełną rzeczywistością w wymiarach nadchodzącego 2000 roku?

Przyjęcie, miłość, szacunek, wieloraka i jednolita służba – materialna, uczuciowa, wychowawcza, duchowa – każdemu dziecku, które przychodzi na ten świat, winny stanowić zawsze charakterystyczną i nieodzowną cechę chrześcijan, a zwłaszcza rodzin chrześcijańskich tak, aby dzieci mając możliwość wzrastania „w mądrości, w latach i w łasce u Boga i u ludzi”, wносиły swój cenny wkład w budowanie wspólnoty rodzinnej i w samo uświęcenie rodziców.”

Jan Paweł II

*Adhortacja apostolska o zadaniach rodziny
chrześcijańskiej w świecie współczesnym
FAMILIARIS CONSORTIO*



A R T Y K U Ł Y :

Niepłodność -NaProTechnologia - Nadzieja

Czytaj na stronie 4.

Rodzice adopcyjni

Czytaj na stronie 6.

Wychowanie religijne dziecka

Czytaj na stronie 9.

Czego uczą żagle?

Czytaj na stronie 10.

Kolory

Czytaj na stronie 14.

Choroby jamy ustnej

Czytaj na stronie 17.

Naturalna pielęgnacja skóry

Czytaj na stronie 19.

Naturalna ochrona przed promieniami UV

Czytaj na stronie 21.

Rozważania

Czytaj na stronie 23.

Biuro Obsługi Działalności Medycznej s.c.Radom, ul. 25-go Czerwca 57, tel. 483655539, 483622975 w godz. 8⁰⁰ - 17⁰⁰

UWAGA: przeniesione z ul. Granicznej

Gwarantujemy fachową i miłą obsługę

Możliwość skorzystania z porad prawnych

Oferuje usługi dla podmiotów prowadzących działalność medyczną:

- sporządzanie ofert i rozliczeń z NFZ
- obsługa kadrowo-płacowa
 - umowy o pracę i umowy zlecenia
 - listy płac
 - deklaracje ZUS
- obsługa finansowo-księgową
 - prowadzenie ksiąg rachunkowych
 - rozliczenia podatkowe
 - prowadzenie podatkowej księgi przychodów i rozchodów

**MEDICON**

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej

www.medicon.com.pl

Świadczymy usługi medyczne w zakresie podstawowej i specjalistycznej opieki zdrowotnej, diagnostyki oraz chirurgii dnia jednego.

Realizujemy bezpłatne usługi medyczne w oparciu o kontrakt podpisany z **NFZ** w zakresie:**Medycyny rodzinnej:**

- Poradnia Pediatria
- Punkt Szczepień
- Poradnia Internistyczna

Poradnie specjalistyczne:

- urologia • neurologia • alergologia • dermatologia • okulistyka
- chirurgia urazowo - ortopedyczna • ginekologia i położnictwo
- zdrowia psychicznego • psychologia • medycyna pracy
- reumatologia • otolaryngologia • chirurgia ogólna • gastroenterologia

Gabinet zabiegowy: m.in.

- EKG, iniekcje, • szczepienia ochronne, • testy alergologiczne, • odczulanie,
- USG, • RTG, • Spirometria, • Światłolecznictwo, • Kriozabiegi;

Wizyty domowe lekarskie i pielęgniarские

Radom, ul. Gagarina 1

☎ **48 367 15 10**

poradnie medycyny rodzinnej

☎ **48 366 81 51**

poradnie specjalistyczne

☎ **48 366 81 52****kom. 790 610 790**

leczenie szpitalne

Od poniedziałku do piątku
od 7⁰⁰ do 18⁰⁰**Leczenie szpitalne - krótkie terminy!**Od dnia 1 marca 2012 r. umowa z **NFZ**

- zespół chirurgii jednego dnia w zakresach:

- chirurgia ogólna
- Ginekologia
- Otorinolaryngologia
- Urologia
- Ortopedia

*Wyspecjalizowana kadra medyczna,
wysokiej klasy aparatura medyczna,
miła i fachowa obsługa
oraz bardzo dobre warunki lokalowe
z własnym parkingiem to nasze atuty.
Nasz budynek jest dostosowany
dla osób niepełnosprawnych i starszych.
Posiadamy Aptekę i Zakład Optyczny.*

„Naszą misją
jest zdrowie Twoje i Twojej rodziny”

Z/0073

S P I S O G Ł O S Z E Ń**LEKARZE SPECJALIŚCI SKLEPY MEDYCZNE**

— str. 9, 22

Alergologia — str. 22

Chirurgia — str. 15,

Dermatologia — str. 22

Endokrynologia — str. 4, 11

Ginekologia — str. 2, 11, 21

Hematologia — str. 5

Interna — str. 4, 17

Kardiologia — str. 14

Laryngologia — str. 14

Neurologia str. 8, 9

Okulistyka — str. 5

Onkologia — str. 4, 19

Ortopedia — str. 15

Pediatria — str. 21

Psychiatria — str. 10

Psychologia — str. 10, 11

Rehabilitacja — str. 7, 8, 15, 18,

Stomatologia — str. 13, 16, 17

USŁUGI MEDYCZNE

Apteki — str. 13, 24

Pielęgniarstwo — str. 6, 7

Opieka długoterminowa — str. 6, 7

NZOZ, Przychodnie — str. 2, 6, 21, 22, 23,

DIAGNOSTYKA

Badania, USG — str. 3, 4, 19

Laboratoria — str. 3, 4

ZDROWIE I URODA

— str. 11, 12, 19, 22

MEDYCYNĄ PRACY — str. 12, 13**PROFILAKTYKA**

Ośrodki — str. 5, 14, 19

WETERYNARIA

Przychodnia weterynaryjna — str. 22

Przychodnie — str. 13, 15

RÓŻNEUsługi dla podmiotów
prowadzących działalność
medyczną — str. 2, 5, 21

Inne — str. 5, 12, 17, 18, 20

POSŁUGA DUSZPASTERSKA

w szpitalach — str. 23

PRACOWNIA USG

www.usgradom.pl

**USG 3D/4 DOPPLER COLOR
zdjęcia, nagrania DVD**

- położnictwo - badania płodu
- TRÓJWYMIAROWE**
- ginekologia
- jama brzuszna
- tarczyca, ślinianki, węzły chłonne
- jądra, prostata
- gruczoły piersiowe
- stawy biodrowe u niemowląt
- stawy u dorosłych
- badanie przezcięmiączkowe mózgu
- przepływy w naczyniach (DOPPLER COLOR)

ZAPRASZAMY

Radom, ul. Sienkiewicza 32

od poniedziałku do piątku

tel. **48 3626058**

B/0142

tak jak chcesz!



PODSTAWOWA OPIEKA ZDROWOTNA **NFZ**
Narodowy Fundusz Zdrowia

Gabinety Lekarzy Rodzinnych, Gabinet Zabiegowy, Poradnia Dziecięca,
Poradnia Internistyczna, Punkt Szczepień, Wizyty Domowe

PORADNIE SPECJALISTYCZNE

Chirurgii Ogólnej, Dermatologiczna, Endokrynologiczna, Kardiologiczna,
Laryngologiczna, Medycyny Pracy, Neurologiczna, Okulistyczna, Ortopedyczna,
Rehabilitacyjna

REHABILITACJA

Fizykoterapia, Kinezyterapia, Hydroterapia, Masaż, Drenaż limfatyczny,
Metody terapeutyczne, Kinesiology Taping

DIAGNOSTYKA

Badania Laboratoryjne, Badanie EKG, Echo Serca, Próba Wysiłkowa, Holter EKG,
Doppler naczyń żylnych i tętniczych, Badania USG

Bez kolejek, bez stresu!

ul. Staroopatowska 1a, 26 – 600 Radom, tel.: 48 362 10 11 48 36 00 863

ZAPRASZAMY



PN.-PT.: 8.00-18.00

P/0420

www.medica.radom.pl



Radom
Słowackiego 48
tel./fax: 48 365 49 33
medica@medica.radom.pl

poniedziałek - piątek
7.00-19.00
sobota
7.00-15.00



Udział w Międzynarodowej
Kontroli Jakości LABQUALITY

mgr Agnieszka Flont
specjalista laboratoryjnej diagnostyki medycznej

mgr Katarzyna Kowalewska-Wojciechowska
specjalista analityki klinicznej

**Profesjonalna obsługa
Zawsze wiarygodne wyniki**

MEDICA 
laboratorium analiz medycznych

Oferujemy szeroki zakres badań z zakresu

hematologii
koagulologii
analityki ogólnej
chemii klinicznej
diagnostyki niepłodności
diagnostyki chorób tarczycy
diagnostyki infekcji wirusowych
diagnostyki onkologicznej
serologia grup krwi
autoimmunologii
bakteriologii
mykologii
genetyki

Nowe badania:

HbA1c met HPLC
Borelioza w klasie IgG, IgM
Hormon antymullerowski - AMH
Inhibina B
HE4 nowy marker raka jajnika
HPV
test PRISCA dla I i II trymestru ciąży
BTA marker raka pęcherza moczowego
badanie nasienia wg zaleceń WHO
SperMAR test IgG

L/0273

Niepłodność - NaProTechnologia - Nadzieja

-Słuchaj, nie wydaje ci się, że tu jednak jest cień różowej kreski? Do tej pory jak wykonywaliś testy ciążowe nie było nic takiego.

Diagnostyka i leczenie zaburzeń rytmu serca

dr n. med. Piotr Łodziński
specjalista chorób wewnętrznych

Kwalifikacja do leczenia zabiegowego arytmii

Przychodnia Słoneczna
ul. Staroopatowska 1a
26-600 Radom

tel. 48 362 10 11

K00552

-To może kochanie pójdziesz jutro do ginekologa...

Niestety, wizyta u lekarza nie potwierdziła ciąży. Ania i Kuba po raz kolejny przeżyli bolesne rozczarowanie.

Według danych szacunkowych co piąta para w Polsce ma trudności z poczęciem dziecka. Dla małżonków pragnących potomstwa jest to źródłem nieopisanego bólu i cierpienia. Zwykle oznacza to niekończące się wędrowki od lekarza do lekarza i najczęściej słyszaną diagnozą jest „niepłodność idiopatyczna”, czyli nieznanego pochodzenia.



Czy naprawdę współczesna medycyna jest tak bezradna w tej niezwykle istotnej dla małżonków kwestii? Czy jedyną szansą na zosta-

nie rodzicem jest poddanie się procedurze in vitro?

Czy schorzeń powodujących niepłodność nie da się wykryć i wyleczyć?

W roku 2008 kilkusobowa grupa polskich lekarzy ginekologów zainteresowała się metodą leczenia niepłodności, tzw.

NaProTechnology. Jest to metoda opracowana przez dr Thomasa W. Hilgersa, profesora wydziału ginekologii i położnictwa Akademii Medycznej w Creighton, w stanie Nebraska, w USA. Umożliwia ona niepełnym małżeństwom poczęcie dziecka z dużym prawdopodobieństwem, według jej twórcy sięgającym nawet do 80 procent, w czasie do 2 lat od rozpoczęcia leczenia.

K00528

Porady chirurgiczne i onkologiczne

lek. med. Danuta Krajewska
specj. chirurg

SZCZEGÓLNE CHOROBY PIERSI PORADY I ZABIEGI

wtorki 14.00 - 17.30
czwartki 15.00 - 18.00
tel. 48 363-33-73

O0045

Centrum Medyczne

MEDJana

Radom, ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)

Specjalistyczna Pracownia Analiz Lekarskich

mgr Krystyna Bałdys

specjalista analityki klinicznej

Radom, ul. Struga 19/21
tel. 48 363 45 66

GODZINY PRZYJĘĆ:

codziennie w godz. 7.00 - 9.30 oraz 16.00 - 17.00
w soboty w godz. 8.00 - 9.00

Pracownia wykonuje pełen zakres badań analitycznych.

Wszystkie badania wykonywane są na miejscu na najnowocześniejszym sprzęcie laboratoryjnym przy użyciu odczynników wiodących firm diagnostycznych.

Gwarantujemy profesjonalną obsługę pacjentów.

Wydawanie wyników codziennie w godz. 12-17

L00149

SPECJALISTYCZNE GABINETY LEKARSKIE

GERmed

26-600 Radom, ul. F. Focha 14, I piętro

lek. med. Ewa Pawlik-Rak
kardiolog endokrynolog
tel.: 605 344 577

Lek. med. Grzegorz Rak
kardiolog
tel.: 602 665 828

- ♥ **ECHO SERCA**
- ♥ **HOLTER EKG**
- 12 kanałowy**
- ♥ **HOLTER ciśnieniowy**
- ♥ **TESTY WYSIŁKOWE**
- ♥ **USG TARCZYCY**
- ♥ **BIOPSJE**

Kompleksowa opieka lekarska

K0070

PRYWATNY GABINET KARDIOLOGICZNY

lek. PAWEŁ ŚWIGOŃ

specjalista chorób wewnętrznych
kardiolog

zapisy: tel 501 286 071

Przyjęcia
wtorek-środa
15.30-17.00

Radom ul. Chrobrego 54, lok. 6

LABORATORIUM LAB-MEDIC

mgr LENA KRAJEWSKA
mikrobiolog

Radom, ul. Żeromskiego 105A
tel./fax 48 362-12-25
przyjęcia

codziennie 7.00-18.00,
w soboty 8.00-9.00

Badania analityczne
Mikrobiologia - wymazy, hormony

Laboratorium posiada Międzynarodowy Certyfikat
LABQUALITY - HELSINKI ISO 9002



L00046

KOMPUTEROWE BADANIE WZROKU

- leczenie zezu i niedowidzenia
- badania do praw jazdy i szkoły
- leczenie chorób oczu u dzieci i dorosłych
- leczenie wad wzroku
- bezkontaktowy pomiar ciśnienia wewnątrzgałkowego

lek. med. **Ewa Krupa** specjalista chorób oczu

Rejestracja **606-68-94-50, 48 344-92-47**

Gabinet ul. Witolda 6/8 : pn. 14-16, śr. 15-18, czw. 14-16 sob. 10-12

O/0303

Początki NaProTechnologii sięgają lat 70 ubiegłego stulecia.

W latach 90 trafiła na grunt europejski, najpierw do Irlandii, gdzie obecnie znajduje się europejskie centrum tej metody, potem również rozprzestrzeniła się na inne kraje. W Polsce pierwsi lekarze stosujący tę drogę leczenia pojawili się w 2008 r., kiedy to w Lublinie rozpoczął się kurs na konsultantów medycznych NaProTechnology, zakończony sukcesem w 2010 r. O szybkości rozwijania się tej metody w naszym kraju może świadczyć fakt, że po owym kursie mieliśmy 6 lekarzy NaProTechnologów, obecnie zaś ich liczba sięga ok. 60 (w tym lekarze w trakcie szkolenia).

Metoda zwana NaProTechnology (Natural Procreative Technology - Metoda Naturalnej Prokreacji) oferuje leczenie farmakologiczne i chirurgiczne, które w pełni współpracuje z układem rozrodczym kobiety. Przy zaburzeniach zdrowia prokreacyjnego rozpoznaje ona problem i przywraca prawidłowy stan. W 97 procentach przypadków udaje się poznać przyczyny niepłodności i w dużej mierze je wyleczyć. Warto tu zaznaczyć, że niepłodność nigdy nie dotyczy tylko jednej ze stron - kobiety lub mężczyzny, ale konkretnego małżeństwa, dlatego NaProTechnologia pochyliła się nad problemem niepłodności małżeńskiej, zajmuje się diagnostyką tak kobiety jak i mężczyzny.

Leczenie według metod NaProTechnology to klasyczne leczenie oparte na osiągnięciach współczesnej medycyny, stale rozwijane przez Instytut im. Papieża Pawła VI założony przez dr Hilgersa i jego współ-

pracowników w latach 80 XX w. Mimo to jest to absolutnie wyjątkowa metoda, stosuje się ją bowiem nie tylko w stosunku do kobiet mających problemy z zająciem w ciąży, ale także do tych, które doświadczyły wielokrotnych poronień. Skutecznie niweluje zagrożenie przedwczesnym porodem oraz depresję poporodową. Leczy zespół napięcia przedmiesiączkowego oraz nawroty występowania cyst jajników. Przynosi sku-

CENTRUM FERTILITY CARE

Poradnia Rozpoznawania Płodności i Zdrowia Kobiety "Dar Życia"

Radom, ul. Górnicza 6/32

Katarzyna Kaszo-Stanik

Instruktor Creighton Model System

tel: 510 052 049

Wizyty po uzgodnieniu telefonicznym



G/0562

teczną terapię w przypadkach zaburzeń krwawienia wywołanych różnymi przyczynami. Pozwala dokładnie rozpoznać początek ciąży. Dzięki NaProTechnology kobiety mają możliwość poznania i zrozumienia przy-

Hanna Małecka
specjalista chorób oczu
PRZYJMUJE :
Radom, ul. Żeromskiego 51 I p.
w pon. i śr. od godz. 16.00 ,
rejestracja tel. 604 529 306

Białobrzegi, ul. 11 listopada 33
(wejście od ul. Rzemieślniczej)
wtorki w godz. 16.00 - 18.00

O/0053

Waldemar Nazimek specjalista chorób oczu

przyjmuje: środa 16-18,
Przychodnia "Południe", ul. Czarnoleska 19
tel. 696 50 15 15

czyn objawów, z powodu których odczuwają dyskomfort.

NaProTechnologia współpracuje z naturalnym cyklem kobiety. Używa ona Creighton Model FertilityCare™ System, który jest systemem monitorowania cyklu miesięczkowego. Dzięki niemu można w sposób pełny i obiektywny rozpoznać przyczyny schorzenia i obserwować postępy w leczeniu. Karta obserwacji modelu Creightona dostarcza informacji, których uzyskanie w inny sposób jest bardzo trudne lub wręcz niemożliwe. Prowadzenie obserwacji cyklu odbywa się pod nadzorem wykwalifikowanego instruktora. Następnie małżeństwo trafia do lekarza, który poprowadzi diagnostykę i wdroży odpowiednie leczenie.

Katarzyna Kaszo-Stanik

NZO OŚRODEK PROFILAKTYKI I TERAPII UZALEŻNIEŃ w RADOMIU ul. 1905 ROKU 21 (I piętro, wejście z tyłu budynku)

ALKOHOLIZM, HAZARD, NARKOMANIA

Tel.: 48 383 66 72, 48 383 66 73
poniedziałek-piątek godz. 9⁰⁰ - 17⁰⁰
Kom.: 608 206 472
www.odwyk.radom.pl

**DZIENNY ODDZIAŁ TERAPII
DLA OSÓB UZALEŻNIONYCH**

H/0448

Gabinet
**INTERNISTYCZNO-
HEMATOLOGICZNY**

Jolanta Wójcik
hematolog

Radom, ul. Prażmowskiego 33a, p.208
wtorek, czwartek 16-18
tel. 608490043

AF/0338



v.karboviak@kancelaria-legartus.pl

**koszty pogrzebu (ZUS, KRUS nie odliczamy)
nagrobek, zadośćuczynienie dla rodziny.**

Zadzwoń do nas
☎ 783 964 823

Y/0558

„ZAWSZE PRZY TOBIE„ Sp.z o.o.

oferuje usługi w zakresie

Hospicjum Domowego dla Dorosłych**bezpłatnie - refundacja NFZ**na obszarze Radomia,
powiatu radomskiego,
przysuskiego i szydlowieckiego.**Pielęgniarska Opieka Długoterminowa**

w domu chorego

Kontakt telefoniczny całodobowo

nr tel: **517 45 62 21.****501 741 118. 602 772 744**Gwarantujemy opiekę lekarza,
pielęgniarki, psychologa,
rehabilitanta, księdza oraz
bezpłatnie sprzęt medyczny.

P/0516

NZOZ MAR-MED

PIELĘGNIARSKA DŁUGOTERMINOWA OPIEKA DOMOWA

Świadczymy usługi pielęgniarskie
w domu pacjenta**BEZPŁATNIE
NA PODSTAWIE UMOWY Z NFZ****PRYWATNE USŁUGI PIELĘGNIARSKIE
OPIEKA CAŁODOBOWA
RÓWNIEŻ W SOBOTY I NIEDZIELE****ZGŁOSZENIA TELEFONICZNIE
CAŁĄ DOBĄ 509 514 811**

P/0536

NZOZ ESSAMED**Anna Sosińska**

Radom ul. CHROBREGO 54 lok. 7

**BEZPŁATNIE
NA PODSTAWIE UMOWY Z NFZ****GABINET REHABILITACJI LECZNICZEJ
(pełny zakres usług)
REHABILITACJA W DOMU PACJENTA****PRYWATNE USŁUGI PIELĘGNIARSKIE
(również w soboty i niedziele)****ZGŁOSZENIA TELEFONICZNIE
codziennie w godz 8-20****48 360 74 52, 600 766 982**

osobiście: pn. -pt. w godz. 9-16

P/0430

RADOMSKIE TOWARZYSTWO DOBROCZYNNOŚCI

Radom, ul. Żeromskiego 75, pok. 408

od pon. do pt. 8-15

**48 384 7876, 48 364 4703**

Radom, ul. 1905 Roku 20, p.316

pn. czw. 14-16; wt. śr. pt. 8-9, 15 8-15

**515 176 236****Radomskie
Towarzystwo
Dobroczynności****radom**
siła w precyzji

od 22.04 do 31.12.2013r realizuje zadanie publiczne w zakresie ochrony i promocji zdrowia dla mieszkańców Radomia objętych domową i stacjonarną opieką paliatywną nie będącymi świadczeniami zdrowotnymi. Zadanie wspierane jest przez Gminę Miasta Radomia.

Nasi beneficjenci są osobami chorymi paliatywnie.

RTD wspiera te osoby i ich rodziny, pomaga w rozwiązywaniu problemów zdrowotnych poprzez usprawnianie ruchowe.

Usługi nasze wpływają na jakość życia naszych beneficjentów i ich opiekunów.

www.rtd.radom.pl

P/0363

**DOM OPIEKI
POD ŻŁOTYM DĘBEM****Dom Pod Złotym Dębem**świadczy usługi bytowe,
opiekuńcze, wspomagające
i edukacyjne dla ludzi dorosłych,
wymagających całodobowej
opieki i pomocy z powodu wieku,
choroby lub niepełnosprawności.

Dom oferuje również pielęgnacyjne pobyty szpitalne.

RADOM UL. BIAŁA 2

TEL. (48) 385 86 21. KOM. 513 610 466

BIURO@ZLOTYDAB.RADOM.PL, WWW.ZLOTYDAB.RADOM.PL

Dom posiada rejestrację Wojewody Mazowieckiego nr WPS.II.MŚ-9050-2/3/06

z dnia 23.01.2006r.

I/0522

Rodzice adopcyjni

Motywacja przyszłych rodziców adopcyjnych zmienia się z upływem czasu. Przechodzą oni od pierwszych, dość ogólnikowych deklaracji, przez okres zaangażowania w proces szkolenia

i związany z nim wzrost poziomu wiedzy o specyfice rodzicielstwa adopcyjnego, aż do okresu, gdy dziecko jest już u nich, minie pierwszy etap zamieszkania i emocjonalnej burzy z tym związanej.

Kiedy przyszli rodzice w pierwszych rozmowach starają się nakreślić ramy swojej motywacji, przychodzi im to z trudem. Można odnieść, mylnie swoją drogą, wrażenie, że nie potrafią jasno wskazać, co stoi za ich decyzją. Na tym etapie pojawiają się często wzmianki o potrzebie posiadania pełnej rodziny, o uczuciu pustki w domu, o chęci pokochania kogoś jeszcze, nawiązania emocjonalnej więzi z dzieckiem a także zbliżeniem się do partnera. Dominuje wrażenie jakiegoś braku, obawy odnośnie własnej

przyszłości.

Nie da się powiedzieć, że przyjsię małżeństwa do Ośrodka Adopcyjnego, spowodowanie jest impulsem, że jest nieprzemysłaną decyzją. Potrzeba posiadania dzieci jest dla nas, na ogół, immanentna, działa zarówno na prawach biologicznego instynktu jak i osadzona jest na stałe w rozumieniu własnego społecznego kontekstu. Do drzwi Ośrodka prowadzi zwykle kilkuletnia droga rozważań, rozmów i wątpliwości. W większości przypadków, przyszli rodzice nie mogą mieć dzieci z przyczyn natury medycznej. Muszą pogodzić się z tym faktem, przejść okres żalu i bezsilności, jaki na ogół pojawia się w związku z sytuacją, gdy nasze pragnienia nie mogą być zrealizowane.

Gdy przyszli rodzice stawiają się w Ośrodku, towarzyszy im wiele obaw i duże napięcie, gdyż rozpoczynają tak ważny dla siebie proces. Na ogół wiedzą że pragną mieć dziecko, i jest to ich największa i szczerza motywacja, nawet, jeżeli nie potrafią jeszcze nazwać, bądź dokładnie wyobrazić sobie co to dokładnie dla nich oznacza.

Kolejnym etapem kształtowania się motywacji jest okres kilkumiesięcznego szkolenia, podczas którego przyszli rodzice zdobywają wiedzę na temat funkcjonowania dzieci w domach dziecka bądź opiece zastępczej, ich problemów, potrzeb, oczekiwań. Zaczynają pełniej doświadczać obaw, czy podołają nowym wyzwaniom, czy będą potrafili dać dziecku to, czego ono potrzebuje. Obiekt ich pragnień zaczyna się materializować, nabierać konkretnych cech żywego i czującego dziecka.

Oprócz chęci stania się rodzicami pojawia się także pragnienie niesienia pomocy potrzebującym dzieciom. Proces uwrażli-

NZOSZ "Pomocna Dłoń" s.c.

- Pielęgniarska Opieka Domowa NFZ
- Poradnia Rehabilitacji NFZ

specjalista rehabilitacji medycznej

- Krystyna Gamecka-Stanisławek - wtorki
- Joanna Czekaj - piątki

zabiegi 8-18

- masaż leczniczy aquavibron
- krioterapia
- kinezyterapia
- elektrolecznictwo
- ultradźwięki
- magnoterapia
- laseroterapia
- światłolecznictwo
- inhalacje wziewne
- jonoforeza
- elektrostymulacja w nietrzymaniu moczu

MASAŻ PNEUMATYCZNY BOA

- wspomaga odchudzanie
- wyszczuplenie nóg, bioder, pośladków, brzucha
- zaawansowany cellulit
- obrzęki i ciężkość nóg
- obrzęki kończyn górnych - po mastektomii
- wspomaga leczenie niewydolności limfatycznej

NFZ i Odpłatnie

Radom ul. Główna 12

Zgłoszenia pacjentów w gabinecie 12-15 wtorki 12-18
telefonicznie 48 362 22 45, 48 66 01 001
kom. 601 485 952, 608 511 928

**NASZ PERSONEL
JEST GODNY TWOJEGO ZAUFANIA
- SPRAWDŹ TO**

wiania kursantów pomaga im zmierzyć się z własnym dzieciństwem. Z tym co w ich domach sprawiło im przykrość, a także za czym tęsknią i co chcieliby dać swoim dzieciom. Istotną rolę na tym etapie pełni motywacja do stania się dobrym, odpowiedzialnym rodzicem.

Ostatni akt kształtowania się motywacji rozgrywa się od momentu przysposobienia dziecka. Marzenia rodziców stają się rzeczywistością. Pojawieniu się wyczekiwanego dziecka towarzyszy euforia, radość, przypływ energii, duma. Z kolejnymi miesiącami rodzice znów muszą zweryfikować swoje motywacje. Osiągnęli już to, czego pragnęli, nowa osoba jest w ich domu. Na tym etapie, na ogół, nadchodzi stopniowa przemiana z motywacji nakierowanej na spełnienie własnych marzeń, na motywację celującą na zapewnieniu dziecku tego, czego potrzebuje. Zwłaszcza gdy pojawiają się u niego choroby czy wymaga ono więcej troski. Rodzice muszą się zmierzyć ze zmęczeniem, koniecznością wprowadzenia zmian w swoim, dotychczasowym, stylu życia we

„CHROBREGO”

NZOSZ
Elżbieta Stachura

e-mail: e.stachura@vp.pl, www.nzosz-chrobrego.pl

- pielęgniarska opieka domowa (NFZ)
- zespół domowego leczenia respiratorem (NFZ)

Wypożyczanie sprzętu medycznego

- koncentratory tlenu
- materace przeciwoleżynowe
- respiratory, ssaki i inne

Radom, ul Chrobrego 54 lok nr 6

Zgłoszenia Pacjentów
od poniedziałku do piątku w godz. 8 - 16
lub telefonicznie w godz. 8 - 20
tel./fax 48 364 04 53, tel. kom. 608 806 402

GABINET REHABILITACJI LECZNICZEJ

- wirówka kończyn dolnych i górnych
- krioterapia
- masaż leczniczy
- drenaż limfatyczny
- kinezyterapia
- elektrolecznictwo
- ultradźwięki
- magnetoterapia
- laseroterapia
- światłolecznictwo

NFZ i odpłatnie

REHABILITACJA
W DOMU PACJENTA

dwoje. Jednocześnie wytwarza się wyjątkowa, jedyna w swoim rodzaju, więź między rodzicami a dzieckiem, która te nakłady, w większości przypadków, z nawiązką rekompensuje.

Jeżeli motywacja do adopcji dziecka oparta była jedynie na chęci zaspokojenia swoich potrzeb, wypełnienia oczekiwanej roli społecznej bądź realizacji neurotycznego pragnienia posiadania kogoś tylko dla siebie a nie pojawi się miłość rodzicielska i motywacja do ciągłego otaczania troską nowego członka rodziny, to znajdzie się ona w niepewnej sytuacji. Rodzice, którzy zauważą pojawienie się trudności, będą musieli skupić się na własnej pracy, mającej na celu umożliwienie im pełnego i adekwatnego zaangażowania w nową rolę.

Proces stawiania się rodzicem poprzez adopcję nie jest krótki. Rozpoczyna się na ogół kilka lat przed pojawieniem się przyszłych rodziców w Ośrodku Adopcyjnym. Obejmuje okres szkolenia i oczekiwania na dziecko. W tym czasie wiele się zmienia. Kandydaci zdobywają wiedzę o sobie i o potrzebach dzieci, zmieniają się naturalnie z upływem kolejnych miesięcy. Nie bez znaczenia jest tu także trwanie w oczekiwaniu na potomstwo. W tle tego procesu przebiega także zmiana w obrębie motywacji. Od tych skupionych bardziej na zaspokojeniu własnych potrzeb, do skoncentrowanych na potrzebach dziecka. Od marzeń i fantazji do realności więzi i wymagań płynących z bycia rodzicami. Jest to naturalny proces. Instynktownie, większość z nas, pragnie mieć dzieci, choć w momencie pojawiania się tej potrzeby nie musimy sobie zdawać sprawy, że to co przyniesie nam spełnienie, to nie ich „posiadanie”, ale dawanie im siebie i czerpanie z wyjątkowej więzi jaka się tworzy między rodzicami a dzieckiem.

Przygotował: Tomasz Lukomski

Katolicki Ośrodek Adopcyjny
przy Caritas Diecezji Radomskiej
26-604 Radom, ul. Kościelna 5
Tel./fax: 48 385 15 34
e-mail: oadopcyny@caritas.pl
Ośrodek czynny:
Pon. Wtorek, Środa 8.00 – 18.00
Czwartek, Piątek 8.00-16.00

IF INTERFACH

monitorowanie systemu alarmowego
z interwencją patrolu

gabinety lekarskie
apteki
ochrona osób i mienia
monitorowanie osób starszych

Czy zastanawiałeś się komu mógłbyś powierzyć opiekę nad tym, co dla Ciebie najcenniejsze?

Interfach s.c., 26-600 Radom, ul. Wrocławska 9 b
tel.: 48 34 00 600, fax.: 48 34 00 601
www.interfach.com.pl

NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ

PRZYCHODNIA "GOŁĘBIÓW"

Radom, ul. Paderewskiego 6
(Gołębiów)

tel./fax 48 364-63-71
tel. 48 344-76-51
www.nzosz-radom.pl

Przyjmują lekarze:

Jolanta Kopeć
specj. med. rodzinnej - pediatra

Leszek Kopeć
specj. med. rodzinnej, lek. med. ogólnej

Wojciech Pacholicki
specj. medycyny rodzinnej

Wojciech Czekaj
specj. med. rodzinnej, specj. chorób wewn.

Krystyna Szafranek
psychiatra dziecięcy - pediatra

Anna Zielińska-Pacholicka
specj. psychiatra II'

Dariusz Łańczyk
specj. ginekolog położnik

Paweł Mazur
dr n.med. specj. ginekolog - położnik

Mirosław Kupidura
specj. ginekolog - położnik

czynne codziennie w godz. 8.00-18.00

Poradnie specjalistyczne:

- Ginekologiczna
- Psychiatryczna
- Psychiatryczna dla dzieci i młodzieży

Świadczymy usługi
medyczne bezpłatnie
w oparciu o umowę
z NFZ

OFERUJEMY RÓWNIEŻ
BADANIA WSTĘPNE i OKRESOWE DO PRACY,
BADANIA KIEROWCÓW

POSIADAMY CERTYFIKAT ISO 9001 - 2000

OPIEKA DŁUGOTERMINOWA

ZDROWIE

REHABILITACJA

RÓŻNE

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

Gabinet Neurologiczny i Leczenia Zaburzeń Pamięci

lek. specjalista. neurolog
Beata Topolska-Kordys

przyjmuje
Radom ul. Klonowica 10/12
w środy od 14-16

zapisy telefoniczne
od pon-piąt od 15-17

tel. 603-055-125

N/0503

NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ



NEUROPULS

Radom ul. Krakowska 5/7 lok.7

tel.: 48 331 19 58

PORADNIE

- NEUROLOGICZNA
- padaczki - zaburzeń pamięci
- PSYCHIATRYCZNA
- PSYCHOLOG

NFZ

**ECHO SERCA
DOPPLER COLOR**

tętnie szyjnych i kręgowych
tarczycy, jamy brzusznej, piersi,
przeciemiążkowe, stawy u dorosłych,
stawy biodrowe u dzieci

USG

EEG

KONSULTACJE ORTOPEDYCZNE

PON. 8-18, WT. CZW. 13-18, ŚR.PT. 8-13
ZAPRASZAMY - KRÓTKIE TERMINY

N/0119

N/0415

Pracownia EMG

spec. neurolog Grzegorz Jurkiewicz

telefoniczna rejestracja pacjentów
codziennie w godzinach 14 - 20

tel. 694 364 364

NOWY ADRES! Radom, ul. Witolda 7 lokal 1.03 (MAX-MED)
Grójec, ul. P.O.W.14 Centrum Medyczne LEDA-MED



**SPECJALISTYCZNY
GABINET NEUROLOGICZNY**

specjalista neurolog

z-ca ordynatora Oddziału Neurologii
RSzS ul. Tochtermana

lek.med. **Ewa Dudzińska**

PRZYJMUJE:

poniedziałki 16 - 18

Centrum Medyczne

MEDiana

Radom, ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)

wtorki 16 - 18

Przysucha, ul. Warszawska 25

tel. 0606731821

N/0316

Docent dr hab. med.

MAREK PASTUSZKO

SPECJALISTA NEUROCHIRURG

konsultant wojewódzki i regionalny

ds. neurochirurgii

30 lat praktyki

w Klinice Neurochirurgii AM w Warszawie

KONSULTACJE PORADY

Radom ul. Struga 57A

wtorki godz 15.30-16.30

Zapisy tel. 693 159 205

N/0389

specjalista neurolog

Justyna Dzieciół-Hryniewicz

Przyjmuje:

Centrum Medyczne AESKULAP
Radom, ul. Krakowska 5/7

każdy nieparzysty czwartek miesiąca
od godziny 15.15

Zapisy tel.: 606 737 173

N/0565

JAROSŁAW KOSOWSKI

specj. **NEUROLOG**

Radom,
ul. Focha 12/7

rejestracja:

tel. 608460030

przyjmuje w poniedziałki i środy od godz. 16

N/0290

GABINET NEUROLOGICZNY

Dr n. med. **Elżbieta Kowal**

specjalista neurolog
ordynator Oddziału Neurologii
RSzS ul. Tochtermana

PRZYJMUJE:
poniedziałki od godz.16

Poradnia Rehabilitacji
Radom, ul. Okulickiego 76

tel. rejestracji: 48 381 08 88



N/0392

GABINET LEKARSKI NEUROLOGICZNY

Dr n. med. **KRZYSZTOF NADGRODKIEWICZ**

specjalista neurolog

Radom, ul. Żeromskiego 65
pokój 107

zapisy pon. - pt. 8 - 17

tel. 697060807

przyjmuje:
poniedziałki i środy
od godziny 17

N/0387

Tomasz Paciejewski

specjalista neurochirurg

PRZYJMUJE

Radom:

VITAMED

ul. Lubońskiego 2
wtorki od godz. 15

rejestracja, tel. 48 365 11 13

Kozienice:

SPZOZ „Przychodnie Kozienickie”

ul. Sienkiewicza 28

czwartki w godz. 16-18

rejestracja, tel. 881 6518 20

N/0544

GABINET NEUROLOGICZNY

Radom, ul. KellesKrauz 32

poniedziałek 16-17

Marina Chojnacka
neurolog

604 994 824

tel.pryw. 48 384 89 04

N/0247

ANDRZEJ BORYSOWICZ LEKARZ SPECJALISTA NEUROLOG

Radom

ul. Niedziałkowskiego 24



604 930 232

N/0459

Wychowanie religijne dziecka

Aby dziecko potrafiło z ufnością zwracać się do Boga, musi Go dobrze poznać. Rodzice powinni zatem wiele mówić mu o Bogu, o Jezusie Chrystusie. Duże znaczenie ma zapoznanie dziecka od najmłodszych lat z Ewangelią, opowiadanie wydarzeń z życia Jezusa, akcentowanie Jego dobroci, wielkiej miłości do Ojca i do ludzi. Rodzice powinni wyrobić w dziecku przekonanie, że Chrystus żyje nadal i można z Nim prowadzić przyjacielski dialog. Podkreślanie dobroci i życzliwości Boga ma rozbudzić w dziecku zaufanie do Niego, chęć prowadzenia z Nim ciągłej rozmowy, zawierzenia Mu. Uczyć dziecko ciągłego kontaktu z Bogiem, znaczy wdrażać je w modlitewny dialog z Nim, wykraczający poza ramy recytowania formułek modlitewnych. Choć wyuczone na pamięć modlitwy też mają swoje znaczenie, nie mogą stać się jedyną formą rozmowy z Bogiem. Rodzice powinni zatem uczyć swoje dzieci rozmawiania z Panem własnymi słowami, np. dziękowania Mu za przeżycia dnia, proszenia Go i przepraszania za uchybienia. Oczywiście trzeba dziecko stopniowo wprowadzać w ten rodzaj modlitwy. Przykład osobistej rozmowy z Bogiem, dany przez rodziców, pomoże dziecku w nawiązaniu autentycznego, osobowego dialogu z Nim. Rodzice ułatwią dzieciom modlitewny kontakt z Chrystusem, jeśli będą praktykować modlitwę wspólną. „Poza modlitwą poranną i wieczorną należy, idąc za wskazaniem Księży Biskupów, polecać lekturę i rozważanie Słowa Bożego, przygotowanie do sakramentów, nabożeństwo i poświęcenie się Sercu Jezusowemu, różne formy kultu Matki Bożej, modlitwę przed i po posiłku, praktyki pobożności ludowej np. modlitwa przy Figurce. Szanując wolność dzieci Bożych, Kościół polecał i nieustannie poleca wiernym niektóre praktyki ze szczególną troską i naciskiem. Wśród nich należy wymienić odmawianie różańca. Bardzo ważne jest też wprowadzanie dzieci w rozważanie okresów liturgicznych, np. przez przygotowanie dekoracji adwent-

wej, wielkopostnej itp. i przez nawiązywanie w modlitwach do nich. Sobór zaleca również rodzinom odmawianie modlitwy brewiarzowej. Rodzice winni też uczyć dzieci odpowiedniego przygotowywania się do Komunii św. oraz sakramentu pojednania, a także łączenia się z Chrystusem cierpiącym w chorobach i niepowodzeniach np. szkolnych, współofiarnowania się z Nim Ojcu niebieskiemu dla zbawienia świata.

Nie można ograniczyć wychowania religijnego dziecka do posyłania go „do kościoła”. Nie wystarczy też jego obecność na katechezach. Rodzice, przez swój przykład i słowo, mają doprowadzić dziecko do Chrystusa i nauczyć je przyjacielskiego dialogu z Nim, ciągłego odpowiadania na wezwanie Boże. Przez podkreślanie miłości Bożej, rodzice winni wzbudzać zaufanie do Ojca niebieskiego i pragnienie oparcia swego życia na Jego nakazach, będących wyrazem Jego życzliwości i troski o nasze prawdziwe szczęście i wieczne życie. Ucząc wierności przykazaniom Bożym, nakazom sumienia, rodzice mają przygotowywać dziecko do ciągłego pełnienia woli Bożej i do realizowania swego życiowego powołania, wyznaczonego przez Pana: małżeńskiego, kapłańskiego, zakonnego lub życia w samotności. Wszelkie formy oddziaływania rodziców na dziecko powinny zmierzać do tego, aby uczyło się ono żyć dla innych i w ten sposób dążyło do osiągnięcia wiecznego zbawienia. Rodzice mają rozbudzać w dziecku nadzieję życia wiecznego, przypominać o tym, czego ani oko nie widziało, ani ucho nie słyszało, ani serce człowieka nie zdołało pojąć, a co Bóg przygotował tym, którzy Go miłują. Pomocą w wychowaniu religijnym mogą być książki religijne, ilustrowane dla najmłodszych dzieci, dzięki którym rodzice mogą podjąć religijny dialog ze swoimi dziećmi. Można też posłużyć się płytami CD lub DVD. Dzieci, nawet bardzo małe, lubią słuchać nagrań łatwiejszych do zrozumienia ksiąg Pisma św. np. Dziejów Apostolskich

Ks. Grzegorz Wójcik
Kapelan w RSS Tochtermiana

SALON MEDYCZNY ARMED-ORT



Radom, ul. Bernardyńska 1



48 360 10 26

48 340 29 03

Przyjęcia pacjentów
od poniedziałku do piątku 8-17,
soboty 9-13

Profesjonalny dobór zaopatrzenia
ortopedycznego i pomocniczego
Wykonywanie wkładek
ortopedycznych
Darmowe badania podoskopowe
wykonywane przez
inżyniera biomedycznego
i technika biomechaniki
Fachowy personel

PUNKT ZAOPATRZENIA STOMIJNEGO

czynny
od poniedziałku do piątku 8-16
www.armed-ort.pl

AA/0323

GABINET NEUROLOGICZNY

MAŁGORZATA ZIOŁEK
lekarz specjalista neurolog

Przyjmuje:

wtorek 16.00 - 17.00

Radom, ul. KellesKrauz 32
tel. 48 36 229 83

N/0089

Dyrektor

Samodzielnego Wojewódzkiego Publicznego Zespołu Zakładów
Psychiatrycznej Opieki Zdrowotnej w Radomiu,
ul. Krychnowska 1, zatrudni:

1. Lekarza specjalistę psychiatrę,
2. Lekarza specjalistę psychiatrę dzieci i młodzieży lub psychiatrę dziecięcego,
3. Lekarza bez specjalizacji chcącego specjalizować się w zakresie psychiatrii
4. Lekarza specjalistę chorób wewnętrznych,
5. Lekarza specjalistę pediatrię

Dla lekarzy chcących się specjalizować zapewniamy atrakcyjne wynagrodzenie, przewidujemy możliwość pracy dodatkowej oraz pełnienie dyżuru oddziałowego, jak również współfinansowanie najmu lokalu mieszkalnego.

Informacje:
tel.:
48 332 27 69

Y/0520

ZDROWIE
www.zdrowko.com

SKLEPY
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

RÓŻNE
www.zdrowko.com

PRACA
www.zdrowko.com

RÓŻNE
www.zdrowko.com

www.wromed.pl

WROMED

PRAKTYKA LEKARSKA

Radom, ul. Widok 20, tel. 48 369 95 35

lek. med. **Sławomir Wróblewski** lek. med. **Iwona Wróblewska**

specjalista ginekolog-położnik **ENDOKRYNOLOG** specjalista chorób wewnętrznych **ENDOKRYNOLOG**

szczepienia przeciwko rakowi szyjki macicy lekarz medycyny estetycznej

poniedziałek, wtorek, środa, czwartek poniedziałek od 13
od godziny 15 środa, czwartek od 15
zapisy od godziny 10

Badania USG Biopsje pod kontrolą USG

- gruczoły piersiowe
- ginekologia i położnictwo
- tarczycy
- gruczołów piersiowych
- EKG

ZAAWANSOWANE TECHNIKI LECZENIA NIEPŁODNOŚCI

Gabinet Medycyny Estetycznej

- **Laseroterapia** - usuwanie zbędnego owłosienia i zmian naczyniowych
- **Peelingi lecznicze** - usuwanie zmarszczek, blizn potrądzikowych
- **Mezoterapia** - leczenie rozstępów, cellulitu, łysienia, biorewitalizacja skóry
- **Stosowanie wypełniaczy z kwasu hialuronowego** - wypełnianie zmarszczek, modelowanie i powiększanie ust, wypełnianie bruzd nosowych, opadających kącików ust, modelowanie owalu twarzy, powiększanie i modelowanie piersi.
- **Leczenie zmarszczek mimicznych preparatem BOTOX**
- **Makijaż permanentny**

Laserowe usuwanie tkanki tłuszczowej i modelowanie sylwetki Laser SlimLipo 3D

RADOMSKIE STOWARZYSZENIE „POMOCNE DŁONIE”

pomaga 10 lat
www.pomocnedlonie.1k.pl

adres korespondencyjny Stowarzyszenia:
26-600 RADOM ul. Malczewskiego 16 skr. poczt. 247

☎ 48 383 53 53, 600 168 664

GRUPA WSPARCIA dla opiekunów chorych na Alzheimera

najbliższe spotkanie:
poniedziałek 3 czerwca 2013 r. godzina 16.00,
świetlica Radomskiego Szpitala Specjalistycznego
ul. Tochtermanna 1, wejście pod filarami, na parterze.

☎ **727 914 566**

Marek Paliński
specjalista psychiatra

przyjmuje prywatnie
w czwartki od godziny 16
budynek Poradni Rehabilitacji POLMEDIC
Radom, ul. Okulickiego 76

**Rejestracja pacjentów
od pon. do pt. w godz. 8-19
tel: 48 344 86 04**

S/0414

CZEGO UCZĄ ŻAGLE?

Żeglarstwa bowiem nie można zaliczyć, ot tak, po prostu, do sportów wodnych. Żeglarstwo to doświadczenia, które odbijają na nas swoje piętno, jeśli nie zmieniają nas na zawsze. Gotowi na zmiany?

„Hej morze, moje morze,
wdzięczny ci jestem bardzo,
boś ty mnie wychowało,
szkołęś mi dało twardą”

Żeglując, przede wszystkim nabędziemy zupełnie nowy rodzaj umiejętności INTERAKCJI SPOŁECZNYCH. Tej nauki nie da się w żaden sposób ominąć, bo niezależnie jak wielką byłaby

jednostka na której żeglujemy – zawsze będzie to powierzchnia znacznie mniejsza od tej do jakiej przywykliśmy na co dzień. Nieustannie musimy dzielić przestrzeń z innymi ludźmi, zazwyczaj przedstawicielami obu płci. Zadziwiające jest jak elastyczni pod tym względem są zwłaszcza młodzi ludzie. Podczas chociażby dwutygodniowej żeglugi



jak poprosić o nią kolegę, który akurat ma ją w pobliżu. Bardzo ciekawą właściwością braci żeglarskiej jest to, że brak tu tytułowania związanego z wiekiem. Nieważne czy rozmowa toczy się między dwunastolatkiem a osiemdziesięciolatkiem

SPECJALISTYCZNY GABINET PSYCHIATRYCZNY
Radom, ul. 25-go Czerwca 63

Leczenie zaburzeń nerwicowych, depresji i psychoz.

Robert Nowakowski
lekarz specjalista psychiatra
tel: 502 258 348

Agata Nowakowska
lekarz specjalista psychiatra
tel: 506 472 466

Wizyty po uzgodnieniu telefonicznym

S/0308

Halina Łopuszańska
specjalista psychiatra
przyjmuje:
środa od 15.00
tel. 695 757 775

S/0362

GABINET PSYCHOTERAPII ANALITYCZNEJ (ul. Traugutta 61)
mgr **Dorota Kosman**

psychoterapia osób dorosłych i młodzieży
pomoc w związku z trudnościami emocjonalnymi i różnymi objawami (lęk, depresja, nerwice, natręctwa, objawy somatyczne, zaburzenia jedzenia)

Spotkania umawiane tylko telefonicznie
tel. 606 45 73 99

H/0480

GABINET PSYCHOLOGICZNY

Agnieszka Kołataj
PSYCHOLOG KLINICZNY

poradnictwo, konsultacje i wsparcie psychologiczne
terapia poznawczo-behawioralna

Centrum Medyczne **MEDJana**
Radom,
ul. Czachowskiego 21A
(budynek ZUS)

tel. 48 363 33 73,
kom. 608 013 313

H/0524

– zwracają się oni do siebie po imieniu. A to zdecydowanie ułatwia komunikację i przełamywanie barier. Dopuszczalną formą jest zwrot „panie kapitanie”, „panie sterniku” etc. – służy to oczywiście zaznaczeniu hierarchii dowodzenia łajbą. I stąd wynika kolejna istotna nauka: w kryzysowej sytuacji umiemy dokładnie słuchać i wykonywać polecenia dowodzącego, co nierzadko potrafi uchronić od uszkodzeń zarówno załogę jak i jacht. Wtedy uczymy się również, jak ważne jest to, aby całkowicie móc POLEGAĆ NA SOBIE.

Skoro już mowa o interakcjach społecznych. Należy wspomnieć, jak te wszystkie małe rzeczy, które składają się na wspólne żeglownię, mieszkanie, spanie, jedzenie i sprzątanie niesamowicie zbliżają ludzi. Zupelną normą są przypadki zawiązania się przyjaźni, ba, nawet miłości, które trwają w najlepsze również po zakończeniu sezonu. I kolejnego sezonu też. I kilku innych także.

Następną, niezwykle przydatną cechą, jaką można nabyć na żaglach, jest wypracowanie sobie POCZUCIA OBOWIĄZKU. Załoga jest bowiem, dobrze naoliwionym mechanizmem, który nie działałby bez zaangażowania wszystkich, najmniejszych nawet trybików. I choćby początkowo trybiki te miały problem ze znalezieniem swojego miejsca i docenienia swojej użyteczności – już po paru dniach wszystko działa jak należy. Dlaczego? Bo innej możliwości nie ma. Jacht, jak wspomniano nie reprezentuje sobą zbyt wielkiego metrażu – chyba że mówimy o powierzchni ożaglowania. A takie warunki zmuszają każdego do wykonywania swoich obowiązków. Zazwyczaj nie są to wielkie rzeczy, ale te zwykłe, proste, jak klarowanie pokładu, sprzątanie po sobie, wspólne gotowanie czy zmywanie. Bardzo szybko załoga się przekonuje, że niewykonanie swojego zadania przez jedną osobę znacząco utrudnia wszystkim życie pokładowe. A stąd już prosta droga do SAMODZIELNOŚCI...

Najważniejszą nauką, jaką raczy nas żeglarstwo na wiele sposobów, jest POKORA. Nie ma drugiego tak dobitnego przykładu oddziaływania natury na życie człowieka. A widać to na każdym kroku – w prędkości jaką łódka tnęła wody przy silnym wietrze, mknąc do celu oraz w jeszcze większej prędkości, z jaką łódka ucieka do portu lub brzegu w obliczu nadciągającej burzy.

Sprawa zdecydowanie komplikuje się podczas rejsów morskich, kiedy może nie być gdzie uciec. I jest to przykład sytuacji, w której bezwzględnie należy wykonywać polecenia skippera. Mimo przeróżnych udogodnień, które mają

zapobiegać odciskom na dłoniach od lin zmieniających położenie żagli względem wiatru – takowe zawsze się trafiają. Naprawdę zawsze. Niezapomnianą lekcją jest również wielogodzinne „smażenie się” na pokładzie przy gładkiej jak stół



PŁYWANIE NA ZDROWIE

Bilet senior 5 zł/100 min
w godz. 9-15 od poniedziałku do piątku

jacuzzi • wodne masaże • strefa relaksu,
basen sportowy • basen rekreacyjny
gimnastyka w wodzie (o godz. 10. pon. i śr.)

szczegóły promocji w kasach

**AQUAPARK
RADOM**

Aquapark w Centrum Słonecznym
Radom, ul. Chrobrego 3
tel. 48 385 30 50

dołącz do nas na www.aquapark-radom.pl

Y/0550

powierzchni jeziora, gdy brak wiatru lub / i benzyny w silniku, aby dotrzeć do portu. Wtedy zawsze w ruch mogą pójść pagaje (łódkowe wiosła)...

... i wracamy do odcisków! Oczywiście nie każdemu będzie dane przeżyć wszystkie wymienione sytuacje. I również będzie to aspekt ludzkiego uzależnienia od sił natury. Ostatecznym dowodem na

odbycie w całości lekcji pokory, może być nieopisana radość po przybiciu do brzegu.

Jedyną opcjonalną cechą jaką możemy nabyć - jest MIŁOŚĆ DO ŻEGLOWNIA. Rzeczą gustu jest bowiem zamilowanie do brzmienia

gitary przy blasku i trzaskach ogniska, do chóralnego śpiewu mężczyzn i kobiet, do tekstów pieśni żeglarskich czy szant albo wesołych wieczorów z tańcami i koncertami w portowej tawernie. Niestety, gdy już raz pokochasz żagle, nie ma odwrotu. Zawsze stanie to w parze z tęsknotą, by kolejny raz stanąć na pokładzie, poczuć wiatr we włosach i usłyszeć szum fal... Warto wtedy pamiętać, aby stosować w życiu to czego nauczyły nas żagle i zanucić słowa „za wszystkie miłe rady, dziękuję tobie morze”.

Ewa Chruślak, m. instruktor żeglarstwa PZZ sternik i wychowawca na obozach HKZM „Szkuner”, wychowanek klubu, studentka prawa Uniwersytetu Warmińsko - Mazurskiego

Zapraszamy do udziału w obozach szlakiem Wielkich Jezior Mazurskich:
Dla młodzieży (13-19 lat) 27.07-10.08
oraz 10.08-24.08
Dla dzieci (8-12 lat) - tylko 5 miejsc na turnusie! 27.07-03.08 oraz 03.08-10.08
Blisze informacje:
tel. 692-454-236, 692-454-237
<http://szkuner.radom.pl>

ZDROWIE
www.zdrowko.com

RÓŻNE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

LOKAL do wynajęcia NA APTEKĘ w najlepszej lokalizacji w Radomiu

170m², wyposażony i wykończony,
lokal ma pozytywną opinię
Wojewódzkiego Inspektoratu
Farmaceutycznego

Najważniejszą i niepodważalną zaletą tej lokalizacji jest jej położenie. Usytuowana w ścisłym centrum Radomia, przy największej w Radomiu galerii handlowej oraz w pobliżu basenu i dwóch dużych klubów fitness. W bezpośredniej bliskości tego lokalu znajdują się takie marki jak Rossmann, jedyny w centrum EMPIK, jedyny w Radomiu Smyk, Pepco. Ponadto ścisłe sąsiedztwo jedynych w promieniu kilku kilometrów marketów spożywczych (TESCO, Biedronka), generuje duży przepływ ruchu pieszego.

Kontakt w sprawie oferty: 510 16 20 31



LASER CLINIC CENTRUM ZDROWIA I URODY

ul. M.C Skłodowskiej 17 A
26-600 Radom
biuro@laser-clinic.pl
www.laser-clinic.pl

Modelowanie sylwetki

- LIPO-CRYO - redukcja tkanki tłuszczowej **NOWOŚĆ**
- Vacu-Shape bieżnia, redukcja cellulitu i tkanki tłuszczowej
- Masaż ciała
- Kinezytaping

Zabiegi przeciwzmarszczkowe, przeciwtrądzikowe, redukcja przebarwień i rumienia

Peelingi lecznicze

Ultradźwięki

Mikrodermabrazja diamentowa

- mechaniczne złuszczenie naskórka

Mezoterapia igłowa: - twarzy, - ciała, - skóry głowy

Botox - wypełnianie zmarszczek

- Wypełnianie i powiększanie ust
- Wypełnianie zmarszczek - kwas hialuronowy
- Mezoterapia igłowa twarzy, ciała i skóry głowy
- Mezoterapia igłowa - redukcja cellulitu i rozstępów
- Mezoterapia igłowa - redukcja tkanki tłuszczowej



PAKIETY ŚLUBNE dla Państwa Młodych

Pielęgnacja dłoni

- Manicure tradycyjny, hybrydowy
- Przedłużanie paznokci metodą żelową i fiberglass
- Stylizacja paznokci

Specjalistyczna pielęgnacja stóp

- Klamry VHO na wrastające paznokcie
- Rekonstrukcja płytki paznokcia
- Pobieranie materiału do badań mikologicznych
- Pedicure leczniczy

Kosmetyka upiększająca

- Makijaż ślubny i okolicznościowy
- Opalanie natryskowe SunFX
- Stylizacja oprawy oczu
- Depilacja ciała
- Przekłuwanie uszu Studex System 75



AB/0538

NOWOŚCI:

Laserowa epilacja owłosienia Light Sheer oraz Laserowe usuwanie przebarwień, Laserowe zamykanie naczynek oraz fotoodmładzanie najsukuteczniejszym urządzeniem IPL firmy Lumenis.

Makijaż
permanentny
Long Time Liner
Promocja -20%

ATRAKCYJNE PAKIETY LASEROWE DOSTĘPNE W NASZYM GABINECIE.

Godziny otwarcia: **PON. - PT. 8.00 - 19.00, SOB. 8.00 - 14.00**
tel. **+48 312 15 51, kom.: 533 310 316, 533 310 317**

DORADCA PODATKOWY

Radom, ul. Miła 17 lok. 15
tel. 48 36 36 771

Zenona Anna Pierzchała
nr wpisu 00497

Prowadzenie ksiąg:

- podatkowych
- handlowych
- ryczałtu, ZUS i płace

również dla prywatnych gabinetów
lekarskich i stomatologicznych,
hurtowni farmaceutycznych, aptek

**KOMPLEKSOWA OBSŁUGA
DUŻYCH I MAŁYCH FIRM**

AD/0214



Salonik Urody

to miejsce w którym :

**Skorzystasz ze skutecznych
metod zwalczających
upływ czasu :**

Cryolift - lifting

Mezoterapia - wypełnianie

Accura - nowa jakość skóry

Nomelan - usuwanie przebarwień

**Ujrzysz się w nowym,
pięknym makijażu.**

**Uzyskasz manicure, pedicure
żele kolorowe - perfekcyjnie.**

Nasze atuty to :

wiedza, nienaganna higiena,
skuteczność - niezmiennie od 20 lat

**Naszym celem jest
Twoja satysfakcja**

26-600 Radom, ul. Żeromskiego 46a

tel./fax 48 340 30 60

tel. kom. 603 66 77 07

www.salonikurody.pl

AB/559

INFORMACJE O APTEKACH

Radom

mgr Helena Borysewicz-Pawlik
ul. Chrobrego 9
tel. 48 36-407-07

mgr. farm. Przemysław Niedziałek
ul. Komandosów 4
tel. 48 363-43-41

Apteka prywatna
ul. Sandomierska 10
tel. 48 366-20-30

"Farm-Medica"
ul. Sienkiewicza 6
tel. 48 362-55-70

W.W. Rakowscy
ul. Traugutta 15
tel. 48 363-38-85

mgr farm. Radosław Pawlik
ul. Warszawska 4
tel. 48 36-47-101

mgr. farm. Przemysław Niedziałek
ul. 11 Listopada 69/77 lok. 7
tel. 48 360-74-83

"Medicon"
ul. Gagarina 1
tel. 048 367-15-19

"Apteka ASTRA"
ul. 25-go Czerwca 5
tel. 48 363-74-64

HOMEOPATIA

NOWOCZESNOŚĆ w Radomiu!!!

Dzięki przychodni ENDOMED Radom wzbogacił się o światowej klasy aparat diagnostyczny do badań tomografii komputerowej. Dlatego możemy poszczycić się najnowszymi technologiami i w Radomiu wykonać badanie nowej generacji, inteligentnym fabrycznie nowym, 64-rzędowym tomografem komputerowym **General Electric Optima CT660 z dwutłokowym wstrzykiwaczem automatycznym**. Aparat ten obecnie jest jedynym tego typu aparatem w regionie radomskim i jednym z pięciu w całej Polsce. Dotychczas badania te były wykonywane na aparatach 2-, 4-, 8- lub 16-rzędowych. Nasz radomski w Przychodni ENDOMED jest 64-rzędowym skanerem, wyposażonym w zaawansowane innowacje tomografów z rodzin Discovery i LightSpeed. Badanie tym tomografem jest błyskawiczne, szalenie dokładne i zgodne z najnowszymi standardami. Zastosowanie specjalnej techniki pozwala na obrazowanie najmniejszych struktur z uwidocznieniem drobnych szczegółów, zmniejszenie dawki promieniowania o 40% przy zachowanej jakości obrazowania i umożliwia wykonywanie badań w ciągu kilku sekund na dużym obszarze nawet u pacjentów niewspółpracujących, otyłych (nawet powyżej 220 kg) lub u małych dzieci (np. skanowanie klatki piersiowej trwa około 2,5-3 sekund). Dzięki absolutnej dokładności każde badanie wykonane w tutajszej pracowni osiągnie swój cel diagnostyczny i nie będzie potrzeby powtarzania raz wykonanej tomografii. Wykonujący badania w ENDOMEDZIE personel, to wysokowyspecjalizowa-

nia kadra lekarzy i techników z zakresu radiodiagnostyki z wieloletnim doświadczeniem zawodowym w warunkach ambulatoryjnych i szpitalnych. Badania tomografii komputerowej wykonywane są w innowacyjnej Pracowni Diagnostyki Obrazowej Spółki ENDOMED, powstałej po rozszerzeniu działalności lek. Janusza Romanowskiego – specjalisty II° z chorób wewnętrznych i gastroenterologii. **ENDOMED JANUSZ ROMANOWSKI SP.J.** obejmuje swoją opieką medyczną pacjentów w zakresie **Podstawowej Opieki Zdrowotnej, Specjalistycznej opieki medycznej oraz Pracowni badań diagnostycznych**. W tej nowoczesnej, pięknej przychodni każdy pacjent otoczony jest opieką medyczną, jakiej oczekuje. **Wystarczy wstąpić i zapisać się.** Tutaj bez kolejek każdy dostanie się do lekarza rodzinnego lub pediatry, zrobi badania laboratoryjne, zaszczepi dziecko, otrzyma fachową pomoc pielęgniarską. W przychodni ENDOMED w bardzo krótkim czasie pacjenci otrzymują również specjalistyczną pomoc medyczną. Pacjenci bez problemu dostaną się do lekarza gastroenterologa, onkologa, proktologa, diabetologa, chirurga dla dorosłych i dla dzieci, kardiologa, endokrynologa, neurologa, a także uzyskają pomoc od lekarza psychiatry i psychologa. Podstawę tej przychodni tworzy wspaniały zespół lekarzy specjalistów, wykwalifikowany średni personel medyczny oraz kadra administracyjna. Wszystko po to, by świadczyć pomoc medyczną na najwyższym szczeblu, z ogromną wiedzą, wielką starannością i zrozumieniem potrzeb pacjenta.

www.endomed.radom.pl

ul. Kilińskiego 6, tel.: 48 3400235; 48 3400236;
tel. kom.: 606 169 634, 606 169 637
ul. ks. Sedlaka 4/6/8, tel. 48 365 44 72,
tel. kom.: 604 058 628

endomed®

JANUSZ ROMANOWSKI

FIRMA ROKU 2012

PODSTAWOWA OPIEKA ZDROWOTNA

Interniści

Lek. Anna Frydryk
Lek. Małgorzata Barańska
Lek. Anna Malinowska
Lek. Wioletta Sorbian

Pediatrzy

Lek. Mirosława Jastrzębska-Pasierb
Lek. Grzegorz Walczyński
Lek. Magdalena Opiał
Lek. Monika Ocieska

Gabinet zabiegowy • Punkt szczepień • Laboratorium analityczne • EKG

PORADNIE SPECJALISTYCZNE

- Gastroenterologiczna
- Gastroenterologiczna dla Dzieci
- Onkologiczna
- Proktologiczna
- Chirurgiczna / naczyniowa
- Chirurgiczna dla Dzieci
- Hepatologiczna
- Diabetologiczna
- Kardiologiczna
- Neurologiczna
- Endokrynologiczna
- Ortopedyczna
- Zdrowia Psychicznego
- Psychologiczna



B/0029

DIAGNOSTYKA

TOMOGRAF KOMPUTEROWY

fenomenalny, fabrycznie nowy 64-rzędowy, jedyny w regionie, jeden z pięciu w Polsce;
RTG cyfrowy – najwyższej klasy; o najmniejszej dawce promieniowania dla pacjenta; fabrycznie nowy;
USG – jama brzuszna, tarczyca, piersi, stawy biodrowe i kolanowe, prostata; BIOPSJE

ENDOSKOPIA

GASTROSKOPIA
KOLONOSKOPIA
REKTOSKOPIA
POLIPEKTOMIA z oceną histopat. możliwość badań w znieczuleniu ogólnym pod opieką anestezjologa



APTEKI
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

ENDOMED
www.zdrowko.com

ENDOMED
www.zdrowko.com

PZG Specjalistyczny Ośrodek Diagnostyki i Rehabilitacji Dzieci i Młodzieży z Wadą Słuchu
tel. 48 362 84 74, 48 362 250 02

ZAKRES DZIAŁALNOŚCI:
- DIAGNOZA I REHABILITACJA:
LOGOPEDYCZNA, PSYCHOLOGICZNA, PEDAGOGICZNA
- BADANIA SŁUCHU, DOBÓR APARATÓW SŁUCHOWYCH U DZIECI I DOROSŁYCH
- POMOC RODZINIE
- TURNUSY REHABILITACYJNE
- LOGORYTMIKA
- REHABILITACJA RUCHOWA
- TERAPIA SI

BEZPŁATNE BADANIE SŁUCHU KONSULTACJE LARYNGOLOGICZNE

Zaopatrzenie w środki wspomagania słuchu (aparaty słuchowe, wkładki uszne, systemy wspomagające słyszenie, baterie)

Usługi i świadczenia dla DZIECI I DOROSŁYCH realizowane w ramach **NFZ** i komercyjnie

PRZYJMUJĄ SPECJALIŚCI:
- logopeda
- psycholog
- pedagog
- terapeuta SI
- logorytmik
- rehabilitant ruchu
- lekarz otolaryngolog
- protetyk słuchu
- lekarz rehabilitacji medycznej

Nowo otwarta PORADNIA OTOLARYNGOLOGICZNA
Małgorzata Mikulska
lek. laryngolog spec. foniatra
poniedziałki od godz. 15

BEZPŁATNIE NFZ
zgłoszenia telefoniczne:
48 362 84 74
48 362 50 02

Danuta Kacprzykowska-Drotkiewicz
lek. laryngolog
wtorki w godz. 14-16

ZAPRASZAMY, RADOM ul. Wjazdowa 4

Danuta Kucharska

dr n. med. **SPECJALISTA OTOLARYNGOLOG**

Radom
ul. Focha 12/7
I piętro

rejestracja:
tel. **608460030**

przyjmuje we wtorki i piątki od godz. 16

Pracownia Doboru Aparatów Słuchowych
NS ZOZ "Olsztyńska"

Radom ul. Olsztyńska 33a
tel.: 48 3442078, 48 3440329, 666 128195

Zapraszamy od poniedziałku do piątku w godzinach 9-16

**- bezpłatne badanie słuchu
- wkładki uszne
- akcesoria**

REFUNDACJA z NFZ

ZAPRASZAMY
tel.: 48 3442078, 48 3440329

GABINET LARYNGOLOGICZNY
MAŁGORZATA MIKULSKA
lekarz laryngolog specjalista foniatra

Przyjmuje: wtorek 17.00 - 18.00
Radom, ul. Czarnoleska 19
os. Południe (Por. Rej. Gab. 3)
tel. dom. 660 426 797

otoczeniu. Jego przesyt może wywołać irytację, zwłaszcza u osób niestabilnych emocjonalnie

Różowy – kojarzy się z romantycznymi sytuacjami w naszym życiu. Na organizm działa pobudzająco.

Przyjmuje się, że jest to kolor osób pewnych siebie, ale też potrzebujących zainteresowania i uwagi.

Osoby niedojrzałe emocjonalnie może przytłaczać.

Pomarańczowy – kojarzy się z radością, nowoczesnością i otwartością. Przywraca chęć do życia, zwiększa motywację do działania, podnosi poczucie własnej wartości. Powinny go unikać osoby, które czują się osamotnione.

Czerwony – chyba każdy od razu powie, że to kolor miłości - barwa żywa i pobudzająca, będąca też symbolem ognia. Warto aby po czerwieniu w otoczeniu sięgały osoby przemęczone, pozbawione sił witalnych, natomiast chole-rycy i osoby nadpobudliwe zdecydowanie powinny unikać czerwieni.

Niebieski – kolor nieba, który lekkości, spokoju, relaksu, pobudza do pracy. Kojarzy się z chłodną pogodą, rześkim powietrzem. Bardzo dobrze oddziałuje na osoby zmęczone, wyczerpane, potrzebujące wypoczynku. Powinny go unikać osoby przygnębione.

Zieleń - kolor natury – lasów, łąk. Działa odprężająco. Wywołuje uczucie spokoju i bezpieczeństwa. Dobroczynnie działa na osoby nadmiernie aktywne, niespokojne, niewskazany natomiast dla ludzi mających trudności z wykrzesaniem energii do działania czy znudzonych.

Fiolet – łagodny kolor, kojarzący się w naturze między innymi z wrzosem, czy innymi kwiatami. Ułatwia zrozumienie własnych potrzeb. Polecany osobom spragnionym spokoju, odradzany natomiast ludziom o niskiej samoocenie

Braz – to kolor jesiennego lasu, wypalanej ziemistej glinki, bezpieczny i ciepły. Sprzyja skrywaniu uczuć. W nadmiarze może przygnębiać. Wskazany dla osób spragnionych życiowej stabilizacji i bezpieczeństwa. Niewskazany

Kolory

Będzie o kolorach. Co temat ten może mieć wspólnego ze zdrowiem?

Ano może, bowiem kolory oddziałują na samopoczucie człowieka, a dobre lub złe samopoczucie, w dłuższej perspektywie mają wpływ na

zdrowie człowieka.

Jeśli czujemy się zestresowani, ukojenie przyniesie przebywanie w zielonym otoczeniu. W takich sytuacjach chętnie przebywamy w naturalnym otoczeniu zieleni, w lesie czy na łące. Nie-

wielu z nas maluje ściany sypialni używając mocnych, agresywnych kolorów, bowiem instynktownie czujemy, że zasypianiu sprzyjają stonowane, pastelowe barwy.

Jakie zatem znaczenie mają otaczające nas barwy na nasze samopoczucie?

Biel – kolor czystości. Przynosi spokój i dobre samopoczucie. Łagodzi emocje i stres. Dobry dla osób energicznych, niewskazany dla tych, którym towarzyszy uczucie osamotnienia.

Żółty – kolor ciepła, chętnie kojarzony ze słońcem, wakacjami. Poprawia samopoczucie, wywołuje radość i chęć do życia. Rozładowuje napięcia i konflikty. Ale nie zawsze i w każdym przypadku. Nie należy przesadzać z ilością koloru żółtego w swoim

Radomska Szkoła Wyższa

zaprasza na studia:
INŻYNIERSKIE • LICENCJACKIE • MAGISTERSKIE

STUDIA PODDYPLOMOWE • KURSY Z FUNDUSZY EUROPEJSKICH

na kierunkach:
• Pielęgniarstwo
• Fizjoterapia
• Ekonomia
• Pedagogika
• Gospodarka przestrzenna
• Bezpieczeństwo narodowe
• Geodezja i kartografia

Punkt rekrutacyjny:
26-600 Radom, ul. 1905-go Roku 26/28
w godz. od 7⁰⁰ do 15⁰⁰, tel. (48) 383-66-05
WWW.RSW.EDU.PL

ZBIGNIEW KUPIS

- specjalista chirurgii ogólnej
chirurgii naczyniowej i angiologii

**Leczenie przewlekłej niewydolności żyłnej
i miażdżycy kończyn dolnych:**

- Laserowe (EVL, RF) i klasyczne operacje żyłaków
- Skleroterapia żyłaków z użyciem piany
- Kompresjoterapia
- Leczenie owrzodzeń żylnych i trudnych gojących się ran
- Leczenie wewnątrznaczyniowe
- Leczenie zespołu stopy cukrzycowej
- USG Doppler żył i tętnic kończyn dolnych

F/0071

Centrum Medyczne "MedJana"
Radom, ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)

48 363 33 73
603 612 943

dla osób zamkniętych w sobie, skrywających emocje, o niskim poczuciu wartości.

Czarny – to magia i tajemnica, ale także w naszym kręgu kulturowym, kolor żałoby. Działa wspierająco, inspirująco, ale także ochronnie. Przeciwdziała niepożądanym zmianom. Wskazany dla osób niezależnych, opanowanych. Niewskażany dla osób niepewnych siebie.

Szary/srebrny – uznawany jest za praktyczny i ponadczasowy kolor, symbolizuje solidność, idealnie komponuje się z każdym żywym kolorem

Złoty – nieomylnie kojarzy się z bogactwem i pomyślnością.

Każdy ze stanów ducha, podsycany otaczającymi nas barwami ma wpływ na

SKLEP Z OBUWIEM ORTOPEDYCZNYM



ZADBAJ
O PRAWDLIWY
ROZWÓJ SWOJEGO DZIECKA

Indywidualne wkładki ortopedyczne
Komputerowe badanie stóp
i wad postawy



ESMED - Centrum rehabilitacji

ul. Południowa 39, 26-600 Radom
pn-pt 9-18, sb 9-16

tel. 793 614 216

Buciki
pl

www.rehabilitacja-esmed.pl

Y/0561

NZOZ „EUROMED”

Radom, ul. Główna 12

zaprasza codziennie:

pon, śr, czw, pt 8-15, wt 12-18

rejestracja: tel. **48 3699517**

w ramach NFZ

**DIAGNOSTYKA NIETRZYMANIA MOCZU
BADANIA URODYNAMICZNE**

**PRYWATNY GABINET CHIRURGII
OGÓLNEJ, USG PIERSI
BIOPSJE**

**Dr nauk medycznych
Grzegorz Szczęśniak**

*specj. chirurgii ogólnej
specj. chirurgii onkologicznej*

porady, konsultacje,
drobne zabiegi chirurgiczne
jednego dnia, choroby piersi

rejestracja: tel. 502164392

F/0331

nasze zdrowie. Gdy przewlekłe otaczamy się barwami pogłębiającymi smutek i melancholię, zwykłe obniżenie nastroju może przerodzić się w depresję, prowokując też powstanie innych schorzeń psychosomatycznych. Jeśli dbając o higienę psychiczną skorzystamy z dobroczynnego działania barw, nasze zdrowie będzie podbudowane dodatkowymi, pozytywnymi bodźcami.

A jeśli zdarzy się, że zdrowie szwankuje, czujemy się wyczerpani, lub przeciwnie, nadaktywni, warto w ramach terapii pomocniczej skorzystać z chromoterapii, czyli leczenia kolorami.

Cyt. Sekcja Organiz i Rozl.z N.F.Z



POLMEDIC

CHIRURGIA PLASTYCZNA

Wykonujemy zabiegi:

- plastyka blizn i zniekształceń bliznowatych
- korekcja nosa, uszu
- korekcja piersi
- korekcja fałdów tłuszczowych
- lifting twarzy
- usuwanie tatuaży
- usuwanie znamion barwnikowych

Zabiegi wykonuje:

dr n.med. EDWARD LEWANDOWICZ
adiunkt Kliniki Chirurgii Plastycznej UM w Łodzi

F/0477

Radom, ul.Domagalskiego 7
(dawna przychodnia "Radoskóru")

tel. **48 365 50 39, / 340 19 90**

GABINET ORTOPEDYCZNO- REHABILITACYJNY

Radom, ul. Krakowska 5/7 lok.6
tel. 48 362-56-98, tel.dom. 48 369 91 59
tel. kom. 502 568 444

lek.med.

JANUSZ FRYNAS

specjalista ortopeda traumatolog

USG NARZĄDÓW RUCHU

PONIEDZIAŁKI, ŚRODY, PIĄTKI 16.00 - 18.00

**FIZYKOTERAPIA
MASAŻ KLASYCZNY
ĆWICZENIA BIERNE**

OD PONIEDZIAŁKU DO PIĄTKU 14.00 - 17.00

F/0092

dr n. med.

**ANDRZEJ
OSTRACH**

**SPECJALISTA CHIRURGII
NACZYNIOWEJ I OGÓLNEJ**

Przyjmuje

**26-600 RADOM
uL. ŻEROMSKIEGO 51**

*czwartki
w godz. 16-18*

602-477-709

F/0454

PROKTOLOGIA CHIRURGIA

ZBIGNIEW KOTUR
spec. chirurg

- choroby odbytu i odczynu
- nowoczesne bezbolesne leczenie żyłaków odbytu metodą HEMORON
- wzrastające paznokcie
- usuwanie zmian skórnych, kaszaków, znamion
- diagnostyka i leczenie zmian w piersi (gruczolaki, torbiele itp.)
- leczenie stulejki
- Porady lekarskie, konsultacje, wizyty domowe

ul. Paderewskiego 21 lok. 4, Radom
tel. 48 364 55 52,
kom 603 091 129

www.kotur.pl, gabinet@kotur.pl

F/0456

dr n. med. Andrzej Wypyski
specjalista chirurgii dziecięcej

CHIRURGIA DZIECI I MŁODZIEŻY

**Leczenie ran trudnogojących
u dzieci i dorosłych.**

**OPARZENIA
OWRZODZENIA
ODLEŻYNY**

przyjmuje w Radomiu:

ul. Mieszka I 1
czwartek 17-18

ul. Struga 57a

poniedziałek, wtorek, piątek: 16-17

tel: **601-969-786; 48 345-00-51**

F/0342

REHABILITACJA
www.zdrowko.com

CHIRURGIA
www.zdrowko.com

REHABILITACJA
www.zdrowko.com

CHIRURGIA
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com



RADOM UL. PAMIĘCIKATYNIA 12A/1

TEL. 530 704 300

48 369 99 00

www.aurumdent.pl

GABINET DENTYSTYCZNY

LEK. STOM. MAREK ZATORSKI

KOMPLEKSOWE LECZENIE - NOWOCZESNA PROTETYKA

J/0515

GABINET
STOMATOLOGICZNYlek. stom. **Ewa Krupa-Pekala**
przyjmuje pacjentów:**Radom, ul. Zielona 23**
(w bloku przejście między 3-4 klatką)rejestracja telefoniczna
tel. **48 33 12 012**
606 712 214

J/024

NZOZ DENT-ARTIS

lek. stom. **Bożena Domańska**lek. stom. **Anna Domanska**Radom ul. Waryńskiego 9a lok 7 I piętro
tel.: 48 334 14 25, 604 481 599Czynne codziennie
sobota po wcześniejszym uzgodnieniu

LECZENIE:

Zachowawcze

dzieci i dorosłych,

protetyczne,

chirurgia stomatologiczna,

profilaktyka,

rtg zębów

stabilizacja protez

na miniimplantach

LECZENIE BEZ BOROWANIA
metodą abrazji wodno-powietrznej

J/0498



JAWORSKY EDYTA I RADOSŁAW

stomatologia

Radom, ul. Piłsudskiego 4/2

tel/faks 48 362 19 40

Radom, ul. M. C. Skłodowskiej 7a/13a

tel. 48 362 70 09

www.unident.radom.pl

J/0551



PRYWATNA PRZYCHODNIA STOMATOLOGICZNA

ALDENT - T. A. KĘPA

Radom, ul. Armii Krajowej 1a

tel. 48 366 76 17

czynna codziennie 16.00 - 22.00, soboty 9.00 - 13.00

RTG zębów pantomograficzne i punktowe

czynne codziennie 13.00 - 20.00, soboty 10.00 - 13.00

Leczenie zachowawcze, chirurgiczne, implantologiczne,
protetyczne, zabiegi w narkozie

J/0043

CENTRUM STOMATOLOGICZNE
JANKOWSCYCentrum Stomatologiczne Jankowscy oferuje pełne spektrum usług z zakresu
stomatologii estetycznej, ortodoncji, endodoncji, implantologii oraz implanto-protetyki.

Stomatologia zachowawcza

Stomatologia dziecięca

Stomatologia estetyczna

Implanty

Chirurgia

Protetyka

Ortodoncja

Leczenie paradontozy

Wybielanie zębów



Klinika Przyjazna Dzieciom

Znieczulanie gazem rozweselającym

Innowacje:

Tomografia komputerowa

Leczenie pod mikroskopem

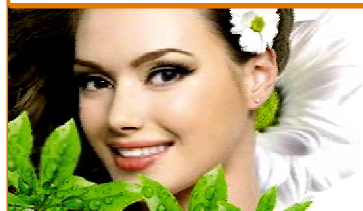
Leczenie laserem

Leczenie bez borowania

-laser-abrazja powietrzna

Leczenie ozonem

Znieczulanie komputerowe



Centrum Stomatologiczne Jankowscy

ul. Okulickiego 30

26-600 Radom

Tel. 48 33 11 663

Kom. 533 018 055

Godziny otwarcia:

pon. - piątek: 10:00-20:00

www.stomatologia-jankowscy.pl

J/0554

lek. stom. Justyna Głowacz
Katarzyna Wróbel- Kaczorowska

- profilaktyka
- stomatologia zachowawcza
- stomatologia dziecięca
- chirurgia i protetyka stomatologiczna
- stomatologia estetyczna
- wybielanie zębów
- usuwanie osadu przez piaskowanie

“AIR FLOW”

- RTG

(aparaty stałe i zdejmowane)

 **48 36 21 899**

J/0369

Radom, ul. Spółdzielcza 12
zapisy - tel. 48 385 00 17

lek. stom. Alicja Sulima-Dolina

PROTETYKA - korony, mosty protezy
PROFILAKTYKA - leczenie dzieci i dorosłych

Możliwość leczenia w ramach NFZ

Bezpłatne profilaktyczne lakierowanie zębów stałych u dzieci i młodzieży

Czynne: pn-pt w godz. 9-18, **DYŻUR**
sobota 14-18

RTG zębowy

tel. 48 36 249 22

Zapraszamy
od poniedziałku do piątku:
w godz. od 9 - 19

PROFILAKTYKA, LECZENIE,
NAPRAWA EKSPRESOWA PROTEZ,
CHIRURGIA, IMPLANTY, ORTODONCJA,
APARATY STAŁE I ZDEJMOWANE,
WYBIELANIE ZĘBÓW,
USUWANIE OSADU I KAMIENIA NAZĘBNEGO



Choroby jamy ustnej

zaoszczędzić pacjentom wielu cierpień oraz wydatków na kosztowne leczenie. Profilaktyka, szczególnie indywidualna, aby była skuteczna musi być realizowana zarówno przez lekarza jak



Zbirowa odbywa się bez naszego udziału. Polega na stosowaniu związków fluoru zarówno w wodzie jak i w produktach żywnościowych. Indywidualna z kolei polega na czynnym uczestnictwie pacjenta

ORTO-CENTRUM

Ewa Ożga

lek. stom. SPECJALISTA ORTODONTA

ul. Szpitalna 5 lok. 8
26- 600 Radom

tel. 48 362 10 93
tel. kom. 608 351 574

Godziny przyjęć:
pon. 10 - 15
wt. 14 - 18
śr. 9.30 - 14.30
czw. 14 - 18



multiDENT

www.multident.radom.pl

- CHIRURGIA
- PROTETYKA
- WYBIELANIE ZĘBÓW
- ENDODONCJA
- STOMATOLOGIA
MIKROSKOPOWA

Radom, ul. Traugutta 30

czynne: 9-18

tel. kom. 601 864 861
tel. 48 34 0000 4

Gabinet Stomatologiczny

Elżbieta Kaczkowska

Radom, ul.Dobra 19, tel. 48 3312544

czynny wtorek-czwartek od 15.00

w określonych zabiegach profilaktycznych. Będzie to: odpowiednia dieta, higiena jamy ustnej, stosowanie preparatów fluoru, wizyty kontrolne w gabinecie stomatologicznym, powlekanie powierzchni zębowych warstwami izolacyjnymi (laki szczelinowe).

Dokończenie na str. 18

PRYWATNY GABINET STOMATOLOGICZNY

- **ortodoncja** - leczenie wad zgryzu u dzieci, aparaty zdejmowane i stałe
- **protetyka** - korony, mosty, protezy
- **stomatologia zachowawcza** - wypełnianie
światłoutwardzalne

lek.stom. **Magdalena Wiosna**
specj. ortodonta

godz.przyjęć: wt., czw., pt. 16-18³⁰

lek.stom. **Maria Kucharczyk-Boroś**
specj. ortodonta
godz.przyjeć: pon. 15-18, wt. 8-12, śr. 15-19

Radom, ul.Żeromskiego 85 m 20
(wejście od ul.Młynarskiej,
klatka schodowa na lewo, I piętro)

140395

Choroby jamy ustnej

Dokończenie ze str. 17

Chciałabym zwrócić szczególną uwagę na higienę jamy ustnej. Należy pamiętać o częstym i prawidłowym szczotkowaniu zębów aby usunąć odkładające się miękkie i twarde złogi nazębne. Polecam też płukanie jamy ustnej preparatami hamującymi rozwój płytki nazębnej jako uzupełnienie codziennego szczotkowania zębów. Przypominam też o stosowaniu nitów dentystycznych celem oczyszczenia przestrzeni międzyzębowych.

Indywidualne stosowanie preparatów fluoru dobrze jest skonsultować ze stomatologiem prowadzącym, który poleci preparat najbardziej dla nas korzystny. Najbliższa mi jest profilaktyka ortodontyczna.

Ortodoncja jest nauką zajmującą się wadami narządu żucia. Jej zadaniem jest przywracanie prawidłowych warunków zgryzowych, funkcjonalnych i estetycznych. Wady zgryzu możemy podzielić na wrodzone- powstające w okresie życia płodowego, mogą być wywołane przez czynniki genetyczne, choroby matki w czasie ciąży i działanie trucizn (alkohol, tytoń etc.) oraz nabyte- wywołane przez dysfunkcje (nieprawidłowe układanie dziecka do snu,

oddychanie przez usta, nieprawidłowe żucie), para funkcje (ssanie smoczka, palca, obgryzanie paznokci), chorobę próchnicową (zbyt wczesna utrata zębów mlecznych i stałych) i urazy w obrębie szczęk. Profilaktyka wad zgryzu ma za zadanie jak najwcześniejsze usuwanie czynników hamujących wzrost i rozwój narządu żucia oraz wywołujących zaburzenia i zniekształcenia jego czynności.



Schemat wg Keyes'a

Profilaktykę dzielimy na okresy:

- **niemowlęcy** (do 12. miesiąca życia) - prawidłowe karmienie, właściwe ułożenie dziecka w czasie snu i prawidłowe ułożenie dziecka w czasie karmienia

- **poniemowlęcy** (od 12. miesiąca życia do 3 lat) - szczególne zwrócenie uwagi na urozmaicenie diety (twarde pokarmy), eliminacja nawyków (ssanie palca, warg, policzków) i eliminacja oddychania przez usta

- **wczesnego dzieciństwa** (od 3 do 6 lat) - charakteryzuje się intensywnym rozwojem i jest szczególnie podatny na działanie czynników szkodliwych. W tym okresie zwracamy

"AGAMED" CENTRUM MEDYCZNE

(przeniesione z ul. Kelles-Krauzs 32)
NOWA SIEDZIBA: ul. Miła 4/8
tel. 48 360-25-53

STOMATOLOGIA

lek. stom. **Czubak Przemysław**
lek. stom. **Domańska Bożena**
lek. stom. **Chrzanowska Joanna**
lek. stom. **Tomasiaś Irma**
lek. stom. **Kotlimowski Piotr**

protetyka, wybielanie zębów

GINEKOLOGIA

specj. ginekolog - położnik **Świechowski Witold**
USG USG USG USG USG USG USG

INTERNA

MEDYCYNĄ PRACY

badania wstępne i okresowe

Pytel Anna

lek. chorób wewnętrznych, specj. medycyny pracy

PRYWATNE POGOTOWIE STOMATOLOGICZNE

w soboty i niedziele w godz. 8⁰⁰-22⁰⁰

szczególną uwagę na nieprawidłowe oddychanie, nawyki ssania, a także na próchnicę zębów mlecznych

- **szkolny** (powyżej 6 lat) - zapobieganie w tym okresie jest takie samo jak w okresach wcześniejszych.

Warto jest zapobiegać i leczyć wady zgryzu- nieprawidłowe ustawienie zębów w łukach zębowych utrudnia prawidłową higienę płytki bakteryjnej, a to powoduje stany zapalne i szybszy rozwój próchnicy.

Dbajmy o uzębienie naszych dzieci poprzez stosowanie się do powyższych zaleceń.

Ewa Ożga

lek. stom. **SPECJALISTA ORTODONTA**

GABINET REHABILITACJI I MASAŻU LECZNICZEGO

mgr Mirosław Markowski
FIZJOTERAPEUTA

Świadczy usługi w zakresie:

Współczesne metody diagnozy i leczenia tkanek miękkich

- bóle pochodzenia odczołupowego
- bóle i dysfunkcje stawów obwodowych
- bóle pochodzenia mięśniowego
- bóle głowy

Masaż leczniczy
Masaż relaksacyjny
Masaż odchudzający

MOŻLIWOŚĆ WYKONYWANIA ZABIEGÓW W DOMU U PACJENTA

Centrum Medyczne
MEDiana
Radom, ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)

Tel: 501-279-733



BEZPŁATNE KONSULTACJE FIZJOTERAPEUTYCZNE

RADOM
UL. SIENKIEWICZA 34/ 2

(+48) 794 773 956
www.rehabilitacja-radom.pl

KINEZYTERAPIA

REHABILITACJA NEUROLOGICZNA
METODA PNF
MEDYCYNĄ ORTOPEDYCZNĄ wg
CYRIAX'A
GIMNASTYKA KOREKCYJNA

FIZYKOTERAPIA
MASAŻ
KINESIOTAPING

ZABIEGI ESTETYCZNE

LIPOLIZA-spalenie tkanki tłuszczowej
LASER-redukcja cellulitu i rozstępów

ULTRADŹWIĘKI
PLATFORMA WIBRACYJNA
MASAŻ MODELUJĄCY Tai- Chi
AEROBIK

REHABILITACJA DOMOWA

Naturalna pielęgnacja skóry

W dzisiejszym świecie pełnym zanieczyszczeń powietrza i żywności, atakowani niezliczoną ilością reklam cudownych kosmetyków, mających w swym składzie mnóstwo syntetycznych składników, które stosowane latami, okazują się być niekorzystne dla naszego organizmu, coraz częściej pragniemy korzystać z dóbr natury, sięgając min. po naturalne sposoby pielęgnacji skóry.

Doskonałymi produktami naturalnymi pozyskiwanymi przez człowieka są oleje i masła roślinne, szczególnie wartościowe w postaci nierafinowanej.

Dziś słów kilka o Oleju z Czarnuszki i Maśle Karate.

Czarnuszka jest jednoroczną rośliną kwitnącą, pochodzącą z południowo-zachodniej Azji, której nasiona, z uwagi na zawartość w znaczących ilościach wielu cennych aktywnych substancji. Są one wykorzystywane min. w kosmetyce i jako przyprawa.

Ziele czarnuszki siewnej i olej pozyskiwany z jej nasion były od bardzo dawna stosowane przez mieszkańców Azji, Środkowego Wschodu i Afryki jako ziele lecznicze, w przypadku schorzeń układu oddechowego, jelit, układu krążenia, odpornościowego

Walory kosmetyczne oleju z czarnuszki wynikają głównie z wysokiej zawartości kwasu linolowego (ponad 50%) który należy do grupy olejów omega-9, kwasu oleinowego, olejku eterycznego i aminokwasów.

Składniki te zapobiegają szybkiemu starzeniu się skóry, czynią ją bar-

dziej odporną na niekorzystne czynniki zewnętrzne.

Kwas linolowy, obecny w oleju w bardzo dużej ilości, jest jednym ze składników naturalnego tłuszczu ochronnego wydzielanego przez ludzką skórę. Jego niedobór (występujący u osób z trądzikiem) prowadzi do nieprawidłowej keratynizacji przewodów wyprowadzających gruczołów łojowych oraz nadmiernego rogowacenia ujęść mieszków. Olej z czarnuszki zastosowany w preparatach kosmetycznych dla skóry łojotokowej i trądzikowej, poprawia gospodarkę lipidami dzięki czemu łój staje się rzadszy i nie zatyka ujęść gruczołów łojowych, co min. zapobiega powstawaniu zmian trądzikowych. Olejek eteryczny zawierający wykazuje właściwości przeciwzapalne i antyoksydacyjne. Stosowany do masażu, pomaga w zwalczaniu bólu i sztywności mięśni.

Olej z czarnuszki jest także bogatym źródłem aminokwasów, które pełnią kluczową rolę w zachowaniu dobrej kondycji skóry i włosów.

Olej regeneruje skórę dojrzałą, podrażnioną i uszkodzoną, np. przez poparzenia słoneczne oraz działa przeciwzapalnie i antybakteryjnie. Jest z powodzeniem stosowany w preparatach do włosów, w celu przyspieszenia ich wzrostu oraz przeznaczonych do leczenia łuszczycy, egzem i nadmiernie przesuszonej skóry.

Maśło Karite inaczej maśło shea pozyskiwane jest w wyniku tłoczenia na zimno owoców drzewa rosnącego w Afryce. Maśło to posiada doskonałe właściwości pielęgnujące skórę. W jego skład wchodzi

kwas stearynowy i oleinowy. Jest także naturalnym źródłem antyutleniaczy i witaminy E. Kwas cynamonowy składnik o nazwie cykloartenol powodują, że maśło karite zaliczane jest do naturalnych filtrów przez promieniowanie UV jak również opóźniających procesy starzenia skóry. Ma także działanie przeciwozmędlające, przeciwzapalne, antybakteryjne, łagodzące, wygładzające, rewitalizujące. Nie jest alergenem, może być stosowane bezpośrednio na wszystkie obszary skóry (topi się w temperaturze ciała).

Pielęgnuje skórę nie pozostawiając uczucia tłustości.

Maśło należy przechowywać w lodówce, w szczelnie zamkniętym opakowaniu. Można stosować samodzielnie na skórę lub dodawać do balsamów i kremów, maseczek.

Kupując maśło warto wybrać nierafinowane (surowe) bowiem proces oczyszczania pozabawia ten produkt wielu cennych właściwości, pozostawiając głównie właściwości nawilżające.

Cyt. Sekcja Organiz i Rozl. z N.F.Z

USG

dr n.med. **Jarosław Więckowski**
specjalista radiodiagnostyki

BADANIA: jamy brzusznej, tarczycy, piersi, prostaty, przeziemięzkowe, stawów biodrowych, kolanowych, kolor doppler i inne

BIOPSJE: gruczołów piersiowych, tarczycy, prostaty

Radom, ul. Żeromskiego 64
tel. 48 364-22-66
695434813

Nowy Aparat VOLUSON 730



**Kompleksowe badanie
rezonansem magnetycznym
na aparacie**

SIMENS MAGNETOM ESSENZA 1,5 Tesli

Henryk Gruszka
Akademiczne Centrum Medyczne
ul. Andrzeja Struga 60, 26-600 Radom

**tel. 48 362 14 76,
kom. 506 349 338**

www.pracowniartg.eu



Siedziba firmy:
al. Jana Pawła II 33, 27-400 Ostrowiec Św.
tel. 41 266 58 32 (w godz. 8-18)

RADOM
diaGnosis

ul. Tochtermana 1

(budynek Radomskiego Szpitala Specjalistycznego)
26-610 Radom

**REZONANS
MAGNETYCZNY**

- Nowoczesny aparat GE 1,5T
- pełny zakres badań
- Badania bezpłatne **NFZ**
- Badania prywatne
- krótkie terminy (także bez skierowania)

Rejestracja telefoniczna:

48-361-5394

poniedziałek – piątek: od 8 do 18

RÓŻNE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

BADANIA
www.zdrowko.com

BADANIA
www.zdrowko.com

BADANIA
www.zdrowko.com

Nowości w Akademickim Centrum Medycznym w Radomiu

Akademickie Centrum Medyczne przy ulicy Struga 60 w Radomiu wprowadza kolejne nowości na radomski rynek usług medycznych. Trwają już zapisy: na zabiegi usunięcia zaćmy z możliwością wszczepienia soczewki bioanalogicznej. Zabiegi wykonywane są przez lekarzy profesorów z wiodących ośrodków klinicznych w Polsce.

Z nowości okulistycznych oferowana też jest pełna laseroterapia leczenia jaskry, zaćmy wtórnej, zmian cukrzycowych oraz profilaktyka odwarstwień siatkówki.

Nowością jest też laserowe rozbijanie kamieni w układzie moczowym przy użyciu najnowszej francuskiej aparatury IV generacji.

Ponad to ACM oferuje terapie falą uderzeniową (falą wstrząsową) w leczeniu ostrogi piętowej, stawu rzekomego i innych stanów bólowych oraz zaburzeń wzrostu w ortopedii. Pierwsze tego typu urządzenie w regionie radomskim.

Do nowości należą także zabiegi w chirurgii naczyniowej. Innowacyjne zabiegi bezoperacyjnego leczenia skolioz, kifozy oraz lordozy oparte na metodzie F.E.D. ponad to ACM oferuje badania USG, badania wad postawy oraz badania wad stóp z możliwością wykonania indywidualnych wkładek do obuwi.

Zapisy:

Akademickie Centrum Medyczne
Radom ulica Struga 60 (naprzeciwko stadionu Radomiaka)

telefony kontaktowe:

48 330 84 11 oraz 502 392 113

w godz. od 8 do 19

www.acm.radom.pl

(T.P.)



Foto: Walery

Akademickie Centrum Medyczne

Świadczy usługi w zakresie:

- **bezinwazyjnego leczenia skolioz**, kifozy i lordozy Metodą **F.E.D** jedyny aparat w regionie
- usuwanie ostróg piętowych, leczenie stawów rzekomych, dolegliwości ścięgna Achillesa, leczenie zaburzeń wzrostu kostnego, punktów bólowych **falą uderzeniową** jedyny tego typu aparat w regionie
- **leczenie tarczycy, zakrzepicy, choroby żylakowej, naczynek, choroba Graves - Besedowa** (zmniejszenie wytrzeszczu oczu nawet do 70 %)
- **USG** - wszystkie rodzaje badań
- **Laboratorium diagnostyki wad postawy** - stóp, kręgosłupa oraz równowagi i koordynacji dla dzieci, dorosłych oraz sportowców
- **wykonania i sprzedaż indywidualnie dopasowanych wkładek ortopedycznych najnowocześniejszą metodą**
- **kompleksowa kinezyterapia** - leczenie ruchem: UGUL, rotory kończyn górnych i dolnych, biegnia oraz w pełni wyposażona sala do gimnastyki korekcyjnej
- **kompleksowa fizykoterapia**
 - ciepłolecznictwo - okłady fango
 - zimnolecznictwo - krioterapia punktowa oraz „thermopress” zestaw okładów miejscowo chłodzących do 0°



NOWOŚCI w ACM

- Zabiegi w chirurgii naczyniowej
- Konsultacje medyczne wykonywane przez profesorów - lekarzy z wiodących ośrodków klinicznych: z Poznania, Lublina, Warszawy
- Zabiegi usunięcia zaćmy z wszczepem soczewki bioanalogicznej - **NOWOŚĆ W POLSKIEJ OKULISTYCE!**
- Pełna laseroterapia: leczenie jaskry, zaćmy wtórnej, zmian cukrzycowych oraz profilaktyka odwarstwień siatkówki
- Laserowe rozbijanie kamieni w układzie moczowym przy użyciu najnowszej francuskiej aparatury IV-tej generacji

Radom ul. Struga 60 tel. 48 330 84 11,
www.acm.radom.pl kom. 502 392 113

NZOZ DIAMED

w trosce o Twoje zdrowie...

Mammografia

zrób to dla siebie

BEZPŁATNE BADANIA MAMMOGRAFICZNE dla kobiet od 50 - 69 roku życia

informacja i rejestracja: pon-pt 9.00 - 17.00
tel. 48 386 90 33, kom. 530 121 929
Radom, ul. Sucha 2/13

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia

B/0560

Naturalna ochrona przed promieniowaniem UV

Dziś kilka słów o naturalnych filtrach chroniących przed promieniowaniem UV jako doskonałą alternatywę dla osób które preferują pielęgnację skóry, czerpiąc wprost z natury.

Bezpieczne filtry naturalne to:

- tlenek cynku (Zinc Oxide),
- dwutlenek tytanu (Titanium Dioxide)

Są to filtry pochodzenia mineralnego, od dawna stosowane w kosmetykach przeznaczonych do ochrony skóry przez szerokim spektrum promieniowania UV. Wykazują one również dobroczynne działanie przeciwbakteryjne i łagodzące. Zastosowanie tlenku cynku pozwala min. na zmniejszenie ilości konserwantu dodawanego do receptury kremu przeciwświecącego.

Oprócz ochrony przed promieniowaniem UV filtry te są również bardzo łagodne dla skóry, bowiem budują na niej fizyczną barierę zabezpieczającą przed promieniowaniem, odbijając promienie słoneczne w sposób naturalny, bez przeobrażania się w toksyczny komponent.

Wśród najważniejszych zalet naturalnych filtrów możemy wymienić:

- są całkowicie nietoksyczne i bezpieczne dla całej rodziny, w tym niemowląt i dzieci
- Nie kumulują się w organizmie, a zatem nie mają szkodliwego wpływu na jego funkcjonowanie,
- Są wolne od PEG-ów (glikoli polietylenowych), więc nie powodują uczuleń wywołanych ekspozycją słoneczną
- Są efektywne natychmiast po zastosowaniu,
- Posiadają szerokie spektrum ochrony przed UVA i UVB.

W dzisiejszych czasach oferta kosmetyków mających w składzie naturalne filtry mineralne jest bardzo bogata. Wystarczy wpisać do wyszukiwarki odpowiednie

hasło, a ukaże się przez nami wiele możliwości zakupu. Niektóre firmy korzystając z magicznego słowa „naturalne” windują ceny kosmetyków co jest zupełnie nieuzasadnione, nie zawsze też skład kosmetyku potwierdza ową „naturalność”. Czytajmy zatem składy, szukajmy tych tańszych rozwiązań, popartych dużą liczbą pozytywnych komentarzy użytkowników.

Sekcja Organiz i Rozl.z N.F.Z

GABINET LEKARSKI
USG, 3D/4D, trójwymiarowe badania płodu
nagrania DVD i zdjęcia

lek.med. Anna Kucharska

specj. ginekolog-położnik, endokrynolog

PRZYJMUJE :

codziennie 9-12

pon. 16-17, śr., pt. 17-19

tel. **603795797**

lek.med. Paweł Kucharski

specj. ginekolog-położnik

PRZYJMUJE :

pon.-czw. 17.00-19.00

codziennie 11.30-14.00

tel. **603688711**

Radom, ul. Sienkiewicza 32,

tel. 48 3626058,

www.usgradom.pl

G/0343

G/0526

Ginekolog - położnik

Małgorzata Hejnar - Szczerbińska

Radom, ul Szewska 5

tel.: 602 288 359, 48 363 15 52

USG

CENTRUM MEDYCyny KOBIEt

Radom ul. Niedziałkowskiego 26/83 ☎ 48 362 82 00

lek. med. **Zygmunt Jacek Nita**

Specjalista Ginekolog - Położnik

gabinet czynny: wtorek, 17 - 19

tel. kom. 601 950 410

G/0102

Radom, ul. Słowackiego 140a, tel/fax: 48 365 05 56, kom. 502 451 002

Czynne: pon-pt:10-17, sob: 10-13

Oprawa certyfikatów, dyplomów obrazów i luster, szkło

Lustra: w ramach i łazienkowe
Oprawa grafik, plakatów i zdjęć
Lustra fazowane
Półki szklane i akcesoria

Passe-partout
lusterka samochodowe
szyby zespolone do okien PCV
Zamówienia indywidualne

Y/0504

"DORadca"

Kancelaria Doradztwa Podatkowego
Dorota Nowak

nr wpisu 10411

Radom, ul. 1905 Roku 1/9 lok.21B

Prowadzenie:

- ksiąg rachunkowych,
- podatkowej księgi przychodów i rozchodów,
- ewidencji VAT

Porady podatkowe, konsultacje,
sporządzanie opinii,
optymalizacja podatkowa,
w tym również dla aptek,
firm farmaceutycznych,
praktyk lekarskich i stomatologicznych.

tel.kom. 793027097, tel. 48 3602761

AD/0548

Katarzyna Sulecka-Skuza

LEKARZ CHOROÓB DZIECIĘCYCH

**WIZYTY
DOMOWE**

48 34-59-607

603605986

S/0028

GABINET PEDIATRYCZNY
wizyty domowe

MARTA NAZIMEK

specjalista chorób dzieci, diabetolog

tel. 696 50 15 15

T/0539

SPECJALISTYCZNY GABINET PEDIATRYCZNY

BADANIA **USG**

lek. med. **Piotr Słyk**

specjalista chorób dziecięcych, radiolog

Radom, ul.Sienkiewicza 32

tel. 48 36-26-058

również
WIZYTY DOMOWE

wtorek 14⁰⁰ - 15⁰⁰ środa 15³⁰ - 17⁰⁰

Tel.dom. 48 385-11-42 tel.kom.603208589

T/0074

GINEKOLOGIA
www.zdrowko.com

GINEKOLOGIA
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

PEDIATRIA
www.zdrowko.com

www.nzoz-srodmiescie.pl



Z10262

Niepubliczny Zakład
Opieki Zdrowotnej**"ŚRÓDMIEŚCIE 1"** sp. z o.o.

Radom, ul. Staszica 6/8

tel. 48 363 46 14, tel/fax: 48 36 267 28

czynne w dni powszednie od 8-18
zapisy telefonicznie lub osobiście

ŚWIADCZYMY USŁUGI MEDYCZNE

BEZPŁATNIEW OPARCIU O UMOWĘ Z NFZ
Podstawowa Opieka Zdrowotna

Przyjmują lekarze:

Bożena Batory	lek. chorób dziecięcych, neurolog dziecięcy
Agnieszka Godek	spec. med. rodzinnej
Wiesława Korycka	lek. ch. wewn., specj. med. rodz.
Agnieszka Lengowska	specj. ch. wewn., specj. med. rodz.
Piotr Liss	lek. ch. wewn., specj. med. rodz.
Marzena Maksym	specj. ch. dziecięcych, alergolog
Iwona Orczykowska	lek. ch. wewn., specj. med. rodz.
Barbara Skowrońska-Juszkiewicz	specj. chorób dziecięcych
Jolanta Ostrowska	lek. med. pracy, dermatolog

**PORADNIE SPECJALISTYCZNE
UMOWA Z NFZ****ALERGOLOGICZNA**

Marzena Maksym - alergolog

NEUROLOGII DZIECIĘCEJ

Bożena Batory - neurolog dziecięcy

GINEKOLOGICZNO POŁOŻNICZA

Wojciech Godek - gin. poł.

OFERUJEMY BADANIA WSTĘPNE
i OKRESOWE DO PRACY**GABINETY PRYWATNE**

Bożena Batory lek. chorób dziecięcych, neurolog dziecięcy

tel: 503 767 519

Marzena Maksym specj. ch. dziecięcych, alergolog

tel: 603 795 991

Agnieszka Lengowska specj. ch. wewn., specj. med. rodz.

tel: 505 259 324

wizyty w miejscu lub domowe
po uzgodnieniu telefonicznym**ADAM KRAJEWSKI**specjalista dermatolog
specjalista alergolog

przyjmuje

pon. - pt. 15-17

Radom, ul. Żeromskiego 105a

D/0047

tel. 48 362-12-25

ESTIVANCE

Dr n. med. Maciej Krajewski

specjalista dermatolog

(zaufanie ok. 30 tysięcy pacjentów
w Radomiu i w Warszawie od 2000r.)

www.estivance.pl

dermatologia estetyczna i dermatochirurgia

najskuteczniejsze systemy laserowe

*(BEAUTY EXPERT magazynu URODA)

• **BOTOX**

• wypełnianie zmarszczek

• **THERMAGE**

• nieinwazyjny lifting

• plastyka powiek

• odchudzanie

*(BEAUTY EXPERT magazynu URODA)

KLINIKA NR 1. W LECZENIU BLIZN*

Radom (Ustronie), ul. Gagarina 1, tel. 48 360 44 56

Warszawa (Mokotów), ul. Bukowińska 22a, tel. 22 898 34 51

D/0432

SKLEP MEDYCZNY

Radom, ul. Giserska 4 tel. 48 36-511-88



REFUNDACJA

- umowa z

NFZ* **CYFROWE APARATY SŁUCHOWE
I WSZELKIE AKCESORIA** *

* Sprzęt ortopedyczny i rehabilitacyjny

* Pieluchomajtki * Sprzęt stomijny *

* Wózki inwalidzkie * Laski, kule, balkoniki *

* Peruki * Protezy piersi * Obuwie i wkładki ortopedyczne *

* Materace i poduszki przeciwoleżynowe *

Glukometry * Ciśnieniomierze * Inhalatory * Ssaki *

**APARATY DO MIERZENIA CIŚNIENIA
GŁOŚNOMÓWIĄCE**

AA/0076

SERWIS GWARANCYJNY I POGWARANCYJNY NA MIEJSCU

BEZPŁATNE badanie słuchu, laryngolog-konsultacjeZAPRASZAMY: Pon.-Czw. 9-17, Pt. 9-16, So. 9-13
www.stymat.pl stymat.radom@vp.pl**Przychodnia Weterynaryjna Pankracy****DYŻUR CAŁODOBOWY**

Radom, ul. Maratońska 1/1, tel. (48) 331 52 76

USG, RTG, LABORATORIUM, SZPITAL, SKLEP

www.pankracy.radom.pl





DAWNIEJ
POLMED RADOM

ABONAMENT ZA

2,30zł
DZIENNIE

WWW.POLMEDIC.COM.PL

691 161 268



Z0201

POZOSTAŁE ADRESY I TELEFONY:

ZESPÓŁ LEKARZY RODZINNYCH,

Radom, ul. Domagalskiego 7 (budynek B, przy aptece),

tel. 48 340 08 94

Radom, ul. Okulickiego 58/70

tel. 48 331 26 78

ZESPÓŁ PORADNI SPECJALISTYCZNYCH,

Radom, ul. Domagalskiego 7 (budynek A)

tel. 48 365 50 39 / 340 19 90

Radom, ul. Okulickiego 76, tel. 48 344 86 04

PORADNIA REHABILITACJI MEDYCZNEJ,

Radom, ul. Okulickiego 76,

tel. 48 381 08 88

GIMNASTYKA LECZNICZA,

Radom, ul. Okulickiego 76,

tel. 661 350 661

MEDYCYNĄ ESTETYCZNA,

Radom, ul. Okulickiego 76,

tel. 48 344 86 04 / 609 800 008

Rozważania

Być jemu podobnymi w jego chwale

Proces uświęcenia, a więc droga do bycia pełnym człowiekiem, jest progresywną transfiguracją. „Albowiem tych, których przedtem poznał, tych też przeznaczył na to, by się stali na wzór obrazu Jego Syna, aby On był pierworodnym między wielu braćmi (...), a których usprawiedliwił – tych też obdarzył chwałą” (Rz 8, 29-30). Transfiguracja rozpoczęła się podczas naszego chrztu, poprzez który Bóg zasiał w nas ziarno przemienienia. Jednak ziarno to musi wejść i wzrastać, i my jesteśmy

odpowiedzialni za ten wzrost. Jeżeli wiernie pozwalamy prowadzić się Duchowi, coraz bardziej formujemy się na obraz przemienionego Pana i sami stajemy się ludźmi przemienionymi. Transfiguracja jest darem i zadaniem. Jednak nie staniemy się przemienieni, martwiąc się o to, czy sami „promieniamy” już, czy też nie. Transfiguracja dokonuje się w nas, kiedy w wierze wpatrujemy się w Boską chwałę Jezusa, kiedy poprzez nią patrzymy na wszystko, budzimy się z naszego zamknięcia się w sobie i spostrzegamy, jak Jego chwała ze wszystkich stron nas ogarnia. „Piotr i towarzysze snem byli zmorzeni. Gdy się ocknęli, ujrzeni Jego chwałę” (Łk 9, 32).

(Wilfrid Stinissen)

POSŁUGA DUSZPASTERSKA W SZPITALACH

RSS TOCHTERMANA

MSZA ŚWIĘTA - Niedziela - 9.30

pn. - sob. - 7.30

Kaplica otwarta w godz. 6.00 - 21.00

UDZIELANE SAKRAMENTY:

EUCHARYSTIA: roznoszenie Komunii świętej:

- codziennie godz. 6.00 - 12.30.

SPOWIEDŹ: podczas roznoszenia komunii św.

lub w innym czasie na prośbę chorego lub rodziny.

SAKRAMENT NAMASZCZENIA CHORYCH

- udzielany jest podczas roznoszenia Komunii św.

lub w innym czasie na prośbę chorego lub rodziny.

TELEFON DYŻURNY: 602307457

KAPELANI: ks. kan. M. Bandos, ks. G. Wójcik

OR GISERSKA

Msza Święta - Niedziela i Uroczystości - godz. 14.30

WSS JÓZEFÓW

MSZA ŚWIĘTA z homilią pn. - pt. godz. 15.00

w soboty, niedziele i święta nakazane godz. 11.00

Adoracja Najświętszego Sakramentu –

poniedziałek - piątek godz. 14.30

sobota - niedziela, święta 10.30

SPOWIEDŹ: w czasie adoracji

lub podczas odwiedzin chorych

SAKRAMENT NAMASZCZENIA CHORYCH: środy

na Mszy świętej i codziennie na oddz. szpitalnych.

ODWIEDZINY CHORYCH: pn. - pt. 9.00 - 13.00

sobota, niedziela, święta 8.00 - 10.30

REKOLEKCJE dla chorych i personelu szpitala

Adwent: - od środy do piątku po III ndz adwentu

Wielki Post – od środy do piątku po V ndz. WP

TELEFON z dyżurki pielęgniarek ##066 lub ##067

dzień odpustu w kaplicy - 11 lutego.

KAPELANI: ks. dr R. Kacprzak i ks. B. Dawidowicz

Informacje i przyjmowanie ogłoszeń:

W redakcji, Radom, ul. Kusocińskiego 7a/18,

internet:

www.zdrowko.com zakładka cennik,

e-mail:

zbigum@op.pl

telefonicznie:

redakcja - 48 33 11 259

- 601 319 048

lub przez przedstawiciela
Jacka Gumińskiego - 603 401 024

Wydawca nie ponosi odpowiedzialności za treść ogłoszeń i reklam

APTEKA

mgr farm. Radosław Pawlik
ul. Niedziałkowskiego 19/21
(róg Staszica) tel.: 48 362 3442

PEŁNY ASORTYMENT LEKÓW

- leki recepturowe
- leki na zamówienie

A/0500

APTEKA

Radom
ul. Chrobrego 9
tel. 48 36 407 07

mgr farmacji
Helena Borysewicz-Pawlik

LEKI OCZNE
ROBIONE



A/0007

APTEKA „ASTRA”

Radom, ul. 25-go Czerwca 5
(obok ronda przy ul. B. Prażmowskiego)



48 363-74-64

CZYNNE
PN-PT 8.30 - 19.00
SOBOTY 9.00 - 14.00

LEKI GOTOWE i RECEPTUROWE

HOMEOPATIA

PIELUCHOMAJTKI

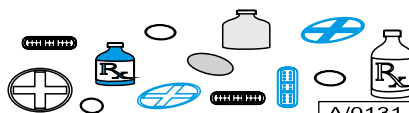
A/0003

APTEKA

Radosław Pawlik
mgr farm.

Radom

ul. **Warszawska 4**
tel. 48 36 47 101



A/0131

Apteka

mgr farm.

Przemysław Niedziałek

Radom,

ul. Komandosów 4
tel. 48 363 43 41

ul. 11 Listopada 69/77 lok. 7
tel. 48 360 74 83

A/0006

APTEKA



Medella

7 dni w tygodniu

ul. Okulickiego 47 Radom

pon - sob: 7.00 - 21.00, nd: 9.00 - 20.00

A/0556