10/2013 (nr 215)

www.zdrowko.com

ZDRÓWKO

INFORMATOR BEZPŁATNY

Jesień idzie

Nie ma na to rady!
Pisał pan Andrzej Waligórski.
Wiosny oczekujemy, za latem tęsknimy, zimę przeżyć trzeba, a jesień nastaje.
Ta złota, polska, tak cudowna w tym roku.
Skłania do refleksji i zadumy nad przemijaniem.
To także pracowity czas zbiorów i przygotowań do zimy. **Nie przegap jesieni!**

Druga jesień - szósta pora roku
złoto płacze przy spadaniu z drzewa
smutek jest jak diabeł
ma swoje stąd dotąd
wszystko jak należy w wymierzonym czasie
nie wyj z żalu głuptasie

Druga jesień (ks. Jan Twardowski)

Jesienne winogrona Fot. Magda Skrok

A R T Y K U Ł Y :

Dzień dziecka utraconego
Czytaj na stronie 4.

Walka z rakiem piersi
Czytaj na stronie 6.

Jeszcze o Kościele i pedofilii
Czytaj na stronie 9.

Orteza - nadzieja na sprawność
Czytaj na stronie 11.

Październik
Czytaj na stronie 17.

Starość znaczy pełnia
Czytaj na stronie 20.

Jesień życia
Czytaj na stronie 21.

Bogactwo natury - aronia
Czytaj na stronie 23.

Rozważania
Czytaj na stronie 23.

AD/0272

Biuro Obsługi Działalności Medycznej s.c.

Radom, ul. 25-go Czerwca 57, tel. 483655539, 483622975 w godz. 8^{00} - 17^{00}

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-księgowa
  - *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.

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 7^{00} do 18^{00}

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

Medycyny rodzinnej:
- Poradnia Pediatryczna
- 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 pielęgniarskie

Leczenie szpitalne - krótkie terminy!

Od dnia1 marca 2012 r. umowa z **NFZ**
- zespół chirurgii jednego dnia w zakresach:
- chirurgia ogólna
- Ginekologia
- Otorynolaryngologia
- 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

SPIS OGŁOSZEŃ

LEKARZE SPECJALIŚCI

Alergologia – str. 22
Chirurgia – str. 15,
Dermatologia – str. 22
Endokrynologia – str. 11, 14
Ginekologia - str. 2, 11, 23
Hematologia - str. 5
Interna – str. 4, 17
Kardiologia – str. 4, 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. 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,

SKLEPY MEDYCZNE

– str. 9, 22

DIAGNOSTYKA

Badania, USG – str. 3, 4,19
Laboratoria – str. 3, 4

ZDROWIE I URODA

– str. 5, 11, 12, 22

MEDYCYNA PRACY

– str. 12, 13

PROFILAKTYKA

Ośrodki – str. 5, 14, 19

WETERYNARIA

Przychodnia weterynaryjna – str. 22

Przychodnie – str. 13, 15

RÓŻNE

Usługi dla podmiotów prowadzących działalność medyczną – str. 2, 5, 19, 23
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 przezciemiączkowe mózgu*
- *przepływy w naczynich (DOPPLER COLOR)*

ZAPRASZAMY

Radom, ul.Sienkiewicza 32
od poniedziałku do piątku
tel. 48 3626058

B/0142

PRZYCHODNIA SŁONECZNA

www.przychodniasloneczna.pl

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!

P/0420

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

ZAPRASZAMY PN.-PT.: 8.00-18-00

PRZYCHODNIA SŁONECZNA www.zdrowko.com

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

MEDICA www.zdrowko.com
MEDICA www.zdrowko.com
MEDICA www.zdrowko.com

Dzień Dziecka Utraconego

Od 8 lat w Polsce, a od 25 lat na świecie 15 października obchodzimy Dzień Dziecka Utraconego. Strata upragnionego dziecka, poronienie, martwy poród, śmierć tuż po narodzeniu jest traumatycznym przeżyciem dla rodziców.

Idea 15 października jest związana z potrzebą zmiany sposobu postrzegania przez społeczeństwo problemów z jakimi borykają się rodzice po stracie dziecka. Jest wciąż mało społecznego przyzwolenia na przeżywanie przez rodziców żałoby po wczesnej utracie dziecka (poronieniu samoistnym). Także śmierć dziecka, które żyło na tyle krótko, że nie miało szans zaistnieć społecznie, jest wręcz negowana przez otoczenie, które odbiera rodzicom prawo do żałoby. Brak pomocy psychologicznej, nieświadomość uregulowań prawnych w Polsce w zakresie pogrzebu i wydawania ciał przedwcześnie urodzonych dzieci, brak wyczucia (jak choćby kładzenie matek na salę z kobietami z dziećmi) oznacza, iż temat śmierci dzieci wciąż jest unikany i nierozumiany.

W Polsce każdego roku ok. 40 000 kobiet doświadcza poronienia samoistnego, a ok. 2000 - martwych narodzin. Dla rodziców to dramat, który pozostawia ślady na całe życie. Utracone dziecko, to jednocześnie stracone nadzieje i marzenia. Wiele matek, które doświadczyły straty, nie otrzymuje żadnego wsparcia od najbliższych. Ich ból jest niezrozumiały dla otoczenia. To temat tabu, o którym nie wypada głośno mówić. Najbliżsi dowiadując się podobnej tragedii w rodzinie, czy wśród znajomych czują ogromne zakłopotanie w stosunku do rodziców, których to dotknęło. Strata dziecka wiąże się ze znacznym obniżeniem własnej wartości i poczuciem winy za to co się stało. Przy braku pomocy, taka sytuacja często prowadzi do długotrwałej depresji i załamania. Obecny rozwój medycyny niewątpliwie pomógł wielu dzieciom i ich rodzicom. Wiedza lekarzy i specjalistyczna aparatura umożliwiają wyleczenie wielu chorób, będących dawniej wyrokiem śmierci. Jednak mimo najwspanialszego postępu medycyny, śmierć dzieci będzie się zdarzała. Tym ważniejsze jest, by takie tragedie nie były tematem tabu i by nie pozostawiać osieroconych rodziców w społecznej próżni. Trzeba umożliwić im pełne przeżycie żałoby, a także uwrażliwić społeczeństwo na problemy i uczucia rodziców doświadczających straty.

ks. Grzegorz Wójcik

W Radomiu obchody Dnia Dziecka Utraconego: Msza Święta w intencji rodziców i ich rodzin – 15.X godz. 18.00 – Kościół Św. Rodziny, ul. Kelles-Krauza. Po Mszy św. przemarsz pod pomnik Maryi Matki Życia (nazywany pomnikiem dzieci nienarodzonych) przy ul. Malczewskiego 1.

www.dlaczego.org.pl
Serwis dla rodziców po stracie dziecka

www.poronienie.pl
Stowarzyszenie Rodziców po Poronieniu

Porady chirurgiczne i onkologiczne
lek. med. **Danuta Krajewska**
specj. chirurg
SZCZEGÓLNIE CHOROBY PIERSI
PORADY i ZABIEGI
wtorki 14.00 - 17.30
czwartki 15.00 - 18.00
tel. 48 363-33-73
Centrum Medyczne MEDJana
Radom, ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)
O/0045

Lek. med. **Jolanta Kwiecień**
specjalista chorób wewnętrznych
specjalista kardiolog
GABINET KARDIOLOGICZNO-INTERNISTYCZNY
Radom, ul.Struga 19/21, tel. 728 775 577
wtorek, czwartek od 15.00, zapisy od 12.00
badania Holter EKG
EKG w gabinecie
USG serca
ul. Czachowskiego 21 a
(Centrum Medyczne MEDJana)
tel. 48 363 33 73
informacje:606 135 692
K/0102

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
K/0528

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
L/0149

Diagnostyka i leczenie zaburzeń rytmu serca
dr n. med. **Piotr Lodziński**
specjalista chorób wewnętrznych
Kwalifikacja do leczenia zabiegowego arytmii
Przychodnia Słoneczna
ul. Staroopatowska 1a
26-600 Radom
tel. 48 362 10 11
K/0552

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
Labquality
L/0046

O/0303
lek. med. **Ewa Krupa** *specjalista chorób oczu*
- leczenie chorób oczu u dzieci i dorosłych
- leczenie zeza i niedowidzenia
- leczenie wad wzroku
- badania do praw jazdy i szkoły
- aplikacja soczewek kontaktowych
- bezkontaktowy pomiar ciśnienia wewnątrzgałkowego

EPMED, Radom
ul. Waryńskiego 9A
pn., śr., czw. od 14,30
zapisy na telefon:
606 689 450,
48 344 92 47,
48 331 19 29

E Y S P N O F Q I G H A W C Z U V
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

Wrastający paznokieć
– klamry jako główne metody korekcji

Cechą tej przypadłości jest rośnięcie paznokcia na boki lub zakrzywianie się oraz podwijanie, co powoduje silny ból. Płytka paznokciowa wrasta w skórę i uszkadza jej strukturę, co powoduje wrażliwość na dotyk. Ignorowanie symptomów wrastającego paznokcia i brak konsultacji ze specjalistą doprowadza do zaostrzenia bólu i w konsekwencji do stanu zapalnego.

Przyczyny:

- urazy mechaniczne płytki paznokciowej
- niewłaściwa pielęgnacją paznokci i wycinanie kątów paznokcia
- niewłaściwa postawa i zaburzenia ortopedyczne
- predyspozycje genetyczne
- noszenie niewłaściwego obuwia (za ciasne, na wysokich obcasach lub za szerokie).

Klamry okazały się doskonałą alternatywą dla chirurgicznych metod, które niestety w Polsce są jeszcze stosowane, choć powszechnie uważa się, że zrywanie wrastających płytek jest błędem w sztuce lekarskiej. Zabiegi chirurgiczne często nie przynoszą efektu terapeutycznego, wręcz przeciwnie, po zabiegu paznokieć wrasta jeszcze mocniej.

Na rynku dostępnych jest wiele rodzajów klamer korygujących, wykonanych z różnych materiałów: klamry z drutu szlachetnego, klamra drutowa VHO, klamra sprężynowa, klamra Onyclip (metalowo-plastikowa), klamra B/S (z tworzywa).

Klamry korygujące przynoszą natychmiastową ulgę. Długotrwałe ich stosowanie powoduje spłaszczenie płytki paznokciowej, a tym samym likwiduje dolegliwości i zapobiega ponownemu wrastaniu.

W czasie leczenia klamrą nie ma potrzeby rezygnowania z pracy i aktywnego trybu życia. Klamra nie przeszkadza w chodzeniu, nie uwiera i nie zaczepia się o skarpetkę. Może być stosowana u dzieci od 5 roku życia, alergików, diabetyków i przy stanach zapalnych. Kolejną zaletą klamry jest brak komplikacji i brak nawrotów wrastania.

Czas leczenia wrastającego paznokcia jest proporcjonalnie długi do powagi urazu.

W niektórych przypadkach może zająć nawet kilka miesięcy.

Patrycja Bednarek
mgr kosmetolog-podolog
Gabinet KosMed
ul. Reja 5, Radom

Waldemar Nazimek
specjalista chorób oczu
przyjmuje: środa 16-18,
Przychodnia "Południe", ul.Czarnoleska19
tel. 696 50 15 15
O/0139

SPECJALISTYCZNA PIELĘGNACJA STÓP
KosMed
Klamry na wrastające paznokcie
Pedicure leczniczy
Usuwanie odcisków i modzeli
Rekonstrukcja płytki paznokcia
Profilaktyka stopy cukrzycowej
DARMOWE KONSULTACJE
Radom, ul. Reja 5
czynne: pn.-pt. 10-18 sob.10-14
☎ 505 646 812
AB/0570

LASER CLINIC
CENTRUM ZDROWIA I URODY
ul. M.C Skłodowskiej 17 A
26-600 Radom
biuro@laser-clinic.pl
www.laser-clinic.pl

PAKIETY ŚLUBNE dla Państwa Młodych
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 złuszczanie 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

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 najskuteczniejszym 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

Gabinet INTERNISTYCZNO-HEMATOLOGICZNY
Jolanta Wójcik
hematolog
Radom, ul. Prażmowskiego 33a, p.208
wtorek, czwartek 16-18
tel. 608490043
AF/0338

NZOZ 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. 9^{00} - 17^{00}
Kom.: 608 206 472
www.odwyk.radom.pl
DZIENNY ODDZIAŁ TERAPII DLA OSÓB UZALEŻNIONYCH
H/0448

„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 szydłowieckiego.
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

DOM OPIEKI
POD ZŁOTYM 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 poszpitalne.
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

RADOMSKIE TOWARZYSTWO
DOBROCZYNNOŚCI
NZOZ
ZESPÓŁ DŁUGOTERMINOWEJ
OPIEKI ZDROWOTNEJ
Radom
ul. Żeromskiego 75 pok. 408
od pon. do pt. 8-15
tel. 48 384 7876, 48 364 4703
ul. 1905 Roku 20 p. 316
pn. czw. 14-16; wt. śr. pt. 8-9[15]
tel. 0 515 176 236
świadczy
bezpłatne usługi w ramach
NFZ
w zakresie
pielęgniarskiej opieki
długoterminowej
w domu chorego
P/0363

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

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 DOBĘ 509 514 811
P/0536

Walka z rakiem piersi

Wydaje się czasem, że na temat raka piersi powiedziano już wszystko. W prasie pełno jest artykułów na ten temat, w innych mediach też stosunkowo często poruszany jest ten problem. A jednak wciąż spotykamy się wieloma przypadkami niewiedzy wśród kobiet, postaw zdeterminowanych strachem, które prowadzą do zaniechania profilaktyki, nie leczenia choroby, lub też niewłaściwego stosunku lekarzy do problemu.

Najprostszą forma profilaktyki jest samobadanie piersi raz w miesiącu. W wielu miejscach dostępne są rysunki, jak kontrolować piersi. O taką kontrolę warto też poprosić w czasie wizyty u ginekologa lub innego lekarza, o ile sam takiego badania nie proponuje. Osoby w których rodzinie rak piersi występował, powinny wykonać badanie genetyczne. Kobiety od 25 roku życia powinny się poddawać badaniu usg, w odstępach czasu zalecanych przez lekarza. Po pięćdziesiątce każda kobieta raz w roku powinna wykonać mammografię lub usg (zamiast mammografii, w przypadku gdy budowa piersi tego wymaga).

Przywykło się uważać, że najbardziej niepokojącą oznaką możliwej choroby jest guzek w piersi. Zawsze należy sprawdzić, jaki charakter ma taki guzek.

Należy też zwrócić uwagę na inne objawy, które mogą świadczyć o chorobie. Sygnałem do natychmiastowego zgłoszenia się do lekarza są:

- miękkie zmiany, przypominające pęcherzyk wypełniony płynem,
- zaczerwienienia i zgrubienia na skórze bez wyraźnej przyczyny,
- zmiany przypominające „skórkę pomarańczową”,
- „wciągnięty” fragment skóry na piersi, trudny do przesunięcia,
- nieuzasadniony wyciek z brodawki,
- zmiany kształtu brodawki (np. jej wciągnięcie do środka),
- wyraźna, wcześniej nie zaobserwowana różnica w wyglądzie jednej z piersi.

Trzeba pamiętać, że nie każda zmiana to rak. Istnieje też wiele odmian nowotworów o różnym stopniu złośliwości, wiele z nich, wykrytych we wczesnym stadium jest całkowicie uleczalnych. Na zachorowanie najbardziej podatne są osoby zagrożone genetycznie (nie oznacza to jednak zachorowania w każdym przypadku), osoby otyłe z obfitym biustem, co nie oznacza, że drobne, szczu-

NZOZ "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
- ultradzwięki
- magnoterapia
- laseroterapia
- światłolecznictwo
- inhalacje wziewne
- jonoforeza
- elektrostymulacja w nietrzymaniu moczu

R/0397

MASAŻ PNEUMATYCZNY BOA

- wspomaga odchudzanie
- wyszczuplenie nóg, bioder, pośladków, brzucha
- zaawansowany cellulit
- obrzęki i ciężkość nóg
- obrzęki kończyn górnych - po mastektonii
- 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

płe osoby, nie mające obciążeń rodzinnych, są takiego ryzyka pozbawione. One również powinny dbać o profilaktykę.

Jeśli stwierdzimy u siebie jakąś zmianę w piersi, niezwłocznie udajmy się do lekarza, a jednocześnie nie poddawajmy się panice, bowiem strach jest złym doradcą i nadal często odbiera kobietom szanse na wyzdrowienie.

Nie poddawajmy się obiegowym opiniom, że biopsja przyspiesza rozwój choroby, a choroba zawsze oznacza konieczność usunięcia piersi. Szacuje się, że aż w 2/3 przypadków, mastektomia nie jest konieczna, zatem nie każdy nowotwór wymaga wykonania radykalnej operacji usunięcia piersi, a jeśli nawet, istnieje dziś możliwość jej rekonstrukcji.

Cyt. Sekcja Organiz. i Rozl. z N.F.Z R.Sz.S.

„CHROBREGO" NZOZ Elżbieta Stachura
e-mail: e.stachura@vp.pl , www.nzoz-chrobrego.pl

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

Wypożyczanie sprzętu medycznego

- koncentratory tlenu
- materace przeciwodleżynowe
- 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
- ultradzwięki
- magnetoterapia
- laseroterapia
- światłolecznictwo

R/0182

NFZ i odpłatnie

REHABILITACJA W DOMU PACJENTA

SPZOZ
Poradnia Medycyny Rodzinnej

Radom, ul.Żeromskiego 31
tel. 48 362 89 47
czynne codziennie w godz. 8.00-18.00

Z/0313

PRZYJMUJĄ LEKARZE:

- Waldemar Przybyłowicz — internista, specj. med. rodzinnej
- Izabela Pacek-Wiśnicka — pediatra, specj. med. rodzinnej
- Małgorzata Treter — spec. pediatra, specj. med. rodzinnej
- Ayoub Sayed — pediatra, lek. rodzinny
- Elwira Jęczyńska — lek. rodzinny

USŁUGI PIELĘGNIARSKIE

gabinet zabiegowy:
- EKG
- pomiar RR
- iniekcje
- szczepienia ochronne

BADANIA KIEROWCÓW i OKRESOWE
pon 15-16, wt 8-14
Środy 15^{30}-16^{30}, czwartek 15-16

NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ
PRZYCHODNIA "GOŁĘBIÓW"

Radom, ul. Paderewskiego 6
(Gołębiów)
tel./fax 48 364-63-71
tel. 48 344-76-51
www.nzoz.radom.pl

C/0269

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.
- Joanna Słowińska — specjalista chorób dziecięcych - nefrolog
- Anna Zielińska-Pacholicka — specj. psychiatra II°
- Dariusz Lańczyk — 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

Świadczymy usługi medyczne bezpłatne w oparciu o umowę z NFZ

OFERUJEMY RÓWNIEŻ
BADANIA WSTĘPNE i OKRESOWE DO PRACY,
BADANIA KIEROWCÓW

POSIADAMY CERTYFIKAT ISO 9001 - 2000

Y/0520

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

1. Lekarza specjalistę psychiatrę,
2. Lekarza specjaliste 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 pediatrę

Informacje: tel.: 48 332 27 69

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

OPIEKA DŁUGOTERMINOWA www.zdrowko.com
RÓŻNE www.zdrowko.com
REHABILITACJA www.zdrowko.com
ZDROWIE 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

N/0415

Pracownia EMG

spec. neurolog Grzegorz Jurkiewicz

telefoniczna rejestracja pacjentów codziennie w godzinach 14 - 20
tel. 694 364 364

Radom, ul. Witolda 7 lokal 1.03 „Pawilony Rosa" NZOZ MAX-MED
Grójec, ul. P.O.W.14 Centrum Medyczne LEDAMED
Ostrowiec Świętokrzyski, ul. Kopernika 14 gab. 113 NZOZ NOVOMED

SPECJALISTYCZNY GABINET NEUROLOGICZNY

lek.med. **Ewa Dudzińska**
specjalista neurolog

PRZYJMUJE:
poniedziałki16 -18
Centrum Medyczne MEDJana
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

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
tętnic szyjnych i kręgowych
USG tarczycy, jamy brzusznej, piersi, przeciemiączkowe, stawy u dorosłych, stawy biodrowe u dzieci
EEG KONSULTACJE ORTOPEDYCZNE

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

N/0119

N/0555

specjalista neurolog
Justyna Dzięcioł-Hryniewicz

Przyjmuje:
Centrum Medyczne AESKULAP
Radom, ul. Krakowska 5/7

każdy nieparzysty czwartek miesiąca
od godziny 15.15
Zapisy tel.: 606 737 173

JAROSŁAW KOSOWSKI

specj. NEUROLOG

Radom,
ul. Focha 12/7

rejestracja:
tel. 608460030

przyjmuje w poniedziałki i środy od godz. 16

N/0290

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

Dr n. med. **Elżbieta Kowal**

specjalista neurolog
ordynator Oddziału Neurologii
RSzS ul.Tochtermana

PRZYJMUJE:
poniedziałki od godz.16
Poradnia Rehabilitacji
Radom, ul. Okulickiego 76

POLMEDIC

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

GABINET NEUROLOGICZNY

Radom, ul.KellesKrauza 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

Jeszcze o Kościele i pedofilii

Ks. Andrzej Jędrzejewski
Proboszcz parafii
św. Stefanaw Radomiu,
koordynator organizacji
Tygodnia Społecznego

Od kilku dni najważniejszym tematem w głównych mediach jest pedofilia w Kościele. Inne wydarzenia jakoś tak nieśmiało się przebijają. W Warszawie nawet informacje dotyczące odwołania prezydent Hanny Gronkiewicz Waltz przegrywają konkurencję z informacją o odwołaniu kanclerza kurii warszawsko-praskiej.

Oczywiście, jeśli zarzuty dotyczące np. polskich duchownych z Dominikany, choć w niewielkiej części, są prawdziwe, są to sprawy wstrząsające. Oczywiście, że duchowni dopuszczający się tak wielkiego zła, wyrządzają ogromną krzywdę przede wszystkim dzieciom, ale także Kościołowi, raniąc go straszliwie grzechem zgorszenia. Oczywiście, że powinni z całą surowością być ukarani, zarówno przez cywilny wymiar sprawiedliwości jak i przez dyscyplinę kościelną.

Dlaczego jednak właściwie został już wydany wyrok na pokazywanych codziennie w mediach duchownych, dlaczego dokonano medialnego linczu, podając wiele informacji przed jakąkolwiek ich wiarygodną weryfikacją? I przede wszystkim, co ma wspólnego z dziennikarską rzetelnością i obiektywizmem mediów ten straszliwie wykrzywiony, karykaturalny obraz Kościoła, jaki wyłania się z codziennie serwowanego nam przekazu?

Dlaczego codziennie bombarduje się nas wciąż tymi samymi wiadomościami, wzbogacanymi kolejnymi, często wątpliwej wiarygodności, szczegółami, sprawiając wrażenie, jakby Kościół był siedliskiem pedofilii a ksiądz synonimem pedofila?

Dlaczego wszystkie inne przypadki pedofilii wśród artystów, polityków, dziennikarzy, nauczycieli, przedsiębiorców itd. nie są tak nagłaśniane, a jeśli już, to nie są utożsamiane ze środowiskiem, a wyłącznie z konkretną osobą o konkretnym imieniu i pierwszej literze nazwiska?

Oczywiście, zdarzają się wyjątki, jak choćby znany reżyser, ale akurat on nie spotyka się z napiętnowaniem ze strony liberalnych elit, przeciwnie, zapraszany jest na festiwale, broni go minister, wygłasza odczyty przy aplauzie liberalnych mediów.

Nie oburza mnie odkrywanie przez dziennikarzy przypadków pedofilii w Kościele, przeciwnie, trzeba im być za to bardzo wdzięcznym. Oburza mnie i boli brak uczciwego pokazania zjawiska, w prawdziwych proporcjach, ukazujących, że jest to przerażający, ale jednak margines i obecny mniej w Kościele, niż w innych środowiskach. Ten brak uczciwości i prawdziwych proporcji polega też na tym, że nagłaśniając skandaliczne przypadki, prawie nic nie mówi się o ogromnej i wspaniałej pracy z dziećmi i młodzieżą w Kościele, dając, zwłaszcza ludziom niezwiązanym z Kościołem, fałszywy jego obraz, jako instytucji do cna zepsutej.

Ten brak jednakowej miary dla Kościoła i innych środowisk widać dość wyraźnie na przykładzie abp. Wesołowskiego. Dowiedzieliśmy się, że chodził w miejsca znane z prostytucji nieletnich. Skoro to miejsca „znane z prostytucji nieletnich", to do przypadków pedofilii musi dochodzić tam raczej często i chyba nie sami księża dopuszczali się tych haniebnych czynów. A jednak dziennikarze przez rok „polowali" ukrytą kamerą nie na polityków, artystów, policjantów czy robotników, a wyłącznie na biskupa.

Dokończenie na str. 14.

SALON MEDYCZNY
ARMED-ORT
ARMED ORT RADOM
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

DORADCA PODATKOWY
Zenona Anna Pierzchała
nr wpisu 00497
Prowadzenie ksiąg:
- podatkowych
- handlowych
- ryczałtu, ZUS i płace
Radom, ul. Miła 17 lok. 15
tel. 48 36 36 771
również dla prywatnych gabinetów lekarskich i stomatologicznych, hurtowni farmaceutycznych, aptek
KOMPLEKSOWA OBSŁUGA DUŻYCH I MAŁYCH FIRM
AD/0214

GABINET NEUROLOGICZNY
MAŁGORZATA ZIÓŁEK
lekarz specjalista neurolog
Przyjmuje:
wtorek 16.00 - 17.00
Radom, ul.KellesKrauza 32
tel. 48 36 229 83
N/0089

"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

ZDROWIE www.zdrowko.com
SKLEPY www.zdrowko.com
ZDROWIE www.zdrowko.com
RÓŻNE www.zdrowko.com
RÓŻNE www.zdrowko.com
RÓŻNE www.zdrowko.com

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 (lęki, depresja, nerwice, natręctwa, objawy somatyczne, zaburzenia jedzenia)
Spotkania umawiane tylko telefonicznie
tel. 606 45 73 99
H/0480

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

GABINET PSYCHOLOGICZNY
Agnieszka Kołątaj
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

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 4 listopada 2013 r. godzina 16.00,
świetlica Radomskiego Szpitala Specjalistycznego
ul. Tochtermana 2, wejście pod filarami, na parterze.
727 914 566
I/0495

Konferencja Radomskiego Stowarzyszenia POMOCNE DŁONIE

Mszą świętą w intencji zachowania miłości, cierpliwości i pogody ducha w rodzinach z chorobą Alzheimera rozpoczęła się konferencja w Pallotyńskim Domu Opieki im. Św. Wincentego, zorganizowana 21 września 2013 roku przez Radomskie Stowarzyszenie „Pomocne Dłonie” z okazji światowego dnia walki z chorobą Alzheimera.

Prezes Stowarzyszenia, Ewa Sold, otwierając konferencję podkreśliła, że największym problemem, z którym zmagają się osoby opiekujące się chorymi w Radomiu jest brak placówek dziennego pobytu, gdzie chorzy mogliby przebywać w godzinach pracy najbliższych.

Przekonywała o korzyściach, płynących dla chorych i ich opiekunów oraz dla samorządu, gdyby taka placówka wreszcie powstała w Radomiu, ponieważ wykwalifikowany personel wie najlepiej, jak postępować z osobami chorymi na choroby otępienne.

Zwróciła też uwagę, że opiekunowie, zgłaszające się po pomoc do Stowarzyszenia są bezradni w zaistniałej sytuacji, nie znają żadnych wzorców zachowań, gdy ich świat codzienny został zburzony diagnozą lekarską. Dotychczasowe niezrozumienie zachowań osoby chorej nie jest zastąpione żadną receptą, żadnym zaleceniem dietetycznym. A dzieje się coraz gorzej…

Dodała, jak istotna jest solidarność otoczenia z opiekunami chorych, po to aby nie czuli się wykluczeni społecznie.

Wiceprezydent Radomia Krzysztof Ferensztajn, który reprezentował samorząd Miasta, podziękował organizatorom konferencji za działania na rzecz środowiska radomskiego oraz potwierdził poczynania gminy zmierzające do powołania domu dziennego pobytu również dla osób z chorobą Alzheimera.

Marcin Gierczak, wicedyrektor MOPS w Radomiu rozwinął i uszczegółowił problematykę pomocy społecznej dla naszego środowiska, m. in. potwierdzając, iż osoby rezygnujące z pracy, mogą liczyć na zasiłek pielęgnacyjny. Dodał również, że już w styczniu 2014 roku, przy ulicy Wyścigowej, ma powstać 10 miejsc dziennego pobytu dla osób z głębokim upośledzeniem umysłowym i niepełnosprawnych ruchowo.

Psychiatra dr Katarzyna Molendowska mówiła o lekach, które stosuje się w chorobach otępiennych a psycholog mgr Justyna Kopycka omawiała zachowania chorych charakterystyczne dla chorób otępiennych.

Dr Molendowska stwierdziła, że mało jest osób, otrzymujących właściwe leczenie, ponieważ nie są zdiagnozowane według obecnych standardów. „Choroba rozwija się przeważnie po 60 roku życia, ale występuje również u osób z genetycznymi predyspozycjami w młodszym wieku. Zapominanie, apatia, zmęczenie, to symptomy, które mogą znaczyć, że bliska nam osoba cierpi na Alzheimera. Wówczas powinna zapalić się czerwona lampka, aby takie osoby skierować do lekarza pierwszego kontaktu” - mówiła psychiatra.Specjalista żywienia i naturoterapeuta mgr Małgorzata Maskiera prowadząca prywatną praktykę w Londynie, przedstawiła uczestnikom uwarunkowania dietetyczne powodujące pojawianie się i pogłębianie choroby. Zaproponowała elementy diety opóźniającej wystąpienie choroby.

Dodatkowo przekazała najnowsze informacje o badaniach nad lekami prowadzone w Londynie oraz mówiła o niektórych elementach brytyjskiego systemu pomocy chorym na Alzheimera.

To już trzecia konferencja, którą Stowarzyszenie zorganizowało w partnerstwie z Fundacją WRZOS. Tym razem miała tytuł - „Opieka nad chorymi na Alzheimera a wykluczenie społeczne rodzin”. Na stronie www.pomocnedlonie.1k.pl znajduje się dieta ketonowa opracowana przez mgr Małgorzatę Maskierę. Jest dietą terapeutyczną pomocną w leczeniu chorób neurologicznych takich jak choroba Alzheimera, Parkinsona, ALS, Huntingtona, urazów i udarów mózgu, narkolepsji, migrenie, ale także raka, cukrzycy typu I i II.

Celem tej diety jest stworzenie w organizmie odpowiednich warunków do powstawania ciał ketonowych (Ketonów) które stają się „super paliwem” dla mózgu podczas zaburzonej gospodarki glukozy.

Swietłana Pożyczka
– wolontariuszka RS POMOCNE DŁONIE

Zapraszamy 4 listopada 2013 roku na grupę wsparcia dla opiekunów chorych na Alzheimera godzina 16.00, świetlica Radomskiego Szpitala Specjalistycznego ul. Tochtermana 1, wejście pod filarami, na parterze, tel. Zaufania 727 914 566.

Orteza - zło konieczne, czy nadzieja na sprawność, niezależność i poprawę jakości życia

Piotr Kliszcz
lek. med., ortopeda i traumatolog, specjalista rehabilitacji medycznej. Pasjonat nurkowania, fotograf, twórca podwodnych pejzaży.

Niepełnosprawność ze względu na ilość osób których dotyczy (wg różnych statystyk od 10 do 30% społeczeństwa) uważa się za znaczący problem społeczny. Szczególnie problem jakości życia i stopnia samodzielności osób niepełnosprawnych jest coraz częściej podejmowany przez samych zainteresowanych. Nieodłącznym elementem kompleksowego leczenia i rehabilitacji pacjentów niepełnosprawnych ruchowo jest odpowiedni dobór prawidłowego i skutecznego zaopatrzenia ortotycznego, zewnętrznie wspomagającego funkcję narządu ruchu.

W ostatnich 20 latach doszło do wykorzystania najnowszych osiągnięć technologicznych stosowanych wcześniej jedynie w medycynie sportowej (włókna węglowego, tworzyw sztucznych, nowych oddychających materiałów, stopów metali, zawiasów wieloosiowych). Zastosowanie ich w masowej produkcji nowych generacji pozwoliło na poprawę skuteczności, wytrzymałości i funkcjonalności oraz zmniejszenie ciężaru produkowanych ortez. Wybitna poprawa estetyki wykonania i możliwość szybkiego indywidualnego dopasowania spowodowała zwiększenie stopnia akceptacji przez pacjentów i lekarzy. Stosowanie najnowszej generacji materiałów i jednoczesne kompleksowe leczenie rehabilitacyjne pozwoliło na wyeliminowanie, w znacznym stopniu, istniejących wcześniej wad. Pojawiło się wiele firm zajmujących się produkcją i dystrybucją nowoczesnego zaopatrzenia ortopedycznego.

Na rynek polski nowoczesne ortezy dotarły na początku lat 90, jednak praktycznie dopiero ostatnie 10 lat przyniosło ich upowszechnienie. Wcześniej ortezy były konstruowane w oparciu o Zakłady Ortopedyczne – długi czas oczekiwania, niska jakość wykonania i użytych materiałów sprawiała, że były stosowane niechętnie zarówno przez lekarzy i pacjentów, i traktowane jak zło konieczne. Schorzenia o stosunkowo małym stopniu zaawansowania (np. jednopłaszczyznowe niestabilności stawu kolanowego) nie były zaopatrywane, co prowadziło do szybkiej progresji zmian i znacznego ograniczenia sprawności. Niechęć do stosowania różnego typu ortez (stabilizatorów, gorsetów) utrzymuje się w środowisku medycznym i wśród pacjentów do chwili obecnej. Często dopiero przymierzenie przez chorego określonej gotowej ortezy powoduje, że przekonuje się on o korzyściach płynących z jej użytkowania. W ostatnich 10 lat ogromnie zwiększyło się zainteresowanie ortezami w sporcie - doceniają i stosują je z powodzeniem trenerzy i sportowcy. Orteza umożliwia szybszy powrót do treningów i skraca czas pauzowania po kontuzjach.

Współcześnie stosowane ortezy można podzielić praktycznie na trzy grupy:

1. Stosowane profilaktycznie u osób zdrowych przy wykonywaniu niektórych czynności. Do tej grupy zaliczyć można ortezy stosowane u pracowników wykonujących ciężkie prace fizyczne lub długotrwałe prace w pozycjach wymuszonych. Stosowanie odpowiednich pasów lędźwiowych, stabilizatorów nadgarstka i różnego typu ortez w sposób istotny zmniejsza wypadkowość i absencję chorobową. W tym wypadku wpływ na stosowanie tego typu zabezpieczeń przez pracodawców mają również firmy ubezpieczeniowe. Koszty spowodowane absencją chorobową, odszkodowaniami z tytułu następstw wypadków i trwałego upośledzenia sprawności sprawiają, że stają się one coraz bardziej zainteresowane profilaktyką, maksymalnie szybkim i skutecznym leczeniem osób ubezpieczonych. W przypadku sportowców stosowanie ortezy spełnia dwie funkcje – ochrania przed urazami i pozwala na maksymalnie szybki powrót do intensywnego treningu po przebytych urazach.

2. Stosowane okresowo u osób aktywnych, pracujących u których doszło do czasowego lub trwałego upośledzenia funkcji narządu ruchu w stopniu lekkim i umiarkowanym. Zastosowanie profesjonalnie dobranych ortez umożliwia skrócenie okresu niezdolności do pracy, utrzymanie zatrudnienia na dotychczasowym stanowisku, pozwala na aktywne uprawianie ulubionych sportów czy rekreację (np. jazda na nartach, taniec, chodzenie po górach, praca na działce).

Dokończenie na str. 18.

AB/0136
www.wromed.pl
WROMED
PRAKTYKA LEKARSKA
Radom, ul. Widok 20, tel. 48 369 95 35
lek. med. Sławomir Wróblewski
specjalista ginekolog-położnik
ENDOKRYNOLOG
szczepienia przeciwko rakowi szyjki macicy
lek. med. Iwona Wróblewska
specjalista chorób wewnętrznych
ENDOKRYNOLOG
lekarz medycyny estetycznej
poniedziałek, wtorek, środa, czwartek od godziny 15
poniedziałek od 13
środa, czwartek od 15
zapisy od godziny 10
Badania USG
- gruczoły piersiowe
- ginekologia i położnictwo
Biopsje pod kontrolą USG
- 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 permamentny
Laserowe usuwanie tkanki tłuszczowej
i modelowanie sylwetki Laser SlimLipo 3D

INNOWACYJNE OKOŁOKORZENIOWE LECZENIE PRZEWLEKŁEGO I OSTREGO BÓLU PLECÓW

Ból pleców jest obecnie bardzo często występującą chorobą. W pewnym momencie swojego życia 80% osób na całym świecie doświadcza różnych rodzajów bólu pleców.

Kręgosłup jest kunsztownie zbudowaną strukturą. Jako układ złożony z kręgów, stawów międzykręgowych, więzadeł i drobnych mięśni nadaje ciału stabilności, jednocześnie pozwalając na maksymalny zakres ruchów. Skakanie, bieganie, taniec - wszystkie te czynności są możliwe dzięki naszemu zmyślnie skonstruowanemu kręgosłupowi. W normalnych okolicznościach kręgosłup wiele wybacza, radzi sobie z dźwiganiem ciężarów i gwałtownymi ruchami. Właściwie to chroni sam siebie. W tym kontekście mocny układ mięśniowy stanowi najlepszą gwarancję silnego, niebolącego kręgosłupa. Ale długie godziny spędzane w biurze, na spotkaniach i w samochodzie osłabiają mięśnie i w ten sposób prowadzą do wysuwania się krążków międzykręgowych, podrażnienia korzeni nerwów, zwężenia kanału kręgowego, nieprawidłowej postawy czy stwardnień. Wszystko to może prowadzić do bólu - bólu, który musi być natychmiast leczony, żeby nie przysłonił innych spraw na późniejszym etapie życia.

Szczególnie koncentrujemy się na plecach. Specjalnie opracowana koncepcja leczenia tego obszaru skutecznie likwiduje ból i zapobiega 80 procentom wszystkich operacji kręgosłupa.

Celowana okołokorzeniowa terapia bólu pod kontrolą Tomografu Komputerowego

Metoda polega na iniekcjach leków w okolicę otworu międzykręgowego. Szybkie, lecz krótkotrwałe działanie anestetyku (lignokaina) sumuje się z silnym, długotrwałym, przeciwzapalnym, przeciwobrzękowym i przeciwbólowym oddziaływaniem diprophosu. Kontrola 64-rzędowym tomografem komputerowym umożliwia precyzyjne podanie środka leczniczego w pożądany rejon.

Wskazania do zabiegu obejmują dolegliwości wywołane uciskiem na korzenie nerwowe w przebiegu:

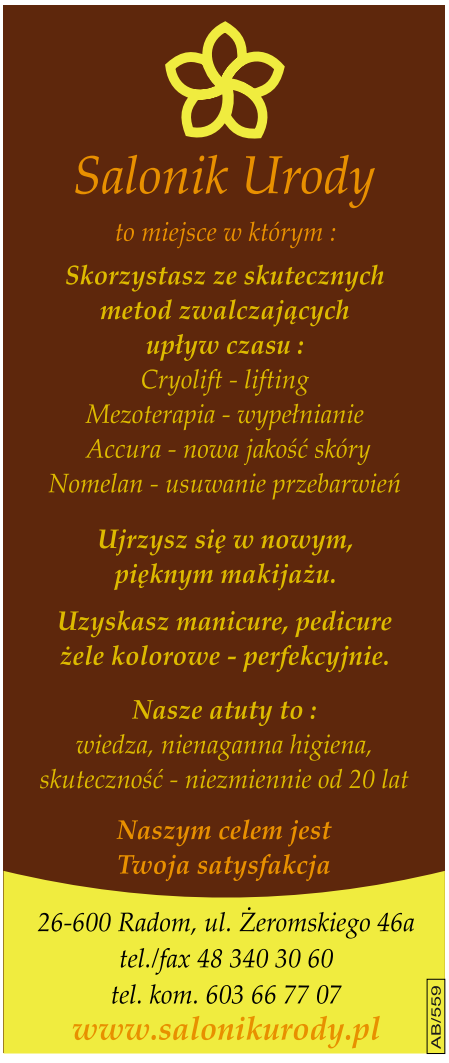
- dyskopatii (protruzji krążka międzykręgowego lub przepukliny jądra miażdżystego),
- choroby zwyrodnieniowej kręgosłupa,
- stenozy otworów międzykręgowych,
- stenozy kanału kręgowego,
- pooperacyjnych zespołów bólowych.

Przeciwwskazania:

- istnienie bezwzględnych przeciwwskazań do zabiegu operacyjnego, wynikające ze stosowania preparatów sterydowych (np. ciężka, niewyrównana cukrzyca, aktywna i powikłana choroba wrzodowa żołądka i dwunastnicy, zaburzenia odporności oraz podejrzenie sepsy),
- ciężkie zaburzenia układu krzepnięcia,
- zdiagnozowana jaskra,
- ropne infekcje skóry i tkanki podskórnej okolicy kręgosłupa.

Metoda

Zabiegi przeprowadzane są w pracowni Tomografii Komputerowej z zachowaniem zasad aseptyki. Chory układany jest na stole tomograficznym w pozycji leżącej, na brzuchu lub na plecach w przypadku ostrzykiwania odcinka szyjnego kręgosłupa. Wykonuje się topogram boczny, a następnie, na podstawie serii skanów osiowych w zakresie obejmującym otwory międzykręgowe, wyznaczane jest optymalne miejsce wkłucia. Po dezynfekcji skóry wprowadzana



KOLPORTAŻ
Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Radomiu
Przychodnie Lekarskie
SWPZZPOZ Krychnowice
Radomski Szpital Specjalistyczny
SPZOZ w Kozienicach
NSZOZ, NZOZ
Gabinety Lekarskie
Laboratoria
Apteki województwa mazowieckiego

Informacje i przyjmowanie ogłoszeń:
Redakcja: Radom, ul. Kusocińskiego 7a/18,
tel. 48 33 11 259 lub 601 319 048
internet:
www.zdrowko.com zakładka cennik,
e-mail: **zbigum@op.pl**
lub przez przedstawiciela
Jacka Gumińskiego tel.: **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

A/0500

jest igła, następnie tomograficznie kontrolowane jest jej położenie. Po ewentualnej korekcie wkłucia wykonywane jest wstrzyknięcie leków. Pacjent pozostaje pod nadzorem lekarskim przez ok. 1 godz. Dla uzyskania długotrwałego efektu terapeutycznego wstrzyknięcia powinny być powtarzane kilkukrotnie (niekiedy już dwukrotne podanie leku przynosi całkowite zniesienie bólu) w odstępach 3-4 tygodniowych. Jednorazowo można wykonać do 2 iniekcji na różnych poziomach.

WERYFIKACJA DO ZABIEGU WINNA BYĆ PRZEPROWADZONA PRZEZ LEKARZA SPECJALISTĘ (wydającego skierowanie na wykonanie TK). Kwalifikowani są chorzy z udokumentowanymi (TK, MR) zmianami w obrębie kręgosłupa cierpiący na bóle przewlekłe (co najmniej 3 miesiące), niepoddające się terapii konwencjonalnej. Zapisy na zabiegi dokonywane są na podstawie skierowania od lekarza specjalisty neurologa, neurochirurga lub ortopedy. Przed zabiegiem pacjent wypełnia specjalną ankietę zawierającą pytania dotyczące przeciwwskazań do zabiegu oraz formularz zgody na zabieg.

endomed® Radom ul.Kilińskiego 6
we współpracy
z niemiecką Kliniką Neurochirurgii
w Greifswald

OFERUJE

- Konsultacje neurochirurgiczne (w języku polskim i niemieckim), kwalifikujące do zabiegu,
- Zabiegi: Celowana okołokorzeniowa terapia bólu pod kontrolą Tomografu Komputerowego.

Kontakt:

ENDOMED- Zakład Diagnostyki Obrazowej
ul.Kilińskiego6
26-600 Radom
tel. 48 340 02 35 w. 2
kom.606 169 634 w. 2

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

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. Ewa Molenda
Lek. Anna Malinowska
Lek. Wioletta Sorbian
Lek. Ewa Molenda

Pediatrzy
Lek. Mirosława Jastrzębska-Pasierb
Lek. Grzegorz Walczyński
Lek. Magdalena Opiał
Lek. Monika Ociesa
Lek. Katarzyna Zowczak

Gabinet zabiegowy • Punkt szczepień • Laboratorium analityczne • EKG

PORADNIE SPECJALISTYCZNE

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

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 hist-pat.
możliwość badań w znieczuleniu ogólnym pod opieką anestezjologa

B/0029

APTEKI www.zdrowko.com
ZDROWIE www.zdrowko.com
ZDROWIE www.zdrowko.com
ENDOMED www.zdrowko.com
ENDOMED www.zdrowko.com

LARYNGOLOGIA www.zdrowko.com
ZDROWIE www.zdrowko.com
ZDROWIE www.zdrowko.com
KARDIOLOGIA www.zdrowko.com
LARYNGOLOGIA www.zdrowko.com

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
M/0130

Pracowania 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
M/0382

GABINET LARYNGOLOGICZNY
MAŁGORZATA MIKULSKA
lekarz laryngolog specjalista foniatra
Przyjmuje: wtorek 17.00 - 19.00
Radom, ul. Główna 12
rejestracja codziennie tel 48 331 20 19
tel. dom. 660 426 797
M/0306

Karolina Tokarska-Trybuła
Logopeda, pedagog
Kompleksowa terapia logopedyczna
z możliwością dojazdu do klienta
tel. 514 - 071 - 642
Y/0569

Jeszcze o Kościele i pedofilii

Dokończenie ze str. 9.

A przecież tragedia tych dzieci jest tak samo wielka, niezależnie od tego kto je wykorzystuje.

Tymczasem dla dziennikarzy interesujący był tylko przedstawiciel Kościoła i nie potrafię oprzeć się przekonaniu, że zdecydowanie bardziej o Kościół tu chodzi, niż o dobro bezbronnych, krzywdzonych dzieci. Na marginesie zauważmy, że w tym rocznym „polowaniu" właściwie nie upolowano nic, poza spacerującym w cywilu nuncjuszem. Nagrano wprawdzie wstrząsające wypowiedzi prostytuujących się dominikańskich dzieci i jeśli, choć w części są one prawdziwe, słowa Jezusa o kamieniu młyńskim przywiązanym do szyi i głębokościach morza same się narzucają. Ale czy można z góry wykluczyć, że dzieci, będące w takim położeniu, iż są gotowe za pieniądze sprzedawać swoje ciało, nie sprzedadzą za pieniądze słów, choćby nieprawdziwych, dziennikarzowi, który od roku poluje i właściwie nie ma się z czym pokazać swojemu medialnemu mocodawcy? Nie twierdzę, że tak było - stwierdzenie takie mogłoby być bardzo krzywdzącym i niesprawiedliwym oskarżeniem. Jednak jego natychmiastowe odrzucenie również może prowadzić do szkodliwych i niesłusznych zarzutów.

Nie chcę bronić oskarżanych o pedofilię księży. Tu się nic nie da obronić, jeśli są choć w części winni. Nie twierdzę też, że Kościół nie ma w zwalczaniu pedofilii i jej zapobieganiu, zwłaszcza w przeszłości, swoich karygodnych zaniedbań. Te bolesne rany Kościoła nie usprawiedliwiają jednak tak zmasowanego medialnego ataku, którego rezultatem jest stworzenie obrazu Kościoła, jako największego zagrożenia dla dzieci.

Na wielu polach Kościół pozostaje bardzo często osamotnionym obrońcą dzieci, począwszy od tych jeszcze nienarodzonych. Kościół jak nikt inny broni życia, broni małżeństwo i rodzinę jako najlepsze środowisko rozwoju dziecka, stawia zaporę niszczącym dzieci koncepcjom wychowawczym związanym z ideologią gender czy fałszywie pojmowaną edukacją seksualną.

Kościół wciąż prowadzi na wielką skalę działalność wychowawczą, opiekuńczą, edukacyjną i - co najważniejsze - mimo grzeszności jego członków, Kościół nie przestaje być poranionym Ciałem Chrystusa i miejscem Jego zbawczego dzia-

Fot. Magda Skrok

Specjalistyczny Ośrodek Diagnozy 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
Danuta Kacprzykowska-Drotkiewicz
lek. laryngolog
wtorki w godz. 14-16
BEZPŁATNIE NFZ
zgłoszenia telefoniczne: 48 362 84 74 48 362 50 02
ZAPRASZAMY, RADOM ul. Wjazdowa 4
M/0451

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
K/0070

ILMED centrum rehabilitacji

BEZPŁATNE KONSULTACJE FIZJOTERAPEUTYCZNE
RADOM
UL. SIENKIEWICZA 34/ 2
(+48) 794 773 956
www.rehabilitacja-radom.pl

KINEZYTERAPIA
REHABILITACJA NEUROLOGICZNA METODĄ PNF
MEDYCYNA ORTOPEDYCZNA wg CYRIAX'A
GIMNASTYKA KOREKCYJNA
FIZYKOTERAPIA
MASAŻ
KINESIOTAPING

ZABIEGI ESTETYCZNE
LIPOLIZA-spalanie tkanki tłuszczowej
LASER-redukcja cellulitu i rozstępów
ULTRADŹWIĘKI
PLATFORMA WIBRACYJNA
MASAŻ MODELUJĄCY Tai- Chi
AEROBIK

R/0508

REHABILITACJA DOMOWA

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
R/0092

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
BIOPSJA MAMMOTOMICZNA PIERSI!
porady, konsultacje,
drobne zabiegi chirurgiczne
jednego dnia, choroby piersi
rejestracja: tel. 502164392
F/0331

ZBIGNIEW KUPIS
- specjalista chirurgii ogólnej
chirurgii naczyniowej i angiologii
Leczenie przewlekłej niewydolności żylnej i miażdżycy kończyn dolnych:
- Laserowe (EVLT, RF) i klasyczne operacje żylaków
- Skleroterapia żylaków z użyciem piany
- Kompresjoterapia
- Leczenie owrzodzeń żylnych i trudno gojących się ran
- Leczenie wewnątrznaczyniowe
- Leczenie zespołu stopy cukrzycowej
- USG Doppler żył i tętnic kończyn donych
Centrum Medyczne "MedJana"
Radom, ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)
48 363 33 73
603 612 943
F/0071

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

REH-COMPLEX
Michał Paprocki
FIZJOTERAPEUTA
Specjalista
ds. bezoperacyjnego
leczenia skolioz
Metodą F.E.D.
www.reh-complex.pl
Tel: 798-802-717
R/0111

PROKTOLOGIA
CHIRURGIA
ZBIGNIEW KOTUR
spec. chirurg
www.kotur.pl, gabinet@kotur.pl
- choroby odbytu i odbytnicy
- nowoczesne bezbolesne leczenie żylaków 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
F/0456

łania. Nie tylko pedofilia i inne niegodziwości ludzi Kościoła (choć te przede wszystkim), ale także fałszywy medialny obraz Kościoła będzie sprawiał, że wiele osób nie będzie chciało mieć z takim Kościołem nic wspólnego. Czy nie będzie to z krzywdą dla ich dzieci?

REHA - COMPLEX
REHABILITACJA
Pełny zakres usług rehabilitacyjnych
KONSULTACJE LEKARSKIE
zabiegi odpłatne i na NFZ
reha-complex.pl
RADOM
PORADNIA REHABILITACJI
ul. Sobieskiego 1 (MICHAŁÓW)
tel/fax: 48 345 15 99
KINEZYTERAPIA
m.in. ćwiczenia w basenie, ćwiczenia w domu pacjenta
FIZYKOTERAPIA
MASAŻ
m.in. leczniczy, limfatyczny,relaksacyjny
KOZIENICE
ODDZIAŁ REHABILITACJI
PORADNIA REHABILITACJI
Al. Sikorskiego 10 budynek Z
tel. 48 332 32 69, 512 040 525
prywatne pobyty pielęgnacyjno-rehabilitacyjne
rehabilitacja w domu u pacjenta
wypożyczalnia sprzętu medyczno-rehabilitacyjnego
R/0469

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
CHIRURGIA www.zdrowko.com
ZDROWIE www.zdrowko.com
REHABILITACJA www.zdrowko.com

AURUMDENT
RADOM UL. PAMIĘCI KATYNIA 12A/1
TEL. 530 704 300
48 36 99 900
www.aurumdent.pl
GABINET DENTYSTYCZNY
LEK. STOM. MAREK ZATORSKI
KOMPLEKSOWE LECZENIE - NOWOCZESNA PROTETYKA
J/0515

GABINET STOMATOLOGICZNY
lek. stom. Ewa Krupa-Pękala
przyjmuje pacjentów:
Radom, ul. Zielona 23
(w bloku przejście między 3-4 klatką)
rejestracja telefoniczna
tel. 48 33 12 012
606 712 214
J/0254

NZOZ DENT-ARTIS
lek. stom. Bożena Domańska
lek. stom. Anna Domanska
Radom ul. Waryńskiego 9a lok7 I piętro
tel.: 48 334 14 25, 604 481 599
Czynne 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

unident
JAWORSCY 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

NZOZ profident PRYWATNY GABINET STOMATOLOGICZNY
Radom, ul. Spółdzielcza 12
zapisy - tel. 48 385 00 17
lek stom. Elżbieta Kaczkowska
lek. stom. Renata Leszczyńska
lek. stom. Ewa Miernicka-Kołtunowicz
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
J/0402

multiDENT
GABINET STOMATOLOGICZNY
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
J/0410

GABINET STOMATOLOGICZNY
lek. stom. Justyna Głowacz
Katarzyna Wróbel- Kaczorowska
Pełen zakres usług:
- profilaktyka
- stomatologia zachowawcza
- stomatologia dziecięca
- chirurgia i protetyka stomatologiczna
- stomatologia estetyczna
- wybielanie zębów
- usuwanie osadu przez piaskowanie "AIR FLOW"
- RTG
ORTODONCJA
(aparaty stałe i zdejmowane)
Radom, ul. Poniatowskiego 6/20
48 36 21 899
J/0369

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
J/0563

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. 16-18[30]
lek.stom. Maria Kucharczyk-Boroś
specj. ortodonta
godz.przyjęć: 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)
J/0295 tel. 48 363 53 66

J/0294
GABINET STOMATOLOGICZNY
HUBERT SZWEDE
PROFILAKTYKA, LECZENIE,
NAPRAWA EKSPRESOWA PROTEZ,
CHIRURGIA, IMPLANTY, ORTODONCJA,
APARATY STAŁE I ZDEJMOWANE,
WYBIELANIE ZĘBÓW,
USUWANIE OSADU I KAMIENIA NAZĘBNEGO
Gabinet:
Radom,
ul.Traugutta 6,
tel. 48 36 249 22
Zapraszamy
od poniedziałku do piątku:
w godz. od 9 - 19

J/0108
Gabinet Stomatologiczny
Elżbieta Kaczkowska
Radom, ul.Dobra 19, tel. 48 3312544
czynny wtorek-czwartek od 15.00

"AGAMED"
CENTRUM MEDYCZNE
(przeniesione z ul. Kelles-Krauza 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. Tomasiak Irma
lek. stom. Kotlimowski Piotr
RTG zębów
Y/0156
protetyka, wybielanie zębów
GINEKOLOGIA
specj. ginekolog - położnik Świechowski Witold
USG USG USG USG USG USG USG
INTERNA
MEDYCYNA PRACY
badania wstępne i okresowe
Pytel Anna
lek. chorób wewnętrznych, specj. medycyny pracy
PRYWATNE POGOTOWIE STOMATOLOGICZNE
w soboty i niedziele w godz. 8[00]-21[00]

Katarzyna Patrycka
lic.tech.dent.
lapro_dentis
J/0566
- expresowa naprawa protez
- protezy osiadające częściowe i całkowite
- protezy elastyczne (acetalowe i acronowe)
- protezy całkowite z Vitaplexu
- protezy szkieletowe
- protezy overdentures
- korony i mosty licowane porcelaną
- szyny wybielające i relaksacyjne itd.
ZAPRASZAMY
Radom, ul. 11 Listopada 99a
tel. 504 537 068
czynne od poniedziałku do piątku
w godzinach: 9.00- 16.00
lub po wcześniejszym uzgodnieniu

Październik

No i znowu październik. Na szczęście aura zrehabilitowała się po fatalnym wrześniu i dookoła mamy cudne barwy jesieni, mieniące się w słońcu nostalgiczne poranne mgiełki, szelest liści pod stopami. No tak, bo październik to już niezaprzeczalnie jesień. Z czym kojarzy się ten miesiąc? Ano różnie, to zwykle zależy od naszego stanu ducha. Jednym kojarzy się z tęsknotą za minionym latem, tą „paskudną" jesienią, która przynosi melancholię, wzmożony apetyt na wszystko co tuczące i niezdrowe, krótkie dni, katar i… długo by wyliczać. Innym natomiast kojarzy się z obfitością grzybów, zapachem śliwek i jabłek, cudownie umiarkowaną temperaturą i pogodą, ruchem na świeżym powietrzu, w tym dłuuugimi spacerami, ze spokojnym przygotowywaniem się przyrody do zasłużonego zimowego snu po miesiącach wzmożonej aktywności.

Zdecydowanie warto myśleć pozytywnie o tym miesiącu, nie uronić ani jednego dnia i korzystać ze wszystkich dobrodziejstw tej pory roku.

Aby jednak cieszyć się jesienią, przede wszystkim pamiętajmy teraz o hartowaniu ciała, do czego należy wykorzystywać odpowiednio powietrze i wodę.

Czym jest to hartowanie? Niczym innym jak stopniowym przystosowywaniem organizmu do znoszenia niekorzystnych czynników zewnętrznych, m.in. w postaci chłodnej, deszczowej, jesiennej aury i skoków temperatury.

Aby organizm ludzki adaptował się do chłodu, właśnie chłodem należy nań oddziaływać. Obniżająca się na zewnątrz temperatura nie stanowi przeszkody do przebywania na świeżym powietrzu. Przeciwnie, regularne spacery w odpowiednio dobranym stroju, w którym nie przemarzniemy, ani nie przegrzejemy się, uodpornią nas na warunki atmosferyczne, wzmocnią odporność naszego organizmu. Musimy jednak pamiętać, że zwiększona odporność nie przyjdzie do nas po jednym spacerze w tygodniu. Hartowanie ciała wymaga systematyczności.

Do tego celu warto też wykorzystać wodę. Najprostszym sposobem jest regularne branie prysznica, naprzemiennie ciepłą i chłodną wodą.

Takie praktyki poprawiają odporność, termoregulację organizmu, a także korzystnie wpływają na nasz układ nerwowy. Nie wymagają też wielkiego wysiłku, czy dodatkowych nakładów finansowych.

Pamiętajmy, aby w hartowaniu organizmu nie przesadzić. Musi to być proces powolny i systematyczny, dostosowany do naszego stanu zdrowia. Jeśli w ramach hartowania udamy się na spacer w zimny dzień, w koszulce z krótkim rękawem, przeziębienie murowane.
Nie możemy też po przeczytaniu artykułu o świetnych rezultatach kąpieli w zimnej wodzie, wstać z kanapy i w październiku wykąpać się w jeziorze. Nieprzygotowany organizm narazimy wówczas na szok termiczny i wszelkie związane z nim powikłania. „Morsy", które czerpią korzyści z całorocznych kąpieli w zimnej wodzie, to ludzie, którzy bardzo długo przygotowywali swój organizm do tego rodzaju aktywności.

Hartujmy się zatem mądrze, a jeśli jeszcze dołożymy do tego racjonalną dietę bogatą w owoce i warzywa, nie pozbawioną od czasu do czasu drobnych szaleństw, na przykład w postaci placka ze śliwkami, jesień okaże się przepiękną porą roku, którą jest bez wątpienia.

Cyt. Sekcja Organiz. i Rozl. z N.F.Z R.Sz.S.

ZDROWIE STOMATOLOGIA www.zdrowko.com
ZDROWIE STOMATOLOGIA www.zdrowko.com
ZDROWIE STOMATOLOGIA www.zdrowko.com
ZDROWIE STOMATOLOGIA www.zdrowko.com

ZDROWIE www.zdrowko.com
ZDROWIE www.zdrowko.com
POLMEDIC www.zdrowko.com
POLMEDIC www.zdrowko.com
POLMEDIC www.zdrowko.com

Orteza - zło konieczne, czy nadzieja na sprawność, niezależność i poprawę jakości życia

Dokończenie ze str. 11.

Nowoczesne ortezy są lekkie, wytrzymałe, umożliwiają wykonywanie pełnego zakresu ruchów w stawie. Stosowane są zwykle okresowo i oprócz profesjonalnego doboru przez lekarza istotną sprawą jest ich akceptacja przez pacjenta. Dzięki szerokiej gamie ortez dostępnych obecnie na polskim rynku możliwy jest duży wybór.

3. Stosowane długotrwale przy czynnościach codziennych u osób niepełnosprawnych ruchowo, u których nastąpiło trwałe lub czasowe upośledzenie sprawności ruchowej w stopniu umiarkowanym i znacznym.

Zastosowanie ortez u tych pacjentów umożliwia poprawę sprawności ruchowej i osiągnięcie większego stopnia samodzielności. Dla tej grupy chorych większość zaopatrzenia ortopedycznego jest częściowo lub całkowicie refundowana przez NFZ na wniosek lekarza prowadzącego. **Dobór prawidłowych ortez odbywa się pod nadzorem lekarza specjalisty** – dobiera się nie tylko rodzaj i typ ortezy, ale również określa czas i warunki jej stosowania. Istotną rolę w powodzeniu stosowania ortezy odgrywa również akceptacja i zdyscyplinowanie pacjenta. Dobrze dobrana orteza poprawia komfort życia, zmniejsza i zapobiega występowaniu dolegliwości bólowych, pozwalając na zmniejszenie dawek leków przeciwbólowych i przeciwzapalnych, często umożliwia samodzielne poruszanie.

Orteza jest wyrobem medycznym powodującym określone skutki i w tym aspekcie niezwykle istotna jest kompetentna pomoc technika rehabilitacji w dopasowaniu i nauce samodzielnego zakładania przez pacjenta. Odbywa się to w punkcie wydawania zaopatrzenia ortopedycznego. Niedopasowanie prawidłowej ortezy może spowodować powikłania (zbyt luźna nie spełni swojego zadania, zbyt ciasna może spowodować obrzęki, niedokrwienie, zapalenie żył z zakrzepicą, otarcia) i zniechęcić pacjenta do jej stosowania. Wydanie pacjentowi nieodpowiedniej ortezy może spowodować podobne skutki, a nawet doprowadzić do uszkodzenia stawu i tkanek otaczających. W przypadku stosowania stabilizatorów kolana i stawu skokowego, przy współistnieniu zmian żylakowych lub obrzęków naczyniowych, niezbędne jest stosowanie u chorego dobrej jakości pończoch przeciwżylakowych. Zadaniem osoby dopasowującej określony aparat jest nauczenie pacjenta prawidłowego zakładania. Problem ten, często lekceważony, może spowodować niepotrzebne komplikacje i powikłania (możliwe jest odwrotne zakładanie aparatu, nieprawidłowe dociąganie pasów regulujących, wyciąganie bolców regulujących ustawienia kątowe lub elementów wzmacniających konstrukcję). Fachowość personelu pracującego w punktach zaopatrzenia ortopedycznego może niejednokrotnie zadecydować o końcowym sukcesie całego procesu terapeutycznego.

Aparaty tego samego typu różnych firm mogą się w bardzo dużym stopniu różnić jakością użytych materiałów, trwałością i skutecznością. Końcowym etapem doboru określonej ortezy jest sprawdzenie przez lekarza prowadzącego prawidłowości użytkowania zleconego zaopatrzenia

Kompleksowa opieka medyczna

Łączymy swoją wiedzę i doświadczenie
definiując nową jakość opieki medycznej

POLMEDIC + PROF-MED = polmedic

Zapraszamy do naszych placówek:
ul. Okulickiego 76 | ul. Okulickiego 74 | ul. Domagalskiego 7 | ul. Osiedlowa 9

polmedic

rejestracja: 48 383 08 38
www.polmedic.com.pl

foto: Piotr Kliszcz

ortopedycznego.

Zaopatrzenie ortotyczne jest jednym z elementów kompleksowego postępowania terapeutytcznego. Stosowane ortezy, kontrolując ruchy określonych stawów , zastępują układ uszkodzonych stabilizatorów fizjologicznych – czynnych, czyli mięśni i biernych – aparatu więzadłowo torebkowego. Zabezpieczając przed pogłębianiem się istniejących uszkodzeń pozwalają na skuteczniejsze działanie naturalnych dla organizmu procesów naprawczych, jednak zastępując częściowo funkcję układu mięśniowego, powodują jego zaniki. Problem ten, często wyolbrzymiany, zniechęca znaczną część lekarzy i pacjentów do stosowania ortez we wczesnych i średnio zaawansowanych stanach chorobowych. Nawet najlepsza orteza nie jest panaceum na wszystko, a jedynie istotnym elementem złożonego procesu leczenia. Warunkiem koniecznym prawidłowego i bezpiecznego stosowania jest systematyczne i prawidłowe wykonywanie odpowiednio dobranych dla danego schorzenia ćwiczeń wzmacniających układ mięśniowy. Nauka ćwiczeń odbywa się pod opieką magistra lub technika rehabilitacji na zlecenie lekarza prowadzącego. Odpowiedni dobór ćwiczeń i zdyscyplinowanie pacjenta w ich systematycznym wykonywaniu wzmacnia układ mięśniowy. Zapobiega również zanikom i niejednokrotnie pozwala na ograniczanie czasu stosowania ortezy (a nawet pozwala na rezygnację z jej użytkowania).

Urynkowienie sfery usług medycznych, wzrost świadomości medycznej pacjentów, wpływ firm ubezpieczeniowych na polskim rynku (możliwość procesów o odszkodowania za zaniechanie określonych procedur medycznych) sprawi, że w najbliższych latach znajomość dostępnych ortez i ich stosowanie w środowisku medycznym stanie się równie istotne jak znajomość rynku farmaceutycznego.

Reasumując - nowoczesne ortezy w sposób istotny podnoszą jakość życia i stopień sprawności pacjentów, stanowiąc jeden z istotnych elementów kompleksowego leczenia. Warunkiem powodzenia jest odpowiednie dobranie aparatu, z określeniem zasad jego stosowania, przez doświadczonego lekarza specjalistę, odpowiednie dopasowanie przez technika rehabilitacji w punkcie zaopatrzenia ortopedycznego i prawidłowe użytkowanie przez pacjenta (z uwzględnieniem systematycznego wykonywania zaleconych ćwiczeń).

USG
dr n.med. Jarosław Więckowski
specjalista radiodiagnostyki
BADANIA: jamy brzusznej, tarczycy, piersi, prostaty, przezciemiączkowe, 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
B/0335

NZOZ Usługi Rentgenowskie
Rezonans Magnetyczny
Kompleksowe badanie rezonansem magnetycznym na aparacie SIMENS MAGNETOM ESSENZA 1,5 Tesli
Henryk Gruszka
Akademickie 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)
L/0553

RADOM diagnosis
ul. Tochtermana 1
(budynek Radomskiego Szpitala Specjalistycznego)
26-610 Radom
B/0501
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

Starość znaczy pełnia

Perspektywa rozwojowa starzenia się

Starość jawi się jako czas pomyślny, w którym dopełnia się miara ludzkiego życia.

(bł. Jan Paweł II)

Piękne są opisy życia biblijnych staruszków. Abraham i jego żona Sara, Jakub, Mojżesz, Dawid, Zachariasz i Elżbieta, prorokini Anna czy mędrzec Symeon z wiekiem stawali się coraz piękniejszymi, duchowo dojrzałymi ludźmi. Osiągnięcie starczego wieku było dla nich znakiem Bożego błogosławieństwa. Odchodzili z tego świata „syci dni swoich". Na ich przykładzie uczymy się patrzeć na okres starości jako na czas, gdy nasza prawdziwie ludzka egzystencja osiąga swoją pełnię.

Starość w powszechnym odczuciu wiąże się przede wszystkim z koniecznością godzenia się z faktem, że tak wiele trzeba utracić. Zdajemy sobie sprawę, że na starość stracimy pracę, z każdym rokiem i miesiącem pogorszy nam się zdrowie, będziemy przeżywać samotność z powodu odejścia z tego świata naszych bliskich, przyjaciół, znajomych. Od strony medycznej starość opisujemy jako naturalny proces obniżania się sprawności psychofizycznej. Osoba starsza szybciej się męczy, pogarsza się jej pamięć, wolniej wykonuje domowe prace, coraz trudniej uczy się nowych umiejętności. Od strony psychologicznej jednak starość jawi się nie jako postępujący regres, ale jako kolejny etap rozwoju.

W okresie starzenia się rozwój nie mierzy się ilością wykonanych zadań, lecz poziomem osobowego spełnienia. Spowolnienie tempa życia stwarza możliwość, by podejmowanym aktywnościom nadać duchową głębię. Od strony poznawczej rozwój osoby starszej dokonuje się poprzez syntezę życiowych doświadczeń i odnajdywanie ich ostatecznego sensu. Zasadnicze znaczenie dla jakości przeżywania wieku starczego ma zatem pogłębianie życia duchowego, umacnianie zażyłości z Bogiem - postrzeganym jako pełnia Miłości i spełnienie najgłębszych pragnień - oraz rozwój pobożności w kierunku prostoty i mistycznej głębi.

Pozwolę sobie na zakończenie przywołać krótką rozmowę telefoniczną z bardzo starym już wtedy biskupem Edwardem Materskim. Rozmowę rozpocząłem od złożenia życzeń z okazji imienin. Ku mojemu zaskoczeniu 88-letni Ksiądz Biskup zapytał mnie o temat pracy naukowej, którą wtedy podejmowałem. Z zainteresowaniem wysłuchał opisu problematyki moich badań i podzielił się własnymi sugestiami. Wiem, że wiele osób było urzeczonych pięknem jego spełniającego się w starości człowieczeństwa.

ks. Konrad Wójcik, kapelan szpitalny, psycholog

Akademickie Centrum Medyczne

Świadczy usługi w zakresie:

- **bezinwazyjnego leczenia skolioz**, kifoz i lordoz Metodą **F.E.D**
  jedyny aparat w regionie
- usuwanie ostróg piętowych, leczenie stawów rzekomych, dolegliwości ścięgna Achillesa, leczenie zaburzeń zrostu kostnego, punktów bólowych **falą uderzeniową**
  jedyny tego typu aparat w regionie
- **leczenie tarczycy, zakrzepicy, choroby żylakowej, naczyniaków, 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, bieżnia oraz w pełni wyposażona sala do gimnastyki korekcyjnej
- **kompleksowa fizykoterapia**
  - ciepłolecznictwo - okłady fango
  - zimnolecznictwo - krioterapia punktowa oraz „thermopress" zestaw okładów miejscowo chłodzących do 0^0

jedyne takie urządzenie w regionie

- gimnastyka korekcyjna wraz z profesjonalną siłownią dla dzieci
- masaż leczniczy oraz relaksacyjny
- łóżka rekondycyjne - sposób na odchudzanie, zestaw ośmiu łóżek wykonujący ruchy w różnych płaszczyznach bez wysiłku osoby ćwiczącej
- magnetoterapia
- elektroterapia
- światłolecznictwo
- laseroterapia
- ultradźwięki
- hydroterapia

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

Y/0557

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

Jesień życia

Określenie „jesień życia" nawiązuje nieco poetycko do tej pięknej pory roku, która jednak podobnie jak „jesień życia" ma co najmniej dwa oblicza: jedno kolorowe, radosne, a drugie chłodne, szare i smutne.

Powodem smutku w „jesieni życia" często jest najsmutniejsza z chorób, którą jest depresja.

Depresja po 65 roku życia zajmuje obecnie czwarte miejsce jako choroba przewlekła wśród osób starszych.

Depresji nie należy mylić z okresowym występowaniem pogorszonego samopoczucia. Jest to choroba charakteryzująca się występowaniem takich objawów jak:

- przewlekły smutek, brak energii życiowej, przewlekłe zmęczenie,
- spadek aktywności życiowej, problemy z wykonywaniem czynności, które do tej pory nie sprawiały trudności
- utrata zainteresowań,
- problemy ze snem (osoba cierpiąca na depresję ma problemy z zasypianiem, spłyceniem snu oraz wczesnym budzeniem się),
- długofalowy lęk i niepokój, irracjonalne poczucie zagrożenia, oczekiwanie na same złe wydarzenia,
- zaniedbywanie własnej higieny i/lub higieny otoczenia,
- brak apetytu i co za tym idzie spadek masy ciała,
- brak koncentracji,
- poczucie winy oraz poczucie niskiej wartości,
- zwiększone spożycie alkoholu lub innych używek.

W życiu starszych osób pojawia coraz więcej zdarzeń o charakterze straty. Może to być utrata bliskiej osoby, ale także utrata pracy (przejście na emeryturę), a co za tym idzie utrata dotychczasowego statusu społecznego i często ekonomicznego oraz konieczna zmiana priorytetów. Niebagatelne znaczenie ma także postępująca utrata sprawności i atrakcyjności fizycznej, co w świecie „obowiązkowej młodości" jest dodatkowym czynnikiem steresogennym.

Wszystkie te zdarzenia powodują zmiany, a starszy człowiek źle przystosowuje się do zmian.

Pamiętajmy, że aby pomóc starszym osobom, które zachorowały na depresję, nie wystarczą dobra diagnoza i leki, ale niezbędne jest wsparcie rodziny, przyjaciół, generalnie osób bliskich.

Trzeba łagodnie mobilizować osobę chorą na depresję, do różnych form aktywności, nie wyręczając jej w codziennych sprawach. Nie zapominajmy o tym, że nie wystarczy powiedzieć „weź się w garść", aby objawy depresji zniknęły same z siebie. Szczególnie ważne jest zapewnienie starszemu człowiekowi poczucia, że jest potrzebny i użyteczny. Dopiero takie działanie poparte leczeniem farmakologicznym przy użyciu odpowiednio dobranego antydepresantu, pozwoli na pokonanie depresji. W razie potrzeby można zastosować psychoterapię.

Mimo że żyjemy w XXI wieku, nadal w wielu środowiskach panuje przekonanie, że udanie się do psychiatry czyni z nas „wariata", czyli osobę, która z tym piętnem, w otoczeniu ludzi „normalnych", będzie żyć już do końca swojego życia.

Warto wiedzieć, że organizm człowieka stanowi całość i tak jak choroba może zaatakować np. nogę, czyniąc nas inwalidą, tak i zachorować może też nasza psychika, gdy cierpimy na skutek utraty sprawności i sami nie potrafimy sobie z tym cierpieniem poradzić.

Przekonajmy zatem osobę starszą, mającą objawy sugerujące depresję, do wizyty u psychiatry, oferując jej jednocześnie wszelkie możliwe wsparcie.

Cyt. Sekcja Organiz. i Rozl. z N.F.Z R.Sz.S.

Fot. http://www.lilinaturalna.com/

GABINET PEDIATRYCZNY
wizyty domowe
MARTA NAZIMEK
specjalista chorób dzieci, diabetolog
tel. 696 50 15 15
T/0539

Radom, ul. Słowackiego 140a, tel/fax: 48 365 05 56, kom. 502 451 002
Czynne: pon-pt:10-17
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

Katarzyna Sułecka-Skuza
LEKARZ CHORÓB DZIECIĘCYCH
WIZYTY DOMOWE
48 34-59-607
603605986
S/0028

SPECJALISTYCZNY GABINET PEDIATRYCZNY
lek. med. Piotr Słyk
specjalista chorób dziecięcych, radiolog
Radom, ul.Sienkiewicza 32
tel. 48 36-26-058
BADANIA USG
również
WIZYTY DOMOWE
wtorek 14^{00} - 15^{00} środa 15^{30} - 17^{00}
Tel.dom. 48 385-11-42 tel.kom.603208589
T/0074

www.nzoz-srodmiescie.pl

Z/0262

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
BEZPŁATNIE
W 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
tel. 48 362-12-25
D/0047

ESTIVANCE
www.estivance.pl
Dr n. med. Maciej Krajewski
specjalista dermatolog
(zaufanie ok. 30 tysięcy pacjentów w Radomiu i w Warszawie od 2000r.)
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*

D/0432

Radom (Ustronie), ul. Gagarina 1, tel. 48 360 44 56
Warszawa (Mokotów), ul. Bukowińska 22a, tel. 22 898 34 51

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

ZTM Stymat
REFUNDACJA - umowa z NFZ

AA/0076

* 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 przeciwodleżynowe *
Glukometry * Ciśnieniomierze * Inhalatory * Ssaki *
APARATY DO MIERZENIA CIŚNIENIA GŁOŚNOMÓWIĄCE

SERWIS GWARANCYJNY I POGWARANCYJNY NA MIEJSCU

BEZPŁATNE badanie słuchu, laryngolog-konsultacje

ZAPRASZAMY: 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

Bogactwo natury – aronia

Aronia jest dość blisko spokrewniona zarówno z jarzębiną, jak również z jabłonią i gruszą, gdyż należy do tej samej rodziny (różowate) oraz podrodziny (jabłkowe). W naszym kraju uprawiana jest przede wszystkim aronia czarnoowocowa, zwana też czarną.

Uprawa aronii nie jest wymagająca. Praktycznie obojętny jest rodzaj gleby w jakiej rośnie, jak również stanowisko, chociaż preferuje miejsca słoneczne. Jest niezwykle wytrzymała na mrozy, dzięki czemu praktycznie nie występują przypadki przemarznięcia tej rośliny. Ponadto wytwarzane przez nią kwiaty są odporne na niskie temperatury, przez co wiosenne przymrozki nie mają większego wpływu na wielkość plonów

Nie wszyscy wiedzą, że aronia uważana jest za najzdrowszy owoc jagodowy na świecie - tzw. bombę witaminową. Zawiera duże ilości witamin C, B1, B2, B6, E, składników mineralnych, antyutleniaczy i mikroelementów. Jest też jedynym tak doskonałym źródłem witaminy PP. Jej owoce mają także działanie odżywcze i antytoksyczne.

Wyciąg z aronii pozwala dość skutecznie regulować nadciśnienie tętnicze, zapobiega odkładaniu się cholesterolu w ściankach tętnic, oraz chroni przed chorobami serca. Spadek ciśnienia notowano zaledwie po sześciu tygodniach terapii u niemal wszystkich badanych osób. Owoce i sok, oraz przetwory z aronii zapobiegają miażdżycy. Działają przeciwkrwotocznie i uspokajająco oraz przeciwnowotworowo.

Największą ilość antyoksydantów i rutyny (rutozyd), zawiera świeżo wyciśnięty sok. Najlepiej jest go zrobić samemu, ale można też nabyć gotowe produkty z aronii w sklepach ze zdrową żywnością,

Spożywanie tego owocu to same plusy. Obecność antocyjanów opóźnia proces starzenia, usprawnia przemianę materii i poprawia gospodarkę tłuszczami oraz uodparnia skórę na szkodliwe działanie promieni słonecznych UV. Regularne spożywanie aronii poprawia pamięć i procesy uczenia się.

Te niepozorne owoce mają same zalety, warto więc się nimi zainteresować i na stałe włączyć do swojego jadłospisu.

Cyt. Sekcja Organiz. i Rozl. z N.F.Z R.Sz.S.

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**

G/0343

Radom, ul. Sienkiewicza 32,
tel. 48 3626058,
www.usgradom.pl

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

G/0526
Ginekolog - położnik
Małgorzata Hejnar - Szczerbińska
Radom, ul Szewska 5
tel.: 602 288 359, 48 363 15 52 **USG**

Rozważania

Przemiana uczuć

Warto poświęcić nieco szczególniejszą uwagę życiu uczuciowemu. Przecież każdy z nas coś „czuje", jest zawsze coś, co bardzo nas dotyka. Współcześnie nierzadko przecenia się uczucia; niejednokrotnie normę życia stanowi to, co „się czuje". To dość poniżające dla człowieka, żeby tak mała cząstka jego potencjału miała mieć aż takie znaczenie. Jesteśmy czymś więcej niż uczuciami. Jednak to Bóg stworzył życie uczuciowe i według Jego zamysłu ma ono zająć specjalne miejsce w naszej wspólnocie z Nim.

Aby tak się stało, musi ono zostać podporządkowane, musimy pozwolić naszemu rozumowi – oświeconemu wiarą, i woli – kierowanej miłością, aby stały się przewodnikami życia uczuciowego. To zakłada radykalną wewnętrzną ascezę oraz czuwanie, lecz ten kto odważy się podjąć taki wysiłek, doświadczy cudownej transfiguracji życia uczuciowego. Stanie się ono instrumentem, lirą w rękach Boga, a kiedy on uderza w struny, rozbrzmiewa prawdziwie cudowna muzyka. Zarówno ból, jak i radość będą niebiańskimi tonami bez cienia rozczulania się nad sobą. Choć takie przekształcenie nigdy w pełni nie dokona się w nas tutaj na ziemi, możemy go już zasmakować, będąc gotowi zrezygnować z powierzchownych uczuć. Im więcej naszego potencjału zostanie poddane owej transfiguracji, tym bardziej Bóg będzie uwielbiony.

(*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

SWPZZPOZ KRYCHNOWICE

MSZA ŚWIĘTA w kaplicy szpitalnej:
od pn. do so. godz. 7.45, Niedziela o godz. 9.30
SPOWIEDŹ: codziennie w kaplicy lub na oddziale
KAPELANI: ks. M. Kszczot, ks. K. Wójcik

ZDROWIE www.zdrowko.com
GINEKOLOGIA www.zdrowko.com
POSŁUGA DUSZPASTERSKA W SZPITALACH www.zdrowko.com

www.zdrowko.com
www.zdrowko.com
www.zdrowko.com

TANIA APTEKA RODZINNA

Radom, ul. Traugutta 40
Czynna: Pon-Pt: 8-22, Sb: 8-14

tel. 48 330 84 12

A/0568

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

Radosław Pawlik
mgr farm.

Radom
ul. **Warszawska 4**

tel. **48 36 47 101**

A/0131

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

mgr farmacji
Helena Borysewicz-Pawlik

Radom
ul.Chrobrego 9
tel. **48 36 407 07**

A/0007

APTEKA Medella

7 dni w tygodniu

ul. Okulickiego 47 Radom

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

A/0556