

ZDRÓWKO

INFORMATOR BEZPŁATNY

Czas Zmartwychwstania

Tegoroczne Święta Wielkanocne będą dla nas Polaków szczególne, ponieważ już za chwilę - 27 kwietnia - przeżywać będziemy kanonizację naszego rodaka Jana Pawła II. Będąc kapłanem, ale przede wszystkim świętym człowiekiem wskazywał nam swoim nauczaniem oraz życiem dokąd wszyscy powinniśmy zmierzać. Czy potrafimy Go

naśladować? Czy dziś wierzymy tak jak wtedy, kiedy był z nami w chwilach radości i smutku, że prowadzi nas właściwą ścieżką?

Niech te Święta będą okazją do rozważań nad tajemnicą śmierci i zmartwychwstania. To wyjątkowy czas w roku i warto go owocnie przeżyć.

ZG



*Otrzyjcie już łzy płaczący,
żale z serca wyzujcie
Wszyscy w Chrystusa wierzący,
weselcie się, radujcie.
Bo zmartwychwstał samowładnie,
jak przepowiedział dokładnie.
Alleluja, alleluja,
Niechaj zabrzmi
- Alleluja !*

Wszystkim czytelnikom ZDRÓWKI życzymy wspaniałych Świąt Wielkiej Nocy.

Niech nadzieja i radość wielkanocnego poranka towarzyszy w rodzinnych spotkaniach, pełnych wzajemnej życzliwości i pokoju. Radość i nadzieja jaką niesie ze sobą Wielkanoc niech towarzyszą również tym wszystkim, którzy czas świąt spędzać będą w szpitalach.

A ponieważ tegoroczne święta przeżywać będziemy na progu kanonizacji Jana Pawła II, zapewne zapiszą się w naszej pamięci jako szczególnie ważne i cudowne.

Zbigniew Gumiński z zespołem redakcyjnym ZDRÓWKI

ARTYKUŁY :

Różana pielęgnacja

Czytaj na stronie 3.

Święci nie przemijają

Czytaj na stronie 4.

Choroba Addisona

Czytaj na stronie 8

Otyłość - problem estetyczny czy choroba?

Czytaj na stronie 10

Wiosenne alergie

Czytaj na stronie 12.

Bogactwo natury - cytrusy

Czytaj na stronie 17.

Na kłopoty... mediacja

Czytaj na stronie 18.

Wielki Tydzień

Czytaj na stronie 23.

Biuro Obsługi Działalności Medycznej s.c.

Radom, ul. 25-go Czerwca 57, tel. 483655539, 483622975 w godz. 8⁰⁰ - 17⁰⁰

UWAGA: przeniesione z ul. Granicznej

Gwarantujemy fachową i miłą obsługę

Możliwość skorzystania z porad prawnych

Oferuje usługi dla podmiotów prowadzących działalność medyczną:

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



POSIADAMY SPRZĘT NAJNOWSZEJ GENERACJI:
RTG cyfrowe, USG z elastografią, lampa PUVA

Realizujemy bezpłatne usługi medyczne w ramach **NFZ** oraz komercyjnie



Radom, ul. Gagarina 1

☎ **48 367 15 10**

Poradnie medycyny rodzinnej

☎ **48 366 81 51**

Poradnie specjalistyczne

☎ **48 366 81 52**

Leczenie szpitalne

Od poniedziałku do piątku
od 7⁰⁰ do 18⁰⁰

www.medicon.com.pl

- **medycyna rodzinna**
- **poradnie specjalistyczne**
- **medycyna pracy**

- **leczenie szpitalne - krótkie terminy!**

zespół chirurgii jednego dnia w zakresach:

- chirurgia ogólna i naczyniowa
- chirurgia plastyczna (komercja)
- ginekologia
- otorynolaryngologia
- urologia
- ortopedia i traumatologia narządów ruchu
- proktologia



Komercyjne usługi medyczne (od 1 marca)

- **kardiologia**
(echo serca, holter EKG, holter ciśnieniowy, testy wysiłkowe)
- **neurochirurgia**
konsultacje profesorskie
- **neurologia**

Z/0073

SPIS OGŁOSZEŃ

LEKARZE SPECJALIŚCI

Alergologia – str. 22
Chirurgia – str. 15
Dermatologia – str. 22
Endokrynologia – str. 11, 14
Ginekologia – str. 2, 7
Hematologia – str. 5
Interna – str. 4, 14, 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. 11
Psychologia – str. 11
Rehabilitacja – str. 7, 15, 18
Stomatologia – str. 16, 17
Urologia – str. 11
USŁUGI MEDYCZNE
Apteki – str. 13, 24
Pielęgniarnictwo – str. 6, 7
Opieka długoterminowa – str. 6, 7
NZOZ, Przychodnie – str. 2, 3, 18, 20, 21

SKLEPY MEDYCZNE

– str. 21, 22

DIAGNOSTYKA

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

ZDROWIE I URODA

– str. 5, 11, 12, 22

MEDYCYNĄ 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, 20, 21, 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
- tarczycy, ślinianki, węzły chłonne
- jądra, prostata
- gruczoły piersiowe
- stawy biodrowe u niemowląt
- stawy u dorosłych
- badanie przezcięmiączkowe mózgu
- przepływy w naczyniach (DOPPLER COLOR)

ZAPRASZAMY

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

B/0142

Różana pielęgnacja

Róża to nie tylko roślina ozdobna, ale między innymi źródło pozyskiwania składników wykorzystywanych w kosmetyce. Jednym z produktów stosowanych do celów kosmetycznych jest woda różana.

Tradycyjnie woda różana powstaje w wyniku destylacji parą wodną płatków róży damasceńskiej. Poza pięknym, naturalnym różanym zapachem posiada niezrównane właściwości pielęgnacyjne, m.in. odświeża, tonizuje, nawilża skórę, przywracając jej naturalną równowagę. Regeneruje skórę wrażliwą, przesuszoną, ze skłonnością do pękających naczynek. Codzienne stosowanie wody różanej powoduje, że poprawia się gładkość i elastyczność skóry oraz poziom jej nawilżenia. Szczególnie polecana jest do pielęgnacji skóry dojrzałej, pozbawionej witalności, poszarzałej, może być też stosowana jako uzupełnienie kuracji przeciwtrądzikowych, w tym trądziku różowatego.

Woda różana doskonale nadaje się jako element składowy domowych maseczek do twarzy; poprawia oddziaływanie pozostałych składników. Wodę różaną można śmiało stosować również do pie-

lęgnacji włosów, do płukanek i maseczek. Dzięki temu włosy staną się pełne życia, miękkie i gładkie. Można też robić okłady na powieki, wacikami nasączonymi wodą różaną.

Róża to także źródło pozyskiwania olejku różanego o szerokim zastosowaniu kosmetycznym i aromaterapeutycznym.

Naturalny olejek różany wygładza i nawilża skórę, ma działanie przeciwzmarszczkowe, redukuje blizny, łagodzi skutki poparzeń słonecznych, przywraca blask włosom i zmniejsza ich wypadanie. Regularnie wcierany w płytki paznokci, powoduje ich wyraźne wzmocnienie oraz nawilżenie i zmiękczenie skórek wokół paznokci.

Kąpiele z dodatkiem olejku różanego wspomagają leczenie stanów zapalnych skóry, rozgrzewają i działają przeciwbólowo. Stosowany w aromaterapii; łagodzi napięcie nerwowe, poprawia nastrój i dodaje energii.

Zaczerpnijmy zatem z róży wszystko co najlepsze, pamiętając, że jej walory dekoracyjne i symbolika miłości, to dopiero początek jej niezwykłych właściwości.

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

**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
Przyjmują lekarze:

Jolanta Kopec specj. med. rodzinnej - pediatra
Leszek Kopec 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 Łańczyk specj. ginekolog położnik
Paweł Mazur dr n.med. specj. ginekolog - położnik
Miroslaw 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



zaprasza na badania

Oferujemy badania z zakresu:

- hematologii
- koagulologii
- analitiky ogólnej
- chemii klinicznej
- diagnostyki niepłodności
- diagnostyki chorób tarczycy
- diagnostyki infekcji wirusowych
- diagnostyki onkologicznej
- serologii grupy krwi
- autoimmunologii
- bakteriologii
- mykologii
- genetyki

Nowe badania:

- witamina D3
- HbA1c met HPLC
- Borelioza w klasie IgG, IgM
- HE4 nowy marker raka jajnika
- HPV
- test PROM
- p/ciała przeciw plemnikowe,
- p/ciała ANA 1, ANA 2, ANA 3
- BTA marker raka pęcherza moczowego
- badanie nasienia wg zaleceń WHO
- panele alergologiczne

**Profesjonalna obsługa
Zawsze wiarygodne wyniki**

Radom, ul. Słowackiego 48
tel./fax 48/36-54-933
www.medica.radom.pl
medica@medica.radom.pl

Zapraszamy: Pn-Pt 7.00-19.00, So 7.00-15.00

Święci nie przemijają, święci wołają o świętość

Ks. Andrzej Jędrzejewski



dr socjologii, wykładowca, m.in. socjologii religii i katolickiej nauki społecznej w IT UKSW w Radomiu oraz w WSD w Radomiu, asystent diecezjalny Akcji Katolickiej, proboszcz parafii św. Stefana w Radomiu.

Przygotowujemy się do kanonizacji Jana Pawła II, czerpiemy ze świadectwa jego życia, przypominamy jego nauczanie i wielki pontyfikat Papieża Polaka. Wielu z nas doskonale pamięta tamten wieczór, 16 października 1978 r., gdy o godzinie 18.18. pojawił się biały dym nad Kaplicą Sykstyńską, a potem kardynał Felici wypowiedział uroczystą formułę „Annuntio vobis gaudium magnum: Habemus papam”. Jakaż wielka była nasza radość, jakie szczęście i duma, gdy okazało się że nowym następcą św. Piotra, ku zaskoczeniu niemal wszystkich, został człowiek z dalekiego kraju, Karol Wojtyła – Jan Paweł II. Swoją pontyfikat zaczyna od znamienitych słów: „Nie lękajcie się! Otwórzcie drzwi Chrystusowi!” I odtąd całą swą posługą zabiega o to, by we wszystkich zakątkach świata otwierały się granice państw i drzwi ludzkich serc dla Chrystusa.

W tym wołaniu „Nie lękajcie się” była jakaś ogromna moc, której szczególnie doświadczaliśmy już podczas pierwszej

papieskiej pielgrzymki do Ojczyzny. Wielki krzyż na warszawskim Placu Zwycięstwa i sprawowana przez Ojca Świętego Eucharystia, homilia, w której nauczał nas, że „bez Chrystusa nie można zrozumieć ani człowieka, ani dziejów tego narodu”, a potem to słynne wołanie, które okazało się mieć moc sprawczą: „Niech zstąpi Duch Twój i odnowi oblicze tej ziemi”. Z tego wołania, z tej modlitwy, z tej odwagi i mocy, jaką zaraził nas Papież, rodził się wielki ruch Solidarności.

Po tych miesiącach entuzjazmu i nadziei przyszły chwile trudne. Całym światem wstrząsnął zamach na Jana Pawła. Z łękiem czekaliśmy na każdą wiadomość z kliniki Gemelli i modliliśmy się z drżącym sercem za Papieża. Nie sposób zapomnieć zorganizowanego przez studentów kilkusetosobnego białego marszu, który przeszedł ulicami Krakowa i zakończył się na Rynku Mszą św. w intencji Ojca Świętego. A on nas znów uczył, już nie tylko słowami, co znaczy chrześcijaństwo, gdy po opuszczeniu szpitala zaniósł przebaczenie temu, który chciał go zabić. I uczył jaką moc ma zawierzenie Maryi, bo przecież dla niego było oczywiste, że to Maryja uchroniła go przed śmiercią. Zamach był przecież w rocznicę fatimskich objawień, stąd też dziękczynna piel-

grzymka do Fatimy. Totus tuus – cały Twój Maryjo. Dopelniała się fatimska tajemnica.

Potem przyszła noc stanu wojennego. Ojciec Święty, przybywając z drugą pielgrzymką do Ojczyzny, całuje polską ziemię, wypowiadając wzruszające słowa: „Polska jest matką szczególną. Niełatwe są jej dzieje, zwłaszcza na przestrzeni ostatnich stuleci. Jest matką, która wciąż na nowo cierpi. Dlatego też ma prawo do miłości szczególnej. Pokój tobie Polsko, Ojczyzno moja”. I umacniał naszą nadwątloną nadzieję, wypowiadając słowa, które są wciąż aktualne: „Dla chrześcijanina sytuacja nigdy nie jest beznadziejna. Chrześcijanin jest człowiekiem nadziei”.

Gdy nadzieje zaczęły się spełniać i cieszyliśmy się wolną Polską przestrzegaliśmy nas Papież przed złym użyciem wolności. „Prawdziwa wolność wymaga ładu moralnego. W sytuacji pustki w dziedzinie wartości, gdy w sferze moralnej panuje chaos i zamęt – wolność umiera, człowiek staje się niewolnikiem – niewolnikiem instynktów, namiętności czy pseudowartości” – mówił Jan Paweł II. Niezwykle osobiste i dramatycznie zabrzmiały słowa wypowiedziane w Kielcach. Papież mówił tam o rodzinie i jej zagrożeniach. Odchodząc od przygotowanego tekstu, z wyraźnym cierpieniem i chyba nawet jakąś goryczą wołał: „Mówię tak, jak mówię, ponieważ to jest moja matka, ta ziemia! To jest moja Matka, ta Ojczyzna! To są moi bracia i siostry! I zrozumcie, wy wszyscy, którzy lekkomyślnie podchodzicie do tych spraw, zrozumcie, że te sprawy nie mogą mnie nie boleć. Was też powinny boleć! Łatwo jest zniszczyć, trudniej odbudować”.

Z czasem Papież przemawiał do nas coraz bardziej już nie tylko słowami, ale krzyżem swojego cierpienia. Na progu nowego tysiąclecia mówił: „Zrozumiałem, że mam wprowadzić Kościół Chrystusowy w trzecie tysiąclecie przez modlitwę i wieloraką działalność, ale przekonałem się później, że to nie wystarcza: trzeba było wprowadzić go przez cierpienie”. Ludzi chorych i cierpiących, przez świat często spychanych na margines, on nazywał skarbem Kościoła.

Ofiarując swe życie bez reszty, nieustannie bronił godności i świętości ludzkiego życia, zwłaszcza najsłabszych: nienarodzonych, niepełnosprawnych, chorych i starych; zabiegał o pokój na świecie, dążył do jedno-

PRYWATNY GABINET KARDIOLOGICZNY

lek. PAWEŁ ŚWIGOŃ
*specjalista chorób wewnętrznych
kardiolog*

zapisy: tel.: 501 286 071

Przyjęcia
wtorek 15.30-17.00

Radom ul. Chrobrego 54, lok. 6

K/0528

Diagnostyka i leczenie zaburzeń rytmu serca

dr n. med. Piotr Łodziński

*specjalista chorób wewnętrznych
Warszawski Uniwersytet Medyczny
European Surgical Institute Hamburg*

Kwalifikacja do leczenia zabiegowego arytmii

Przychodnia Słoneczna
ul. Staroopatowska 1a
26-600 Radom

tel. 48 362 10 11

K/0552



specjalistyczna
pracownia analiz
lekarskich
mgr Krystyna Baldys

LABORATORIUM MEDYCZNE

Radom, ul. Struga 19/21, tel. 48 363 45 66
analizy_lekarskie@baldys-lab.eu

www.baldys-lab.eu

- + doświadczenie – od ponad 30 lat na rynku
- + specjaliści z dziedziny diagnostyki laboratoryjnej
- + najwyższa jakość badań
- + nowoczesny sprzęt diagnostyczny
- + wyniki on-line

Uwaga! atrakcyjna oferta dla przychodni, szpitali i innych placówek służby zdrowia!

Zestawy badań:

- ✓ dla dzieci
- ✓ dla przyszłych rodziców
- ✓ profile wiekowe



Miła atmosfera, fachowa obsługa! Serdecznie zapraszamy!

L/0149

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



L/0046

OKULIŚCI

Joanna Rubinkiewicz-Wróbel
Katarzyna Cibor-Stępień

ul. Struga 54 lok. 4
26-600 Radom

tel./fax 48 364 11 11
tel. 725 600 700

www.przychodniawrobel.pl

Kompleksowe badanie wzroku

- Dobieranie soczewek kontaktowych
- Kwalifikowanie pacjentów do zabiegów operacyjnych
- Kontrola po zabiegach operacyjnych
- Diagnostyka zaćmy, choroby plamki żółtej, jaskry, retinopatii cukrzycowej
- Badania noworodków i niemowląt w kierunku retinopatii wcześniaczej
- Wydawanie zaświadczeń dla Med. Pracy
- Usuwanie ciał obcych z powierzchni oka

Przychodnia WRÓBEL

O/0446

Hanna Małecka
specjalista chorób oczu
PRZYJMUJE :
Radom, ul. Żeromskiego 51 I p.
w pon. i śr. od godz. 16.00 ,
rejestracja tel. 604 529 306
Białobrzegi, ul. 11 listopada 33
(wejście od ul. Rzemieślniczej)
wtorki w godz. 16.00 - 18.00

O/0053

Waldemar Nazimek
specjalista chorób oczu

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

O/0139

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

- leczenie chorób oczu u dzieci i dorosłych
- leczenie zezu 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

O/0303

ści chrześcijan i pojednania ze wszystkimi religiami. Wołał o świętość rodzin, nazywając je „żywym obrazem Bożej miłości i sanktuarium życia”. Upominał się o prawa pracowników, przypominając, że „grzechem wołającym o pomstę do nieba jest zatrzymywanie należności za pracę czy wyzysk”. Uczył nas prawdziwej solidarności, mówiąc: „solidarność to znaczy jeden i drugi, a skoro brzemień to brzemień niesione razem, we wspólnocie. A więc nigdy: jeden przeciw drugiemu. Jedni przeciw drugim”. Wołał też do nas o wyobraźnię miłosierdzia, która nie pozwoli nam przechodzić obojętnie wobec ludzi potrzebujących naszej miłości, naszej pomocy materialnej czy duchowej. Przykładem swego rozmodnienia pokazał jak wielką siłą jest w modlitwie i obdarował nas nowymi tajemnicami światła w modlitwie różańcowej. Coraz starszy i coraz bardziej umęczony, a wciąż tak bardzo kochający i kochany przez młodzież, której setki tysięcy i miliony gromadziły się na światowych dniach młodych w Rzymie, Denver, Częstochowie, Paryżu, Toronto. W Manili podczas spotkania w 1995 roku doszło do chyba największego zgromadzenia w historii ludzkości. We mszy świętej, kończącej Światowe Dni Młodzieży, brało udział ponad 5 milionów ludzi! Z wielkiego przesłania świętego Papieża chciałbym jeszcze jeden motyw wydobyć: miłość do Ojczyzny, której nas uczył całe życie, a nawet po śmierci. Przecież w dniach śmierci i pogrzebu Papieża Polska się jakby przebudziła. Poculiśmy się w cierpieniu blisko, jak rodzina po stracie kogoś

Akademickie Centrum Medyczne

Pełna Laseroterapia: leczenie jaskry, zaćmy wtórnej, zmian cukrzycowych oraz profilaktyka odwarstwień siatkówki
specjaliści z wiodących ośrodków medycznych z Lublina, Warszawy, Poznania, Łodzi

Radom ul. Struga 60 tel. 48 330 84 11, www.acm.radom.pl

O/0558

ZAKŁAD OPTYCZNY ZDZISŁAW PŁASKOCIŃSKI

Aplikacja soczewek kontaktowych
Komputerowe badanie wzroku

**GABINET OPTOMETRII
I APLIKACJI SOCZEWEK KONTAKTOWYCH**
mgr. DARIA PŁASKOCIŃSKA- GAWROŃSKA

GABINET OKULISTYCZNY
DR A. BRUDNICKA

zapisy telefoniczne 48 363 37 15

RADOM,
ul. Traugutta 14 A
od pon. do pt 9-17, sob. 9-13

PRZYSUCHA,
ul. Radomska 4B
od pon. do pt 9-16³⁰, sob. 9-12³⁰
tel. 509 979 162

O/0060

Akademickie Centrum Medyczne

Zabiegi usunięcia zaćmy z wszczepieniem soczewki bioanalogicznej
Nowość w Polskiej okulistyce!

specjaliści z wiodących ośrodków medycznych z Lublina, Warszawy, Poznania, Łodzi

Radom ul. Struga 60 tel. 48 330 84 11, www.acm.radom.pl

O/0557

najbliższego. I obok bólu była w nas też dobra narodowa duma, że ten święty, wielki Papież, z nas jest. W dniach żałobnych uroczystości w Rzymie, a potem w dniu beatyfikacji wszędzie było biało-czerwono. Od sierpnia roku 1980 nie było takiej eksplozji patriotycznych uczuć, takiej wzajemnej życzliwości i poczucia jedności Polaków. Tak było w Rzymie, tak było w Polsce, jakbyśmy odzyskali Ojczyznę, jakbyśmy na nowo uwierzyli, że jesteśmy dziećmi jednej matki, którą jest Polska. O niej Jan Paweł II mówił: „Pocąłunek złożony na ziemi polskiej ma dla mnie sens szczególny. Jest to jakby pocąłunek złożony na rękach matki – albowiem Ojczyzna jest naszą matką”. Ta miłość

Dokończenie na str. 14

Porady chirurgiczne i onkologiczne

lek. med. **Danuta Krajewska**
specj. chirurg

SZCZEGÓLNE CHOROBY PIERSI
PORADY I ZABIEGI

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

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

O/0045

NZOS "Pomocna Dłoń" s.c.

- Pielęgniarska Opieka Domowa **NFZ**
- Poradnia Rehabilitacji **NFZ**
- specjalista rehabilitacji medycznej
- Krystyna Gamecka-Stanisławek - wtorki
- Joanna Czekaj - piątki

zabiegi 8-18

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

MASAŻ PNEUMATYCZNY BOA

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

NFZ i Odpłatnie

Radom ul. Główna 12

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

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

Chcę żyć, bo cieszę się każdą chwilą

Beata ma 55 lat. Dwadzieścia siedem żyła w niewiedzy z wirusem HCV – wirusem żółtaczkowy typu C. Dwa lata temu, po zrezygnowaniu z planowanej operacji na kolanach (zła morfologia), przypadkowo wykryto u niej tego wirusa. Od półtora roku ma piękną nową wątrobę. Niestety 6 miesięcy temu jej lekarz powiedział, że nie ma dla niej żadnej propozycji leczenia. Wirus HCV reaktywował się 10 razy silniejszy niż przed transplantacją wątroby. Teraz, oprócz tego że niszczy jej nową wątrobę, może zaatakować w niedługim czasie inne organy: serce, płuca, nerki. Pierwsze co powiedziała Beata po tej informacji to: „Trudno, cieszę się, że i tak dostałam od Boga w prezencie rok życia, doczekałam się ukochanej wnuczki...”.

Beata była na 6 miejscu w kolejce do terapii, które miały częściowo zabić wirusa. Kolejne terapie, o których mówił jej lekarz dawały szansę na zniszczenie wirusa w 20-40%. Te pozostałe procenty to fakt, że i tak Beata umrze w niedługim czasie, tyle że przedłuży

życie w wielkim cierpieniu. Wszystkie te terapie na bazie interferonu nie wchodziły jednak w grę, ponieważ interferon wyniszczyłby zbytnio organizm i poza tym nie przyniósł żadnych pozytywnych efektów.

Beata stale szukała w Internecie informacji na temat leczenia wirusa typu C. Powtarzała „Może coś znajdą”. I stał się CUD. W lutym tego roku znalazła informację o mężczyźnie, który wynalazł lek na tego wirusa. Dwa tygodnie temu dowiedzieliśmy się od jej lekarza prowadzącego, że ten nowy lek daje 100% gwarancję wyleczenia. Niestety nie jest i nie będzie on refundowany w Polsce. Beata na forum osób chorych znalazła Polkę, która mieszka w Holandii i jest tam już leczona. Leczą również w Wielkiej Brytanii i w Niemczech.

Te 3 małe opakowania leku, które są jej CUDEM plus opieka lekarska w Polsce będzie kosztowało 200 000 zł.

Czas jest tu czynnikiem decydującym. Szukamy tych 200 000 złotych, aby wygrać z wirusem, który może zniszczyć następne organy Beaty.

Beata jest wyjątkowa jak każdy z nas. Beata posiada cechę, która ją wyróżnia; jest niezwykle pogodnym, radosnym człowiekiem. Życie jej nie rozpieszczało, dlatego jest silna. Będąc osobą chorą, umierającą powoli (nie wiedziała o tym, że jej wątroba „dogorywa” ponieważ badania USG tego nie wykazały).

NZOS 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

„ZAWSZE PRZY TOBIE,, Sp.z o.o.
oferuje usługi w zakresie
Hospicjum Domowego dla Dorosłych

bezpłatnie - refundacja NFZ
na obszarze Radomia,
powiatu radomskiego,
przysuskiego i szydlowieckiego.

**Pielęgniarska Opieka Długoterminowa
w domu chorego**
Kontakt telefoniczny całodobowo
nr tel: **517 45 62 21,**
501 741 118, 602 772 744

Gwarantujemy opiekę lekarza,
pielęgniarki, psychologa,
rehabilitanta, księdza oraz
bezpłatnie sprzęt medyczny.

**DOM OPIEKI
POD ŻŁOTYM DĘBEM**

Dom Pod Żłotym Dębem
świadczy usługi bytowe,
opiekuńcze, wspomagające
i edukacyjne dla ludzi dorosłych,
wymagających całodobowej
opieki i pomocy z powodu wieku,
choroby lub niepełnosprawności.

Dom oferuje również pielęgnacyjne pobyty szpitalne.

RADOM UL. BIAŁA 2
TEL. (48) 385 86 21, KOM. 513 610 466
BIURO@ZLOTYDAB.RADOM.PL, WWW.ZLOTYDAB.RADOM.PL
Dom posiada rejestrację Wojewody Mazowieckiego nr WPS.II.MŚ-9050-2/3/06
z dnia 23.01.2006r.

NZOS MAR-MED
PIELĘGNIARSKA DŁUGOTERMINOWA OPIEKA DOMOWA

Świadczymy usługi pielęgniarstwa
w domu pacjenta

**BEZPŁATNIE
NA PODSTAWIE UMOWY Z NFZ**

**PRYWATNE USŁUGI PIELĘGNIARSKIE
OPIEKA CAŁODOBOWA
RÓWNIEŻ W SOBOTY I NIEDZIELE**

**ZGŁOSZENIA TELEFONICZNIE
CAŁĄ DOBĄ 509 514 811**



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 Alzheimer'a

najbliższe spotkanie:

poniedziałek 5 maja 2014 r. godzina 16.00,
świetlica Radomskiego Szpitala Specjalistycznego
ul. Tochtermana 2, wejście pod filarami, na parterze.

prosimy o 1% KRS 0000 180 582

☎ 727 914 566

żywały), potrafiła być radosną wolontariuszką w naszym Stowarzyszeniu. Potem w zaciszu domowym po każdej imprezie dla naszych podopiecznych „regenerowała się” przez kilka dni. Całe życie zawodowe ciężko pracowała, nigdy się nie poddawała, spłacała cudze długi, nie uciekała od problemów, nigdy nie korzystała z pomocy społecznej. Jeśli nie miała pieniędzy, to sprzątała za pieniądze (jest po studiach i prowadziła duże firmy).

Teraz potrzebuje NASZEJ pomocy, bo ONA BARDZO CHCE ŻYĆ.

Ponieważ jest naszą wolontariuszką, i przede wszystkim DOBRYM CZŁOWIEKIEM prosimy o 1% na nr KRS 0000 180 582 z dopiskiem w rubryce cel: BEATA.

Sytuacja jest wyjątkowa, czas goni, dlatego prosimy również o darowizny na konto Radomskiego Stowarzyszenia POMOCNE DŁONIE: 27 9115 0002 0010 0001 6636 0001 z dopiskiem BEATA.

Radomskie Stowarzyszenie POMOCNE DŁONIE skupia się obecnie na pomocy osobom z chorobami otępiennymi, poszkodowanym w wypadkach drogowych oraz osobom po przeszczepach organów i chorym na HCV.

Zapraszamy na grupę wsparcia dla opiekunów osób chorych na Alzheimer'a, która odbędzie się 5 maja 2014 r. o godzinie 16.00 w świetlicy Radomskiego Szpitala Specjalistycznego przy ul. Tochtermana.

Ewa Sold prezes
Radomskiego Stowarzyszenia
POMOCNE DŁONIE

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

lek.med. Anna Kucharska
specj. ginekolog-położnik, endokrynolog

PRZYJMUJE:

codziennie 9-12
pon. 16-17, śr., pt. 17-19
tel. 603795797

lek.med. Paweł Kucharski
specj. ginekolog-położnik

PRZYJMUJE:

pon.-czw. 17.00-19.00
codziennie 11.30-14.00
tel. 603688711

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

„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 przeciwoleżynowe
- respiratory, ssaki i inne

Radom, ul Chrobrego 54 lok nr 6

Zgłoszenia Pacjentów

od poniedziałku do piątku w godz. 8 - 16

lub telefonicznie w godz. 8 - 20

tel./fax 48 364 04 53, tel. kom. 608 806 402

GABINET REHABILITACJI LECZNICZEJ

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

NFZ i odpłatnie

REHABILITACJA
W DOMU PACJENTA

G/0526

Ginekolog - położnik

Małgorzata Hejnar - Szczerbińska

Radom, ul Szewska 5

tel.: 602 288 359, 48 363 15 52

USG

CENTRUM MEDYCYNY KOBIET

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

lek. med. Zygmunt Jacek Nita

Specjalista Ginekolog - Położnik

gabinet czynny: wtorek, 17 - 19 tel. kom. 601 950 410

G/0102

www.wromed.pl

WROMED

PRAKTYKA LEKARSKA

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

lek. med.

Sławomir Wróblewski Iwona Wróblewska

specjalista ginekolog-położnik

specjalista chorób wewnętrznych

ENDOKRYNOLOG

ENDOKRYNOLOG

szczepienia przeciwko rakowi szyjki macicy

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 3/4D

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 permanentny

Laserowe usuwanie tkanki tłuszczowej
i modelowanie sylwetki Laser SlimLipo 3D

REHABILITACJA
www.zdrowko.com

GINKOLOGIA
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

GINKOLOGIA
www.zdrowko.com

GINKOLOGIA
www.zdrowko.com

Choroba Addisona

Choroba Addisona to rzadka choroba, która może pojawić się każdym wieku, ale najczęściej chorują kobiety między 30. a 50. rokiem życia. Jest to przewlekła niedoczynność nadnerczy. Charakteryzuje się spadkiem wydzielania hormonów glikokortykoidów oraz mineralokortykoidów w wyniku postępującego niszczenia nadnerczy. Niedoczynność nadnerczy może prowadzić do niewydolności

przysadki oraz podwzgórza. Najbardziej narażone na tę rzadką chorobę są osoby poddane długotrwałemu leczeniu steroidami, z powikłaniami po ciężkich infekcjach, urazach lub leczeniu chirurgicznym.

Choroba rozwija się zazwyczaj bardzo powoli, a objawy pojawiają się stopniowo. Symptomami, które mogą sugerować chorobę Addisona są: uczucie zimna, dreszcze, jędrłowstręt, nud-

ności, wymioty, biegunka, ogólne zmęczenie, rozdrażnienie, apatia, depresja, spadek wagi, niskie ciśnienie krwi, niski poziom cukru, zmiana koloru skóry na ciemniejszy (brunatny).

Diagnozowaniem i leczeniem niewydolności kory nadnerczy zajmuje się lekarz endokrynolog, a terapia jest dożywotnia. W celu zdiagnozowania choroby wykonuje się badania krwi oznaczające poziom kortyzolu oraz badanie moczu na poziom hydroksykortykosteroidów. Przesłanką do takiego badania może być zbyt niska ilość jonów sodu lub zbyt wysokie stężenie jonów potasu we krwi. Następnie ustala się, czy niedoczynność nadnerczy ma charakter pierwotny, czy wtórny poprzez badanie poziomu hormonu przysadki mózgowej – ACTH.

Chorobę Addisona leczy się podając syntetyczne hormony, których organizm nie jest w stanie sam wytworzyć w odpowiedniej ilości – kortyzolu i aldosteronu. Osobom chorym zaleca się noszenie przy sobie informacji o chorobie oraz przyjmowanych lekach i ich dawkach, tak aby w razie nagłej potrzeby można było podać odpowiednie leki. Przy właściwie dobranym poziomie leków objawy choroby nie występują, a sama choroba nie nakłada wielu ograniczeń na chorego. Należy pamiętać o regularnym przyjmowaniu leków oraz informowaniu innych, np. stomatologa, o chorobie.

Chorzy muszą także bardzo uważać na wszelkiego rodzaju infekcje, szczególnie te przebiegające z wysoką gorączką, wymiotami i biegunką. Konieczne jest w takim przypadku uzupełnianie braku wody i soli w organizmie.

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

ANDRZEJ BORYSOWICZ LEKARZ SPECJALISTA NEUROLOG

Radom
ul. Niedziałkowskiego 24 ☎ **604 930 232**

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



SPECJALISTYCZNY GABINET NEUROLOGICZNY

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

PRZYJMUJE:

poniedziałki 16 - 18

Centrum Medyczne
MEDiana

Radom, ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)

wtorki 16 - 18

Przysucha, ul. Warszawska 25

tel. **0606731821**

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

GABINET NEUROLOGICZNY

Radom, ul. KellesKrauza 32

poniedziałek 16-17

Marina Chojnacka
neurolog

604 994 824

tel.pryw. 48 384 89 04

JAROSŁAW KOSOWSKI

specj. **NEUROLOG**

Radom,
ul. Focha 12/7

rejestracja:

tel. **608460030**

przyjmuje

w poniedziałki i środy od godz. 16

NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ

NEUROPULS

Radom ul. Krakowska 5/7 lok.7

tel.: **48 331 19 58**

PORADNIE

- **NEUROLOGICZNA**
- padaczki
- zaburzeń pamięci
- **PSYCHIATRYCZNA**
- **PSYCHOLOG**

**ECHO SERCA
DOPPLER COLOR**
tętnic szyjnych i kręgowych

USG tarczycy, jamy brzusznej, piersi,
przeciemiążkowe, stawy u dorosłych,
stawy biodrowe u dzieci

EEG KONSULTACJE ORTOPEDYCZNE

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

specjalista neurolog
Justyna Dziecioł-Hryniewicz

Przyjmuje:

Centrum Medyczne AESKULAP
Radom, ul. Krakowska 5/7

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

Radomska Szkoła Wyższa

zaprasza na studia

magisterskie inżynierskie licencjackie
studia podyplomowe, kursy pedagogiczne

m.in.

**PIELĘGNIARSTWO, PEDAGOGIKA,
EKONOMIA, BEZPIECZEŃSTWO NARODOWE,
ZDROWIE PUBLICZNE, FIZJOTERAPIA**
i wiele innych

PUNKT REKRUTACYJNY:

26-600 Radom, ul. 1905 Roku 26/28
w godzinach 8.00-15.00

tel: 48 383 66 05, 502 471 858

www.rsw.edu.pl

Akademickie Centrum Medyczne

Usuwanie ostróg piętowych, leczenie stawów rzekomych,
dolegliwości ścięgna Achillesa, leczenie zaburzeń wzrostu kostnego,
punktów bólowych **falą uderzeniową/wstrząsową** jedyne urządzenie w regionie

Radom ul. Struga 60 tel. 48 330 84 11, www.acm.radom.pl



*Dyrekcja
Radomskiego Szpitala Specjalistycznego
im. Dr T. Chałubińskiego*

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

GABINET LEKARSKI NEUROLOGICZNY

Dr n. med. KRZYSZTOF NADGRODZKIEWICZ
specjalista neurolog

Radom, ul. Żeromskiego 65
pokój 107

zapisy pon. - pt. 8 - 17

tel. 697060807

przyjmuje:
poniedziałki i środy
od godziny 17

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

GABINET NEUROLOGICZNY

MAŁGORZATA ZIOŁEK
lekarz specjalista neurolog

Przyjmuje:

wtorek 16.00 - 17.00
Radom, ul. KellesKrauz 32
tel. 48 36 229 83

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 Opiat
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
- Dietetyczna
- 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, tarczycy, piersi,
stawy biodrowe i kolanowe, prostata;
BIOPSJE

ENDOSKOPIA

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

Otyłość – problem estetyczny czy choroba?

Na przestrzeni ostatnich kilkunastu lat coraz częściej przedmiotem badań naukowców staje się rola diety jako czynnika warunkującego zdrowie oraz dobre samopoczucie. Prawidłowe żywienie nie tylko korzystnie wpływa na zdrowie, ale również na utrzymanie szczupłej, wymarzonej sylwetki.

W Polsce z problemem otyłości boryka się około 5 milionów ludzi, a niepokojącym jest również fakt, iż ta liczba stale wzrasta. Nadwaga i otyłość dla wielu osób to problem estetyczny. Tymczasem nadmiar tkanki tłuszczowej w orga-

nizmie prowadzi w konsekwencji do różnorodnych problemów zdrowotnych.

Otyłość definiowana jest często jako stan nadmiernej akumulacji tkanki tłuszczowej w organizmie, prowadzący do zaburzeń w jego prawidłowym funkcjonowaniu. Za najczęstszą przyczynę otyłości uważa się nadmierną, w stosunku do potrzeb organizmu, podaż energii wraz z dietą. Powszechny brak czasu na zapewnienie prawidłowo zbilansowanych posiłków, zmusza wiele osób do korzystania z żywności wysoko przetworzonej, której przygotowanie nie wy-

maga nakładu pracy oraz czasu. Niestety skład tego typu produktów jest zmodyfikowany. Często zawierają one duże ilości cukru oraz niebezpiecznych dla zdrowia tłuszczów trans, a ponadto pozbawione są cennych witamin i składników mineralnych, niezbędnych do prawidłowego funkcjonowania organizmu człowieka.

Nadmierna masa ciała dla wielu ludzi oznacza problemy w sferze psychologicznej, spowodowane nieestetycznym wyglądem. Jednakże otyłość niesie za sobą głównie konsekwencje zdrowotne, których można wymienić bardzo wiele.

dr n. med. **Elżbieta Kowal**

SPECJALISTA NEUROLOG

ordynator Oddziału Neurologii RSzS w Radomiu

dr n. med. **Roman Kowal**

SPECJALISTA CHIRURGII URAZOWO-ORTOPEDYCZNEJ
I REHABILITACJI MEDYCZNEJ

ordynator Oddziału Rehabilitacji SPZZOZ w Pionkach

ZAPISY W PORADNI

endomed®

RADOM

ul. Kilińskiego 6
kom. 606 169 634,
606 169 637
tel. 48 340 02 35,
48 340 02 36

Katarzyna Molendowska

specjalista psychiatra
psychoterapeuta

Przychodnia "Zamłynie"
Radom ul. Klonowica 10/12

tel. 600 466 638,

również
WIZYTY DOMOWE
e-mail: centiped@poczta.fm

SPECJALISTYCZNY GABINET PSYCHIATRYCZNY

Radom, ul. 25-go Czerwca 63

**Leczenie
zaburzeń nerwicowych,
depresji i psychoz.**

Robert Nowakowski

lek. specjalista psychiatra

tel.: 502 258 348

Agata Nowakowska

lek. specjalista psychiatra

tel.: 506 472 466

Wizyty po uzgodnieniu telefonicznym

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

Halina Łopuszańska

specjalista psychiatra

przyjmuje:

środa od 15.00

tel. 695 757 775

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

- 👉 Lekarza specjalistę psychiatrę,
- 👉 Lekarza specjalistę psychiatrę dzieci i młodzieży lub psychiatrę dziecięcą,
- 👉 Lekarza bez specjalizacji chcącego specjalizować się w zakresie psychiatrii
- 👉 Lekarza specjalistę chorób wewnętrznych,
- 👉 Lekarza specjalistę pediatrię
- 👉 Pedagogę lub instruktora posiadającego kurs Integracji Sensorycznej
- 👉 Lekarza specjalistę w dziedzinie rehabilitacji w chorobach narządu ruchu lub rehabilitacji ogólnej, lub rehabilitacji, lub rehabilitacji medycznej, lub medycyny fizykalnej i balneoklimatologii, lub fizjoterapii i balneoklimatologii, lub balneoklimatologii i medycyny fizykalnej, lub balneologii i medycyny fizykalnej

**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.**

Do głównych dolegliwości zdrowotnych
na tle otyłości zaliczamy:

- cukrzycę typu 2,
- choroby układu krążenia,
- nadciśnienie tętnicze,
- choroby układu oddechowego,
- niektóre nowotwory,
- choroby zwyrodnieniowe stawów,
- zauważalne obniżenie jakości życia codziennego.

Stopień ryzyka wystąpienia wymienionych powikłań otyłości zależy głównie od stopnia nadwagi, lokalizacji tkanki tłuszczowej oraz stopnia aktywności fizycznej. Warto nadmienić, iż ryzyko wystąpienia chorób zmniejsza się wraz z redukcją masy ciała, przy stosowaniu zdrowej diety oraz aktywnego stylu życia.

Komponenty składu ciała, ilość oraz rozmieszczenie tkanki tłuszczowej w organizmie można ocenić na podstawie badań wykonywanych w gabinecie dietetycznym, za pomocą urządzenia działającego na zasadzie tzw. bioimpedancji elektrycznej. Regularna analiza składu ciała powinna być jednym z elementów monitorowania efektów po wdrożonym postępowaniu dietetycznym. Ważne jest, aby ubytek masy ciała odnosił się do masy tłuszczowej, a nie do masy mięśniowej.

W różnego rodzaju mass mediach

często słyszymy o dietach cud, które mają zapewnić nam szybki efekt w redukcji masy ciała. Są to często diety restrykcyjne, niejednokrotnie trudne w realizacji, nie przynoszące zazwyczaj zadowalających efektów, a redukcja masy ciała często odbywa się jedynie kosztem cennej tkanki mięśniowej. Zwykle po utracie masy ciała następuje ponowny jej przyrost definiowany jako tzw. „efekt jo-jo”.

Proponowane diety najczęściej są monoskładnikowe i rzeczywiście powodują redukcję zbędnych kilogramów, jednakże niosą za sobą ryzyko niedoborów pokarmowych. Aby zachować zdrowie i obserwować redukcję masy ciała należy codziennie dostarczać organizmowi składniki odżywcze w odpowiednich ilościach i proporcjach. Żywnienie powinno być ściśle skorelowane z aktualnymi potrzebami organizmu. Powinno być dostosowane do wieku, płci oraz stanu fizjologicznego danego człowieka. To

głównie wspomniane niedobory mogą doprowadzić do wystąpienia kłopotów ze zdrowiem i powikłaniami otyłości.

Alternatywą stosowania restrykcyjnych diet jest przede wszystkim racjonalne żywienie dostosowane do indywidualnych potrzeb człowieka. Nadrzędnym celem odżywiania jest dostarczanie organizmowi optymalnych ilości składników odżywczych. Aby utrzymać ciało w zdrowiu należy zapewnić potrzebną do prawidłowego funkcjonowania energię oraz składniki budulcowe. Źródłem energii w naszej diecie są węglowodany oraz tłuszcze. Niezwykle istotną rolę pełnią białka, będące materiałem do budowy i regeneracji tkanek z których składa się nasz organizm. Nie należy zapominać również o witaminach i składnikach mineralnych potrzebnych do prawidłowego funkcjonowania naszych narządów.

mgr Małgorzata Janusz
dietetyk kliniczny

Akademickie Centrum Medyczne

Laserowe rozbijanie kamieni w układzie moczowym
przy utyciu najnowszej francuskiej aparatury IV-tej generacji
Specjaliści z ośrodka medycznego w Lublinie

Radom ul. Struga 60 tel. 48 330 84 11, www.acm.radom.pl



Madam

Specjalistyczny Gabinet
Podologiczny

Zadbaj o swoje stopy

Odwiedź gabinet podologiczny

- Diagnostowanie
- Profilaktyka
- Pielęgnacja stóp

Pedicure specjalistyczny

Bezpłatne konsultacje

Usuwanie brodawek
wirusowych

Usuwanie nadmiernych
zrogowaceń
(odcisków, nagniotków, modzelei)

Pielęgnacja
pęknięć i rozpadlin

Profilaktyka
stopy cukrzycowej

Korekcja wrastających
paznokci

Godziny Otwarcia

Pon. - Pt. 8.00 - 18.00

Sob. 8.00 - 14.00

tel. 48 312 17 33 kom. 697 078 042

ul. Kościuszki 1A, Lokal 104, Piętro I
26-600 Radom

SPECJALISTYCZNA PIELĘGNACJA STÓP



Klamry na wrastające paznokcie
Pedicure leczniczy
Usuwanie odcisków i modzelei
Rekonstrukcja płytki paznokcia
Profilaktyka stopy cukrzycowej

DARMOWE KONSULTACJE

Radom, ul. Reja 5
czynne: pn.-pt. 10-18 sob.10-14

505 646 812

BEZPŁATNE PORADY KOSMETOLOGA



Gabinet Kosmetyki Laserowej i Profesjonalnej

Radom, ul. Witolda 3 tel.: 48/363 60 90

NOWOŚĆ! Laser frakcyjny Emerge- odmładzanie, redukcja
"kurzych łapek", blizn i rozstępów

-TRWAŁA DEPIŁACJA laserem diodowym LIGHT SHEER DUET

-ZABIEGI LASEROWE na: rumień i naczynek krwionośny

-MEZOTERAPIA GŁOWY I TWARZY

-REDUKCJA PRZEBARWIEŃ: COSMELAN, IPL, PEELINGI CHEMICZNE

-KLAMRY VHO NA WRASTAJĄCE PAZNOKCIE

-PEDICURE LECZNICZY

-MAKIAŻ TRWAŁY OCZU, BRWI I UST- aparatem LONG TIME LINER

Zapraszamy PON.- PT. 8.00-20.00 SOB. 8.00-15.00

www.centrumkosmetyczne.pl

VITA-Derm

CHIRURGIA PLASTYCZNA, MEDYCYNĄ ESTETYCZNA

Leczenie wypadania włosów - OSOCZE BOGATOPLYTKOWE
BOTOX, Redukcja zmarszczek- KWAS HIALURONOWY
Skleroterapia żylaków
Leczenie nadpotliwości
Laserowe usuwanie znamion skórnych
Laserowe usuwanie przebarwień
Laserowe leczenie blizn potrądzikowych-FRAXEL CO2
Depilacja laserowa LIGHT SHEER
Modelowanie sylwetki ciała LPG
Peelingi chemiczne
Dietetyk

Szczegóły na stronie www.vita-derm.pl

Radom, ul. Witolda 10, tel. 48/ 383 61 00, kom. 603 333 122

Wiosenne alergie

Wiosną mnóstwo ludzi cierpi z powodu przeziębień i nieznosnego kataru, często niesłusznie obwiniając za stan swojego zdrowia zmienną temperaturę i wahania pogody.

W przypadku wielu osób przyczyną dolegliwości jest alergia. Wiosną nasilamy poziom i przedświąteczne porządki, a rośliny na zewnątrz zaczynają już pięknie kwitnąć i wszystko to może powodować reakcje alergiczne organizmu.

Alergia jest niczym innym jak nieprawidłową reakcją organizmu człowieka na różne czynniki, które nie powinny negatywnie oddziaływać na zdrowie. Alergie powodują alergeny występujące w pokarmach, pyłkach roślin, grzybach czy kurzu. Najczęściej spotyka się dwa rodzaje alergii: wziewną i pokarmową. W pierwszej, substancje uczulające dostają się do organizmu przez układ oddechowy, w drugiej przez układ pokarmowy. Reakcją układu odpornościowego, który wyczuwa zagrożenie, jest podjęcie walki, która objawia się między innymi: kataru, kichaniem, kaszlem albo wysypkami na skórze.

W okresie wiosennym najbardziej dokuczliwe dla alergików są pyłki roślin. W kwietniu kwitną topole i brzozy. Szczególnie pyłki brzozy są przyczyną reakcji alergicznych, z uwagi na ich bardzo duże

stężenie w powietrzu. Dla układu oddechowego niekorzystne są także pyłki traw i zbóż, które pojawiają się w maju i dokończają alergikom do września.

Alergeny czają się na nas nie tylko na zewnątrz, ale także w naszym własnym, domowym otoczeniu. Są to roztocza kurzu domowego, występujące powszechnie tam gdzie znajduje się centralne ogrzewanie, klimatyzacja, meble tapicerowane. Innym zagrożeniem są zarodniki grzybów pleśniowych obecne w źle wentylowanych łazienkach, klimatyzatorach.

Źródła zagrożeń pokazują, jak ważne dla zdrowia domowników jest utrzymywanie otoczenia w czystości. Każda osoba uczulona powinna przestrzegać pewnych zasad, które pozwolą na ograniczenie kontaktów z alergenem.

Alergicy uczuleni na pyłki roślin powinni w miarę możliwości jak najmniej przebywać w miejscach, gdzie stężenie pyłków jest wysokie. Na miejsca pobytu (wypoczynku) warto wybierać okolice wysokogórskie lub nadmorskie. W domu należy zrezygnować z nadmiernej ilości materiałów będących typowym siedliskiem kurzu domowego, trzeba też na bieżąco sprawdzać i dbać o prawidłową wentylację pomieszczeń oraz czystość otoczenia.

Osoby narażone na alergię pokarmową powinny unikać m.in. takich pokarmów jak mleko krowie, jaja kurze, owoce morza. Oczywiście każdy może być uczulony na inny rodzaj pokarmu.

Bardzo istotne jest zdobywanie wiedzy na temat alergii, a także zmiana stylu życia i ciągłe obserwowanie reakcji organizmu. Przede wszystkim należy ustalić czynniki wywołujące alergię poprzez testy skórne, pokarmowe i badania krwi. Mając świadomość, które alergeny mogą być dla nas szkodliwe, łatwiej będzie nam podejmować konkretne działania i unikać czynników alergennych. Postawienie właściwej diagnozy umożliwi skuteczne leczenie alergii przez lekarza.

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



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



Człowiek - najlepsza inwestycja

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Podniesienie kwalifikacji pracowników NZOZ z sektora MMŚP
w zakresie opieki nad osobami starszymi

POKL.08.01.01-14-591/12

WYKwalifikowany opiekun osób starszych

Bezpłatny kurs

w zakresie opieki nad osobami starszymi
dla Mikro, Małych i Średnich przedsiębiorstw (NZOZ)
z branży ochrony zdrowia z woj. mazowieckiego i ich pracowników

SZCZEGÓLNIENIE ZAPRASZAMY OSOBY Z WYKSZTAŁCENIEM CO NAJWYŻEJ ŚREDNIM!

Szkolenia w formie kursów obejmują 120 h (15 dni x 8 h) i organizowane są w systemie weekendowym (sobota-niedziela) na terenie województwa mazowieckiego. Część praktyczna kursu organizowana jest w Domach Pomocy Społecznej.

Uczestnikom bezpłatnie zapewniamy:

- całodzienné wyżywienie
- zakwaterowanie
- materiały szkoleniowe



www:
opiekun-mazowieckie.pl

e-mail:

opiekun@professional-group.pl

**Uczestnicy otrzymują certyfikaty
o ukończeniu kursu
oraz zaświadczenia
zgodne z rozporządzeniem
Ministra Edukacji Narodowej.**

Szczegółowych informacji udziela:

Biurowo Projektu

ul. Mieszka I-go 22 B, pokój 1C
26-617 Radom
tel.: 533 309 912

Y/0413

LASER FRAKCYJNY PALOMAR EMERGE™

Emerge™ to laser frakcyjny amerykańskiej firmy PALOMAR przeznaczony do resurfacingu (odmładzania skóry),

usuwania i redukcji powierzchniowych niedoskonałości. Emerge™ posiada certyfikat FDA potwierdzający redukcję zmarszczek wokół oczu, tzw. kurzych łapek.

Zabiegi wykonywane laserem Emerge™:

- Odmładzanie skóry poprzez frakcyjny nieablacyjny resurfacing skóry
- Usuwanie zmian pigmentowych
- Redukcja zmarszczek
- Poprawa jędrności skóry
- Redukcja blizn i rozstępów

Jak działa Emerge™?

Laser frakcyjny Emerge™ stosuje energię w postaci mikrowiązek światła, które w kontrolowany sposób uszkadzają wybrane obszary naskórka i skóry właściwej. Naturalny proces gojenia się skóry prowokuje proces, w którym uszkodzone komórki skóry zastępowane są przez nową, zdrową tkankę. Efektem tego jest zdrowsza i młodsza skóra.

Zabieg nie wymaga podania znieczulenia miejscowego. Po oczyszczeniu skóry głowica przykładana jest do skóry pacjenta i po jej uruchomieniu w skórę wprowadzane są mikrowiązki światła, które penetrują skórę na poziomie powyżej 1,5 mm. Im głębsze kolumny, tym większa ilość nowej tkanki. Skoagulowane złożytkomórkowe są zastępowane zregenerowaną tkanką.



Przed zabiegiem



Po zabiegu

W zależności od kondycji skóry, wystarczy jedna sesja lub zaleca się wykonanie serii 3-6 zabiegów dla uzyskania najlepszych rezultatów.

Bezpośrednio po zabiegu skóra będzie zaczerwieniona. Zaczerwienienie utrzymuje się przez kilka godzin. Po zabiegu na naskórku mogą być widoczne drobne ślady, które w niedługim czasie znikną.

Laser frakcyjny Emerge™ posiada trzy tryby pracy:

- Manualny (stemplowanie) – dla precyzyjnych zabiegów na niewielkich obszarach;
- AutoGlide™ – dla przyspieszonego tempa pracy;
- AutoStamp™ – dla ułatwienia wykonywania zabiegów.

Wyłączny dystrybutor:

ITP S.A. ul. Joliot-Curie 26/19 Warszawa, tel. 22 828 55 78

www.itpsa.pl

www.itpesthetique.pl

Kontakt:

Marzena Piwowarska tel. +48 665 107 500

piwowarska@itpsa.pl



Salonik Urody

Naszym celem jest Twoja Satysfakcja!

Zabiegi Laserem frakcyjnym

- Odmładzanie skóry
- Usuwanie zmian pigmentowych
- Redukcja zmarszczek
- Poprawa jędrności skóry
- Redukcja blizn i rozstępów

Nr 1
w Radomiu



26-600 Radom, ul. Żeromskiego 46a
tel./fax 48 340 30 60
tel. kom. 603 66 77 07

www.salonikurody.pl

AB/559

INFORMACJE O APTEKACH

Radom

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

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

Apteka prywatna
ul. Sandomierska 10
tel. 48 362-20-30

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

W.W. Rakowsky
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

APTEKI
www.zdrowko.com

RÓŻNE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com



**Pracownia Doboru
Aparatów Słuchowych
NS ZOZ "Olsztyńska"**

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

Zapraszamy od poniedziałku do piątku
w godzinach 9-16

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

REFUNDACJA z NFZ

ZAPRASZAMY

tel.: 48 3442078, 48 3440329

M/0382

dr n. med.

Danuta Kucharska

SPECJALISTA OTOLARYNGOLOG

**Radom
ul. Focha 12/7
I piętro**

**rejestracja:
tel. 608 460 030**

przyjmuje we wtorki i piątki od godz. 16

M/0130

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

montować tzw. polskie piekło pełne swarów, zawiści i kłótni i budujemy Polskę taką, jaka była w tych dniach, gdy przybywał do nas jako pielgrzym, jaka była w dniu pogrzebu i beatyfikacji, jaką da się zapewne zobaczyć w niedzielę kanonizacyjną; Polskę, w której będzie się czuć, że jesteśmy wspólnotą, jednym narodem.

Ostatnie, niewyraźne już słowa umierającego Papieża były skierowane do młodych. „Szukałem was, teraz wy przyszliście do mnie i za to wam dziękuję”. Przychodzą i teraz do kochającego ich świętego Papieża: na kanonizację do Rzymu wybiera się bardzo liczna grupa polskiej młodzieży. A on, zapewne i teraz, jak kiedyś w Poznaniu, do naszej młodzieży mówi: „Liczę na was. Na wasz młodzieńczy zapał i oddanie Chrystusowi. Znałem polską młodzież. Nie zawiodłem się nigdy na niej. Świat was potrzebuje. Potrzebuje was Kościół. Przyszłość Polski zależy od was”. Jakże to ważne, by te słowa przyjęło do serc kolejne pokolenie młodzieży, by chciało na co dzień, odważnie i z radością podejmować wysiłek pracy nad sobą, pamiętając o słowach Jana Pawła II: „musicie od siebie wymagać, nawet gdyby inni od was nie wymagali”; by walczyło jak o Westerplatte o żywą wiarę, wierność Bogu, Ojczyźnie, o szlachetność, czystość i trzeźwość: „każdy z was, młodzi przyjaciele, znajduje też w życiu jakieś swoje Westerplatte. Jakąś słuszną sprawą, o którą nie można nie walczyć. Jakiś obowiązek, powinność, od której nie można zdezerterować”.

Jan Paweł II mówił: „święci nie przemijają”.

Święci nie przemijają, święci wołają o świętość

Dokończenie ze str. 5

nie jest łatwa.

Wiedząc o tym dobrze, Jan Paweł II mówił: „Może czasem zazdrościmy Francuzom, Niemcom czy Amerykanom, że ich imię nie jest związane z takim kosztem historii, że o wiele łatwiej są wolni, podczas gdy nasza wolność tak wiele kosztuje. Nie pragniemy takiej Polski, która by nas nic nie kosztowała”. Ta miłość jest zobowiązująca, bo Ojczyzna – jak powie Norwid – to „wielki zbiorowy obowiązek”. Chrześcijanin

musi czuć się za Ojczyznę odpowiedzialny przed Bogiem i przed ludźmi. Dlatego Jan Paweł II wołał do nas: „Nie lękajcie się brać odpowiedzialności za życie społeczne w naszej Ojczyźnie”. I jeszcze jeden rys ojczyźnianego obowiązku. W czasie pogrzebu Papieża na Placu św. Piotra wśród wielu biało-czerwonych transparentów powiewał i taki, na którym zaznaczyła się dość dziwna arytmetyka: 1+1=1; i napisana obietnica: Ojczy, będziemy jednością. Choć jesteśmy różni, każdy jest osobą, jednostką, ale mimo to możemy stworzyć jedność. W ten sposób tworzy się naród, ojczyzna, bo – przywołajmy znów Norwida – „ojczyzna – ziomkowie – jest to moralne zjednoczenie, bez którego partie są jak bandy lub koczowiska polemiczne, których ogniem niezgoda a rzeczywistością dym wyrazów”. Próbujemy zde-

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

ZAKRES DZIAŁALNOŚCI:

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

**BEZPŁATNE
BADANIE SŁUCHU
KONSULTACJE
LARYNGOLOGICZNE**

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

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

PRZYJMUJĄ SPECJALIŚCI:

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

M/0451

**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
NPZ**

zgłoszenia
telefoniczne:
48 362 84 74
48 362 50 02

ZAPRASZAMY, RADOM ul. Wjazdowa 4

**STUDIO PROTETYKI SŁUCHU
MORSE**

**BEZPŁATNE
BADANIE SŁUCHU**

Komputerowy dobór aparatów słuchowych
(dyskretne, niemal niewidoczne rozwiązania)

✓ **Baterie**

✓ **Akcesoria**

✓ **Systemy FM**

Zapraszamy w godz. 9⁰⁰-17⁰⁰
Radom ul. M.C. Skłodowskiej 6/2
tel.: 48 362 64 39

M/0473

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

IK/0070

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



www.rehabilitacja-radom.pl

BEZPŁATNA REHABILITACJA DZIECI REHABILITACJA DOMOWA

(+48) 794 773 956 Radom, ul. Sienkiewicza 34/2

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

ZAPRASZAMY DO NOWYCH GABINETÓW

Szydłowiec, ul. Kościuszki 202
(wejście na przeciwko lewiatanu)

Przysucha,
ul. Warszawska 25/27



GABINET CHIRURGII

26-600 Radom ul. Bolesława Chrobrego 42

Rejestracja: poniedziałek – piątek w godz. 10.00 - 16.00

tel. 48 721 002 108

www.rrojewski.pl

LEKARZE

dr n. med. Robert Rojewski

specjalista chirurgii ogólnej i onkologicznej
proktolog

tel. prywatny: 601 928 208
wtorek od 15.30

dr n. med. Adam Kukliński

specjalista chirurgii ogólnej
chirurgia naczyniowa

tel. prywatny: 602 668 831
przedostatni piątek miesiąca od 15.30

dr Robert Kozieł

specjalista chirurgii ogólnej
tel. prywatny: 603 124 559

środa od 16.00

Leczenie żylaków odbytu i kończyn dolnych
najnowszą mało inwazyjną metodą RFITT CELON

Krótki i skuteczny zabieg! Bez bólu!
Szybki powrót do aktywności!

- konsultacje z zakresu chirurgii ogólnej, onkologicznej i naczyniowej
- leczenie chorób jelita grubego (hemoroidy, szczeliny, przetoki, świąd odbytu, kłykciny kończyste itp.)
- usuwanie zmian skórnych, znamion, leczenie zmian w piersi, zabiegi operacyjne przepukliny pachwinowej metodą beznapięciową (z siatką), usuwanie wrastających paznokci, Esperal (Disulfiram)
- badanie USG Doppler żył i tętnic, leczenie żylaków kończyn dolnych za pomocą mało inwazyjnych metod: RFITT Celon, skleroterapia, miniflebektomia oraz klasyczne operacje żylaków kończyn dolnych



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

jają, święci wołają o świętość". Niech świętość Papieża Polaka, niech nasza miłość do niego, będzie wołaniem o świętość, o lepsze piękniejsze życie, które każdy z nas usłyszy i przyjmie w swoim sercu.

Źródło: kwartalnik „DNI. Dobra Nowina z Idalina” 2014 nr 2

ZBIGNIEW KUPIS

- specjalista chirurgii ogólnej
chirurgii naczyniowej i angiologii

Leczenie przewlekłej niewydolności żylnych
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 wewnątrz naczyń
- 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

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

PROKTOLOGIA CHIRURGIA

ZBIGNIEW KOTUR
spec. chirurg

- 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

dr n. med. Andrzej Wypyski
specjalista chirurgii dziecięcej

**CHIRURGIA
DZIECI I MŁODZIEŻY**

Leczenie ran trudno gojących
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

dr n. med.
Adam Kukliński
specjalista chirurgii ogólnej

Radom ul. Żeromskiego 51
Środa w godz. 16-18

tel. 602 66 88 31 po godzinie 19

USG
DOPPLER naczyń
operacje żylaków
skleroterapia
termoablacja
RF-celon



RADOM UL. PAMIĘCI KATYŃA 12A/1

TEL. 530 704 300

48 369 99 00

www.aurumdent.pl

GABINET DENTYSTYCZNY

LEK. STOM. MAREK ZATORSKI

KOMPLEKSOWE LECZENIE - NOWOCZESNA PROTETYKA

J/0108

Gabinet Stomatologiczny

Elżbieta Kaczkowska

Radom, ul. Dobra 19, tel. 48 331 2544

czynny wtorek-czwartek od 15.00

NZOZ DENT-ARTIS

lek. stom. **Bożena Domańska**lek. stom. **Anna Domanska**

Radom,

ul. Waryńskiego 9a lok 7 I piętro
tel.: 48 334 14 25, 604 481 599Czynne codziennie
sobota po wcześniejszym uzgodnieniu**LECZENIE:**Zachowawcze
dzieci i dorosłych,
protetyczne,
chirurgia stomatologiczna,
profilaktyka,
rtg zębów.**LECZENIE BEZ BOROWANIA**
metodą abrazji wodno-powietrznej

J/0498



JAWORSKY EDYTA I RADOŚLAW

stomatologia

J/0551

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



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 **profilident**

PRYWATNY GABINET STOMATOLOGICZNY

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

lek. stom. Elżbieta Kaczkowska

lek. stom. Renata Leszczyńska

lek. stom. Ewa Miernicka-Kołtunowicz

lek. stom. Alicja Sulima-Dolina



J/0402

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



048 36 21 899

G/0369

**ORTO-CENTRUM****Ewa Oźga**

lek. stom. SPECJALISTA ORTODONTA

ul. Szpitalna 5 lok. 8
26- 600 Radomtel. 48 362 10 93
tel. kom. 608 351 574Godziny przyjęć:
pon. 10 - 15
wt. 14 - 18
śr. 9.30 - 14.30
czw. 14 - 18

J/0563

J/0410



lek.stomatolog
Hubert Szwede

695 726 422
48 360 64 36

**tel. 48 33 12 012
606 712 214**

 48 363 53 66

Inne dobroczynne oddziaływanie cytrusów to wspomaganie trawienia. Przyczynia się do tego wysoka zawartość pek-

Cytrusy (kwaśne soki z nich) mają niekorzystny wpływ na szkliwo naszego uzębienia. Spożywanie soków przez słomkę zmniejszy ich oddziaływanie na szkliwo.

Olejki używane są także w przemyśle perfumeryjnym, a drzewka cytrusowe roślin pełnią rolę dekoracyjną.

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

**PRYWATNE POGOTOWIE
STOMATOLOGICZNE**
w soboty i niedziele w godz. 8⁰⁰-21⁰⁰

KOMPLEKSOWA OBSŁUGA DUŻYCH I MAŁYCH FIRM

Łączymy swoją wiedzę i doświadczenie
definiując nową jakość opieki medycznej



+ PROF-MED = **polmedic**



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

polmedic

Telefoniczna rejestracja:
48 386 90 60
www.polmedic.com.pl

Z/0201

SPZOK

Poradnia Medycyny Rodzinnej

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

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 PIEŁĘGNIARSKIE

gabinet zabiegowy:

- EKG
- pomiar RR
- iniekcje
- szczepienia ochronne

BADANIA KIEROWCÓW i OKRESOWE

pon 15-16, wt 8-14
Środy 15³⁰-16³⁰, czwartek 15-16

NA KŁOPOTY... MEDIACJA

Jeśli uważasz, że twoi rozmówcy są w błędzie, odrzucają twoje zdanie, mając na uwadze jedynie własne dobro i pożytek, nie godzisz się na to i wolisz odejść z poczuciem żalu i krzywdy to znak, że przydałby się ktoś trzeci kto pozwoli nawiązać dialog, znaleźć porozumienie, wprowadzić ład i poczucie zadowolenia z osiągniętego rozwiązania. Taką osobą może być kompetentny, bezstronny i dyskretny **mediator**, działający na zlecenie

prywatne (gdy mediacje inicjują uczestnicy sporu) lub na zlecenie instytucji (sądu, szkoły, pracodawcy itp.).

Zdarza się, że strony konfliktu proszą kogoś znajomego, by pełnił rolę rozjemcy w sporze. Wynik zależy w dużej mierze od niepożądanych predyspozycji „sędziego”: jego skłonności do oceny, tendencji do udzielania wsparcia jednej ze stron, podpowiadania rozwiązań i braku umiejętności opanowania emocji własnych. Dlatego

Gabinet Rozwoju Osobistego i Umiejętności Psychologicznych

Robert Dębicki

MEDIACJE PSYCHOTERAPIA COACHING

Interwencja kryzysowa
Konflikty osobiste, rodzinne, zawodowe
Strategie zmiany. Coaching zawodowy

Konsultacje i terminy
tylko po uzgodnieniu telefonicznym
tel. **690 490 600**

Y/0578

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

ALKOHOLIZM, HAZARD, NARKOMANIA

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

www.odwyk.radom.pl

**DZIENNY ODDZIAŁ TERAPII
DLA OSÓB UZALEŻNIONYCH**

H/0448

Akademickie Centrum Medyczne

Bezinwazyjne leczenie skolioz, kifoz i lordoz dzieci i młodzieży
Metodą F.E.D. jedyne urządzenie w regionie

Radom ul. Struga 60 tel. 48 330 84 11, www.acm.radom.pl

należy rozważyć zatrudnienie profesjonalnego mediatora, który zagwarantuje rzetelność, poufność i bezstronność procesu porozumiewania się.

Mediacja jest jedną z metod wyróżniających w ramach ADR (Alternative Dispute Resolution) - Alternatywnych Metod Rozwiązywania Sporów. Wśród tych metod oprócz mediacji wymieniane są: moderacja, admonicja, koncyliacja, negocjacja i arbitraż.

Mediacja jest dobrowolnym i poufny proces porozumiewania się, w którym strony określają kwestie sporne, zmniejszają bariery komunikacyjne, wspólnie opracowują propozycje rozwiązań i jeśli taka jest wola stron zawierają satysfakcjonujące porozumienie.

Strażnikiem Procedury nazywa się mediatora, który czuwa nad bezpieczeństwem i zachowaniem równouprawnienia stron do prezentowania swojego zdania w sprawie. Jego obowiązkiem jest również spisanie „umowy mediacyjnej”, która w sposób spójny, zrozumiały, precyzyjny, zgodny z prawem i zasadami współżycia społecznego będzie zawierać uzgodnienia zawarte podczas mediacji.

W przypadku mediacji prywatnych stronom pozostawia się na ogół nieograniczoną możliwość wyboru rozjemcy, który spełni ich oczekiwania. Regulacje dotyczące mediacji sądowych nakładają na kandydatów określone kryteria dotyczące wykształcenia o określonym profilu, wieku, ukończenia specjalistycznych szkoleń, doświadczenia w pracy z problematyką społeczną i wychowawczą, ubezpieczenia i wsparcia stowarzyszenia lub ośrodka mediacyjnego do którego zazwyczaj należą mediatorzy. Z wielu względów „idealny mediator” to cel dla adeptów tej sztuki nieosiągalny, trudno bowiem pogodzić w sobie „(...) cierpliwość Hioba, szczerość Anglika, dowcip Irlandczyka, wytrzymałość maratończyka, przebiegłość Machiavellego, znanstwo osobowości Freuda, mądrość Salomona i grubą skórę nosorożca”. To oczywiście żart, ale jak zwykle jest w nim odrobina prawdy.

Zwolennicy koncepcji mediacji twierdzą, że zmienia ona jej uczestników i ich przyszłe wzajemne relacje. Wzmacnia poczucie odpowiedzialności za własne zachowanie oraz promuje dialog, aktywność i dążenie do porozumienia. Tym samym kształtuje pożądane postawy społeczne

REH-COMPLEX

Michał Paprocki

FIZJOTERAPEUTA

Specjalista ds. bezoperacyjnego leczenia skolioz Metodą F.E.D.

Leczenie bólów kręgosłupa metodą McKenziego
Rehabilitacja osób
- po udarze mózgu
- ze stwardnieniem rozsianym
Konsultacje, dojazd do pacjenta

www.reh-complex.pl

Tel: 798-802-717

i przyczynia się do budowy społeczeństwa obywatelskiego.

Jeśli czujesz się niezrozumiany, porrzywany lub po prostu przegapiłeś najlepszy moment na porozumienie, zwróć się do mediatora, który jest przygotowany

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. 8-9¹⁵
tel. 0 515 176 236

świadczy

bezpłatne usługi w ramach

NFZ

w zakresie
pielęgniarskiej opieki
długoterminowej
w domu chorego

<http://www.rtd.radom.pl/>

Akademickie Centrum Medyczne

Laboratorium diagnostyki wad postawy

- stóp, kręgosłupa oraz równowagi i koordynacji dla dzieci, dorosłych oraz sportowców
indywidualne wykonywanie wkładek ortopedycznych

Radom ul. Struga 60 tel. 48 330 84 11, www.acm.radom.pl

USG

dr n.med. Jarosław Więckowski

specjalista radiodiagnostyki

BADANIA: jamy brzusznej, tarczycy, piersi, prostaty, przeziemiączkowe, 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

Gabinet
INTERNISTYCZNO-
HEMATOLOGICZNY

Jolanta Wójcik
hematolog

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

RADOM
diaGnosis

ul. Tochtermana 1

(budynek Radomskiego Szpitala Specjalistycznego)
26-610 Radom

REZONANS MAGNETYCZNY

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

Rejestracja telefoniczna:

48-361-5394

poniedziałek – piątek: od 8 do 18

RÓŻNE
www.zdrowko.com

RÓŻNE
www.zdrowko.com

RÓŻNE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

BADANIA
www.zdrowko.com

Oferta dla naszych czytelników



Andreas Englisch jako korespondent pracujący w Watykanie przez wiele lat towarzyszył Papieżowi w licznych podróżach. Przez ten czas zebrał obszerny materiał świadczący o cudach, których Jan Paweł II dokonał jeszcze za życia. Jednak zgodnie z wolą Ojca Świętego, informacje te pozostały tajemnicą. Aż do teraz.

Autor dzieli się z nami historiami, które choć brzmią nieprawdopodobnie, wydarzyły się naprawdę. Swoją opowieść rozpoczyna od dnia pogrzebu Papieża, a następnie cofa się do wydarzeń z początku pontyfikatu. Niczym prawdziwy detektyw uważnie śledzi wszelkie informacje o dziwnych i niewyjaśnionych wydarzeniach związanych z Janem Pawłem II. Najczęściej są to cudowne uzdrowienia ludzi, którzy w jakiś sposób zetknęli się z Papieżem. W ich świetle potwierdza się świętość naszego ukochanego rodaka. Tym co nim kierowało była bowiem miłość do bliźnich. W całym swoim życiu podążał za tym najważniejszym przesłaniem chrześcijaństwa i dzięki jego realizacji już wkrótce zostanie wyniesiony na ołtarze.

Zbliżająca się kanonizacja Jana Pawła II to dobry powód by sięgnąć po tę książkę i dzięki treściom w niej zawartym odkryć tajemnicę świętości.

Magdalena Skrok

Wydawnictwo WAM
e.wydawnictwowam.pl

Książka **Uzdrowiciel. Cuda świętego Jana Pawła II** kosztuje 22.90 zł. Czytelnicy Zdrówka mogą ją nabyć w specjalnej promocyjnej cenie **19.50 zł** w Księgarni Wysyłkowej Wydawnictwa WAM. Aby uzyskać rabat, przy składaniu zamówienia należy podać kod ZD1.

Księgarnia Wysyłkowa Wydawnictwa WAM
ul. Kopernika 26, 31-501 Kraków
tel.: 12 62 93 260-261, 12 62 93 447, faks: 12 62 93 261
zamowienia@wydawnictwowam.pl

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



B/0560

W roku kanonizacji buduj żywy pomnik Janowi Pawłowi II



Mam dziewięcioro rodzeństwa. Dzięki Fundacji mogę studiować
Małgorzata Pasymowska



Dzięki Fundacji ukończyłem studia i podjąłem wymarzoną pracę.
Szymon Chrostowski



W Fundacji zawarłam wiele nowych znajomości, które przetrwały próbę czasu do dnia dzisiejszego.
Adrianna Binaś

FUNDACJA „DZIEŁO NOWEGO TYSIĄCLECIA”
KRS 0000150776
Skwer Ks. Kard. Stefana Wyszyńskiego 6
01-015 Warszawa
tel.: (22) 530 48 28, fax: (22) 530 49 86
NIP 527-23-16-033, REGON 016399194
Bank PKO S.A., XIII O/Warszawa
75 1240 2034 1111 0000 0306 8582
Rozlicz swój PIT na stronie www.dzieło.pl



FUNDACJA „DZIEŁO NOWEGO TYSIĄCLECIA”
KRS 0000150776

www.dzieło.pl

Podaruj 1 % podatku na kształcenie młodzieży

Podaruj 1 % podatku na kształcenie młodzieży

Akademickie Centrum Medyczne

Zabiegi w chirurgii naczyniowej
specjaliści z Warszawy

Radom ul. Struga 60 tel. 48 330 84 11, www.acm.radom.pl

SALON MEDYCZNY ARMED-ORT



Radom, ul. Bernardyńska 1

48 360 10 26
48 340 29 03

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

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

PUNKT ZAOPATRZENIA STOMIJNEGO

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

lek. med. **Piotr Słyk**

specjalista chorób dziecięcych, radiolog

USG SPECJALISTYCZNY
GABINET PEDIATRYCZNY
oraz BADANIA

Radom, ul. Sienkiewicza 32
tel. **48 36-26-058**

wtorek 14⁰⁰ - 15⁰⁰ środa 15³⁰ - 17⁰⁰

również
WIZYTY DOMOWE

Tel.dom. **48 385-11-42**

tel.kom. **603208589**

Katarzyna Sulecka-Skuza

LEKARZ CHOROBY DZIECIĘCYCH

**WIZYTY
DOMOWE**

48 34-59-607
603605986

S/0028

GABINET PEDIATRYCZNY

wizyty domowe

MARTA NAZIMEK

specjalista chorób dzieci, diabetolog

tel. 696 50 15 15

"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**

TOWARZYSTWO JEZUSOWE w roku 2014 - 200 lat odrodzonego - 450 lat w Polsce



rys. Krzysztof Mądel SI

**„Jest czymś wielce niebezpiecznym chcieć
wszystkich prowadzić tą samą drogą do
doskonałości”**

św. Ignacy Loyola

Pierwsza placówka jezuitów na ziemiach polskich powstała 450 lat temu z fundacji biskupa Stanisława Hozjusza. Pierwszych dziewięciu jezuitów przybyło do Lidzbarka 2 XI 1564 r. Dnia 8 I 1565 r. jezuita przeniesli się do Braniewa i zamieszkali w klasztorze pofranciszkańskim. W XVI w. warunki materialne były bardzo trudne, otwarto bowiem kolejno: gimnazjum w 1565, konwikt szlachecki w 1565, Seminarium Duchowne w 1567, nowicjat w 1569, Seminarium Papieskie w 1578 oraz bursę dla ubogich studentów w 1582. Liczba jezuitów dochodziła w tym czasie do 80, a fundacja obliczona była tylko na 20 osób.

Duszpasterstwo prowadzono w języku polskim i niemieckim. Duszpasterzowano w 10 stacjach misyjnych oraz organizowano regularnie misje na Warmii i w Kurlandii. Istniały aż trzy Sodalitety Mariańskie studentów.

W 1701 jezuita wnieśli do Rzymu memoriał w sprawie przekształcenia kolegium w uniwersytet. Wykładano wówczas nauki humanistyczne, filozofię, teologię, matematykę, języki grecki i hebrajski. Do otwarcia akademii nie doszło głównie z powodu wojen, zaraz i wyniszczenia kraju. Piękną historię pierwszej placówki jezuickiej w Polsce przerwała kasata Zakonu.

W naszym mieście Jezuita zagościli dopiero w czerwcu 1947 r., obejmując kościół Świętej Trójcy. W świątyni cały dzień jest możliwość adoracji – modlitwy oraz spowiedzi. Spowiedź trwa od 6.30 do 12.00 i od 15.00 do 18.00.

JT TJ

www.radom.jezuici.pl



Zdrowych, pogodnych, pełnych wiary,
nadziei i miłości Świąt Wielkanocnych

PRACOWNIKOM oraz PACJENTOM

Życzy

Dyrekcja Samodzielnego Publicznego

Zespołu Zakładów Opieki Zdrowotnej

w Kozienicach

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

BEZPŁATNIEW OPARCIU O UMOWĘ Z NFZ
Podstawowa Opieka Zdrowotna

Przyjmują lekarze:

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

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

Marzena Maksym - alergolog

NEUROLOGII DZIECIĘCEJ

Bożena Batory - neurolog dziecięcy

GINEKOLOGICZNO POŁOŻNICZA

Wojciech Godek - gin. poł.

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

Bożena Batory	lek. chorób dziecięcych, neurolog dziecięcy
---------------	---

tel: 503 767 519

Marzena Maksym	specj. ch. dziecięcych, alergolog
----------------	-----------------------------------

tel: 603 795 991

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

tel: 505 259 324

wizyty w miejscu lub domowe
po uzgodnieniu telefonicznym**ADAM KRAJEWSKI**

specjalista dermatolog

specjalista alergolog

przyjmuje

pon. - pt. 15-17

Radom, ul. Żeromskiego 105a

tel. 48 362-12-25

D/0047

ESTIVANCE

Dr n. med. Maciej Krajewski

specjalista dermatolog

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

www.estivance.pl

dermatologia estetyczna i dermatochirurgia

najsukuteczniejsze systemy laserowe



(BEAUTY EXPERT magazynu URODA)

(BEAUTY EXPERT magazynu URODA)

• **BOTOX**

• wypełnianie zmarszczek

• **THERMAGE**

• nieinwazyjny lifting

• plastyka powiek

• odchudzanie

KLINIKA NR 1. W LECZENIU BLIZN*

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

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

D/0432

SKLEP MEDYCZNY

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



REFUNDACJA

- umowa z

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

* Sprzęt ortopedyczny i rehabilitacyjny

* Pieluchomajtki * Sprzęt stomijny *

* Wózki inwalidzkie * Laski, kule, balkoniki *

* Peruki * Protezy piersi * Obuwie i wkładki ortopedyczne *

* Materace i poduszki przeciwoleżynowe *

Glukometry * Ciśnieniomierze * Inhalatory * Ssaki *

**APARATY DO MIERZENIA CIŚNIENIA
GŁOŚNOMÓWIĄCE**

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

W/0479

Wielki Tydzień

Co to jest Triduum Paschalne?

Z łaciny triduum znaczy trzy dni, odnoszące się do czwartku, piątku i soboty, w których to dniach dokonała się Pascha Jezusa Chrystusa. Pascha znaczy w hebr. „przejście” i ma kontekst historyczny, dotyczący wydarzeń nocy wyzwolenia (przejścia) Izraelitów z niewoli egipskiej, uratowanych przez Boga dzięki krwi baranka. Izraelici świętowali ją każdego roku. Do tej celebracji nawiązał Jezus, który w tym czasie w czwartek celebrował z uczniami swoją paschę, następnego dnia umierał na krzyżu, by zmartwychwstać dnia trzeciego. Tym samym dzięki Jezusowi pascha nabrała nowego duchowego znaczenia: wyzwolenia z niewoli grzechu i przejścia do nowego życia.

Dlaczego tego dnia zdejmujemy się obrus i ozdoby z ołtarza?

Po liturgii Wielkiego Czwartku obnaża się ołtarz z obrusa i wszelkich ozdób na znak zbliżania się smutnych wydarzeń związanych z męką i śmiercią Chrystusa. Obrzęd ten przypomina, że przed ukrzyżowaniem odarto Jezusa z szat.

Dlaczego w Wielki Piątek jest tak cicho w kościele – nie używa się ani dzwonka, ani nie ma muzyki organowej?

Dzień, który nazywamy Wielkim Piątkiem w Jerozolimie był dniem przedświątecznego gwaru, dniem przygotowania do szabatu. Dla nas jest dniem skupienia i milczenia. Zamiast dzwonów – słyszymy stukot kołatek. Ołtarz jest ogołocony. Organy milczą. Mszy świętej nie ma. Jakby zatrzymał się czas. Jakby trwał tamten dzień historyczny, jerozolimski. Jakby trwał dzień dramatu... Zachowujemy ciszę dla podkreślenia nastroju i powagi charakteru dzisiejszego dnia, dając ludziom czas do namysłu i zadumy nad śmiercią Jezusa i własną sytuacją, by nic jej nie rozpraszało.

Co to jest Liturgia Męki Pańskiej?

Liturgia Męki Pańskiej dotyczy czynności liturgicznych związanych z męką i śmiercią Pana Jezusa, jaka miała miejsce w Wielki Piątek. Składa się na nią: czytanie słowa Bożego, szczególnie opisu Męki Pańskiej z Ewangelii św. Jana, modlitwa w intencji potrzeb Kościoła pielgrzymującego, za który umarł Chrystus, publiczna i osobista adoracja Krzyża oraz Ko-

munia święta.

Dlaczego Monstrancję po przeniesieniu do Grobu Pańskiego przykrywa się białym welonem?

Biały welon przykrywający monstrancję z Najświętszym Sakramentem symbolizuje całun, jakim przykryto ciało Jezusa po Jego śmierci.

Dlaczego mówimy, że Pan Jezus przebywał w grobie trzy dni, kiedy w rzeczywistości były to niecałe dwa dni?

Odpowiedź leży w żydowskim pojęciu dnia, który rozpoczynał się z chwilą zapadnięcia zmroku, dnia poprzedniego (tzw. wigilia) do zmroku dnia bieżącego. Od piątku więc, do niedzieli włącznie wypadają trzy dni (piątek, sobota i niedziela).

Dlaczego uroczystości w Wielką Sobotę rozpoczynają się dopiero wieczorem?

Zgodnie z żydowską tradycją, każdy dzień rozpoczynał się w wigilię dnia poprzedniego, tj. po zapadnięciu zmroku, dlatego Niedziela Zmartwychwstania Pańskiego rozpoczyna się już w sobotę wieczorem, która jest Wigilią Niedzieli Zmartwychwstania Pańskiego; stąd ściśle rzecz biorąc w Wielką Sobotę Kościół nie celebrował Mszy św. i trwa przy Grobie Pańskim, rozważając mękę i śmierć Chrystusa oraz jego zstąpienie do otchłani, a także w modlitwie oczekuje na Jego Zmartwychwstanie. W sobotę wieczorem natomiast celebrował się już Zmartwychwstanie Pańskie.

Dlaczego w Wielką Sobotę przed kościołami płoną ogniska?

Poza kościołem, o ile to możliwe, w odpowiednim miejscu przygotowuje się ognisko w celu pobłogosławienia nowego ognia. Chrystus stał się kamieniem węgielnym z którego wyszło światło światła, oświecając cały świat. Ten święty ogień poświęca kapłan jako symbol Zbawiciela, który z ciemności grobu wyszedł w niezwykłym blasku.

Dlaczego podczas ceremonii poświęcenia ognia kapłan wbija w świecę paschalną pięć gwoździ?

Świeca paschalna symbolizuje Chrystusa zmartwychwstałego, który wcześniej umarł na krzyżu, więc należy w niej utkwic 5 gwoździ, na znak pięciu ran Chrystusa: dwóch u rąk, dwóch u nóg i jednej w boku. Licz-

ba pięć obejmuje również 4 strony świata, stąd gwoździe są umieszczone symetrycznie: wschód – zachód, północ – południe oraz w centrum świata, który stanowi Jezus Chrystus, jako Alfa i Omega.

Dlaczego uroczystości w Wielką Sobotę rozpoczynają się w nieoświetlonym kościele?

Światła w kościele są zgaszane na początku liturgii Wigilii Paschalnej, by oddać atmosferę zaczynającej ją liturgii światła. Procesja, w której lud wchodzi do kościoła, kroczy za przewodem tylko światła paschału. Jak synowie Izraela nocą szli za przewodem słupa ognia, tak chrześcijanie idą stopniowo w ślady Zmartwychwstałego Chrystusa, Światłości świata.

Dlaczego w niektórych kościołach po liturgii wielkosobotniej odbywa się jeszcze procesja rezurekcyjna?

Odnowiona po Soborze Watykańskim II liturgia poleca, by logicznie po Wigilii Paschalnej nastąpiło uroczyste obwieszczenie światu faktu zmartwychwstania Chrystusa, bo liturgicznie ono się właśnie dokonało tej nocy; zatem element Procesji Paschalnej z niedzielnego poranka przenosi się na zaraz po celebracji liturgicznej, co praktykują niektóre parafie.

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



*W tym dniu radości i światła, w obliczu Życia, które wkra-
cza w nasze dzieje, niechaj ustąpi kultura śmierci, która poniża
człowieka, nie szanując istot słabszych i bezbronnych i próbując
nawet podważyć świętą godność rodziny, która jest sercem społec-
zeństwa i Kościoła (...).*

*W ten wielkanocny poranek tak bardzo chcielibyśmy, by
każdy mężczyzna i każda kobieta przyjęli światło Chrystusa,
które przenika ciemność i zapowiada triumf życia nad śmiercią!
Bracia i siostry na całej ziemi, błogosławcie razem z nami „ten
dzień, który Pan uczynił”. Chrystus zmartwychwstał, alleluj!*

św. Jan Paweł II, Oredzie wielkanocne 1994 r.

Wszystkim chorym i cierpiącym, ich rodzinom i opiekunom oraz pracow-
nikom służby zdrowia składamy życzenia wielkanocne, by duchowa radość od
Zmartwychwstałego Jezusa wypełniała wasze serca i pomagała zawierzyć siebie.

Z pamięcią w modlitwie Kapelani Szpitali.

TANIA APTEKA RODZINNA



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

tel. 48 330 84 12

A/0568

APTEKA

Radosław Pawlik
mgr farm.

Radom
ul. **Warszawska 4**

tel. **48 36 47 101**

A/0131

ul. Okulickiego 47
Radom

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

APTEKA *Medella*
7 dni w tygodniu

A/0556

APTEKA

mgr farmacji

Helena Borysewicz-Pawlik

Radom
ul. Chrobrego 9

tel. **48 36 407 07**

A/0007

PRYWATNY TRANSPORT MEDYCZNY



☎ **515 341 100**

☎ **515 341 102**

z domu do szpitala,
ze szpitala do domu
na konsultacje lekarskie,
na badania i zabiegi rehabilitacyjne
na komisję ZUS, do sanatorium
do dentysty, urzędów, banków, sądów, na wybory



26-600 Radom, ul. Żeromskiego 94,
www.deltamed.com.pl

Y/0574

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

mgr farm. Radosław Pawlik

Radom,
ul. **Niedziałkowskiego 19/21**
(róg Staszica)

tel.: **48 362 3442**

zapraszamy

A/0500

KOLPORTAŻ
Wojewódzki Szpital Specjalistyczny
w Radomiu
Przychodnie Lekarskie
SWPZZPOZ Krynów
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