

ZDRÓWKO

INFORMATOR BEZPŁATNY

Zapach i smak wakacji

Dojrzewające na drzewach czereśnie to znak, że zbliżają się wakacje. *Wakacje, znów będą wakacje, na pewno mam rację wakacje będą znów!* – jak śpiewa zespół OT.TO. I choć nadal zaganiani i w wirze pracy to przecież wszyscy czekamy na te wspaniałe letnie miesiące, które przed nami.

Wielu z nas już wie jak je spędzi. Mamy zaplanowane wyjazdy i podróże do miejsc,

w których jeszcze nie byliśmy lub tam, gdzie wyjeżdżamy co roku, bo w nich najlepiej wypoczywamy. Są też i tacy, którzy hołdują zasadzie aby *wsiąść do pociągu byle jakiego* czy też *leżeć pod gruszą na dowolnie wybranym boku*. Wszyscy odliczamy już dni do wakacji, bo to czas szczególnie lubiany, nie tylko przez uczniów i studentów.

ZG



Foto: M. Skrok

ARTYKUŁY:

Zdrowie w sokach, herbacie i... winie?

Czytaj na stronie 4.

Bogactwo natury – aloes

Czytaj na stronie 7.

Innowacyjne leczenie bólu pleców

Czytaj na stronie 8.

Czy wdowa jest jeszcze komuś potrzebna?

Czytaj na stronie 10.

Prawidłowa mowa dziecka

Czytaj na stronie 12.

10 sposobów na młodość i świetną sylwetkę

Czytaj na stronie 21.

Anioły opiekuńcze ludzi miast

Czytaj na stronie 27.

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

48 367 15 10

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

- **kardiologia również dziecięca**
(echo serca, holter EKG, holter ciśnieniowy, testy wysiłkowe)

- **neurochirurgia**

konsultacje profesorskie

- **neurologia**

Zabiegi usunięcia zaćmy przy użyciu najnowszego sprzętu i technik operacyjnych - zabiegi płatne

Zapisy oraz dodatkowe informacje można uzyskać w gabinecie nr 20 I piętro, Rejestracji POZ oraz Specjalistycznej lub pod numerem telefonu: 48 367-15-16 lub kom. 790-610-790, email: ewelinawojtowicz@medicon.com.pl, od pn. do pt w godzinach od 8.00 – 16.00

W naszej ofercie proponujemy najlepsze na świecie amerykańskie soczewki wewnątrzgałkowe. Operacje wraz z zespołem wykonuje

Lek. med. Kiciak Zbigniew

Kierownik Oddziału Okulistyki
w Mazowieckim Szpitalu Specjalistycznym w Radomiu.

SPIS OGŁOSZEŃ

LEKARZE SPECJALIŚCI

Alergologia – str. 22
Chirurgia – str. 15
Dermatologia – str. 22
Endokrynologia – str. 7, 10, 15
Ginekologia – str. 2, 10
Hematologia – str. 19
Interna – str. 3, 14, 26
Kardiologia – str. 4, 7, 14
Laryngologia – str. 14
Neurologia – str. 8
Nefrologia – str. 15
Okulistyka – str. 23
Onkologia – str. 4, 19
Ortopedia – str. 15
Pediatria – str. 13
Psychiatria – str. 11
Psychologia – str. 11
Rehabilitacja – str. 5, 19
Stomatologia – str. 9, 16, 17
Urologia – str. 11

USŁUGI MEDYCZNE

Apteki – str. 3, 13, 25, 28
Pielęgniarnictwo – str. 6, 7
Opieka długoterminowa – str. 6, 7
NZOZ, Przychodnie – str. 2, 3, 12, 24, 21

SKLEPY MEDYCZNE

– str. 25, 26

DIAGNOSTYKA

Badania, USG – str. 4, 9, 22
Laboratoria – str. 3, 4

ZDROWIE I URODA

– str. 12, 13,

MEDYCYNĄ PRACY – str. 12, 13

PROFILAKTYKA

Ośrodki – str. 5, 14, 19

Przychodnie – str. 13, 15

RÓŻNE

Usługi dla podmiotów prowadzących działalność medyczną – str. 2, 9, 19, 21
Inne – str. 5, 12, 17, 18, 20

POSŁUGA DUSZPASTERSKA

w szpitalach – str. 23

PRACOWNIA USG

www.usgradom.pl

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

- położnictwo - badania płodu **TRÓJWYMIAROWE**
- ginekologia
- jama brzuszna
- 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



apteka

CENTRUM ZDROWIA

RADOM, ul. Lekarska 2A

OTWARTE:

Poniedziałek - Piątek 8:00-21:00

Sobota 8:00-15:00

A/0014

MEDICA

laboratorium analiz medycznych

Oferujemy badania z zakresu:

hematologii
koagulologii
analitik 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
Borelioza met westernblot
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
D-Dimery

*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

L/0273

APTEKI
www.zdrowko.com

APTEKI
www.zdrowko.com

APTEKI
www.zdrowko.com

MEDICA
www.zdrowko.com

MEDICA
www.zdrowko.com

MEDICA
www.zdrowko.com

PRYWATNA PORADNIA
KARDIOLOGICZNA**Magdalena Poterała**

Kardiolog, Specjalista chorób wewnętrznych

OFERTA

- konsultacje • EKG • ECHO serca
- Holter EKG 24 godz - 7 dni
- Holter ciśnieniowy • test wysiłkowy na bieżni

Radom, ul. Główna 12 (wjazd od ul. Klonowica)
I piętro gabinet 17, 18☎ 506 490 055 www.kardiologradom.com

K/0589

Zdrowie w sokach, herbacie i... winie?

Przeciwutleniacze to związki, które pomagają chronić nasz organizm przed infekcjami, poważnymi chorobami, w tym rakiem, a nawet mutacjami genetycznymi. Im więcej ich spożywamy tym

większa szansa na dłuższe życie w dobrej kondycji. Co pić, żeby pozostać zdrowym?

Co jest zdrowsze – napój jabłkowy, barwiony miks owocowy czy świeżo wyciskany sok pomarańczowy, ewentualnie zielona herbata? A może warto pić wino w rozsądnych ilościach. Tylko które?

Żeby zobaczyć czy w wybranych napojach znajduje się dużo przeciwutleniaczy, czyli związków, które korzystnie oddziałują na ludzki organizm, naukowcy z Olsztyna* przeprowadzali przed piknikową publicznością prostą reakcję chemiczną. Do próbek dodawali syntetycznego rodnika o fioletowym

zabarwieniu. Widzowie zostali poinformowani, że jeśli barwa zmieni się na żółtą, oznacza to, że napój jest „zdrowy”. Jak pokazały doświadczenia, popularny napój jabłkowy niestety nie daje zmiany koloru i nie ma w nim przeciwutleniaczy. Zupełnie inaczej jest w przypadku zielonej herbaty, która bardzo szybko odbarwiła rodnik. Obecność przeciwutleniaczy wykazano w ręcznie wyciskanym soku pomarańczowym, lekkie odbarwienie dało się zaobserwować w próbkach z nektarami owocowymi.

Wino czerwone odbarwiło się po dłuższej chwili, ale w ostatecznym resul-

SPECJALISTYCZNE GABINETY LEKARSKIE

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

**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 MEDYCZNERadom, ul. Struga 19/21, tel. 48 363 45 66
analizy_lekarskie@baldys-lab.euwww.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**
mikrobiologRadom, ul. Żeromskiego 105A
tel./fax 48 362-12-25
przyjęciacodziennie 7.00-18.00,
w soboty 8.00-9.00Badania analityczne
Mikrobiologia - wymazy, hormonyLaboratorium posiada Międzynarodowy Certyfikat
LABQUALITY - HELSINKI ISO 9002

L/0046

„CHROBREGO”

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

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

Wypożyczanie sprzętu medycznego

- koncentratory tlenu
- materace przeciwoodleżynowe
- 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

tacie kolor płynu w próbówce podobny był do barwy próbki z zieloną herbatą. Prowadzący eksperyment badacz potwierdził, że wino jest porównywalne do zielonej herbaty pod względem aktywności przeciwutleniającej. Zaznaczył, że chodzi jedynie o czerwone wino, które – w przeciwieństwie do białego – jest bogate w polifenole, czyli barwniki o aktywności przeciwutleniającej. Podkreślił jednak, że witaminy w sokach działają dużo szybciej, są silniejszymi przeciwutleniaczami niż polifenole, a więc zdecydowanie lepiej pić świeże soki, niż alkohole.

Co się dzieje w naszym organizmie, kiedy brakuje przeciwutleniaczy? Aby zobrazować ich rolę, popularyzatorzy pokazali gwałtownie przebiegającą reakcję utleniania. Zjawiska, jakie zaprezentowano w próbówce, można było porównać do burzy z piorunami, przebiegającej w bardzo małej skali. Jak tłumaczono, podczas reakcji utleniania powstają wolne rodniki, które niekorzystnie wpływają na nasz organizm i powodują wiele schorzeń cywilizacyjnych – począwszy od nowotworów, a kończąc na podatności na przeziębienia. Szkodliwe rodniki reagują z białkami i DNA, powodują mutacje, niszczą błony komórkowe, inaktywują enzymy, powodują coraz większą podatność na schorzenia i infekcje wirusowe, np. wirus opryszczki. Dlatego produkty spożywcze zawierające przeciwu-

tleniace mają dużą rolę w profilaktyce zdrowotnej.

*Aktywność przeciwutleniającą soków, napojów, herbaty i win można było zbadać na Pikniku Naukowym na stoisku Instytut Rozrodu Zwierząt i Badań Żywności PAN z Olsztyna.

PAP - Nauka w Polsce. Źródło: Deon.pl



PORADNIE SPECJALISTYCZNE

Kierownik: Bogumiła Odzimek, psycholog kliniczny

26-600 Radom, Lubońskiego 2

tel.: 608-012-567, 882-099-022

KOMPLEKSOWE WSPIERANIE ROZWOJU DZIECKA.

DIAGNOZA I TERAPIA DZIECI Z TRUDNOŚCIAMI ROZWOJOWYMI.

POMOC PSYCHOLOGICZNA I LOGOPEDYCZNA DLA OSÓB DOROSŁYCH.

PRZYJMUJE ZESPÓŁ WYKWALIFIKOWANYCH, DOŚWIADCZONYCH SPECJALISTÓW:

- logopedzi • surdologopedzi
- specjaliści wczesnej interwencji logopedycznej
- neurologopedzi • oligofrenopedagodzy
- pedagogi • surdopedagodzy
- psychologowie • fizjoterapeuci
- terapeuci wczesnego wspomaganie rozwoju

SNPP-P

**od stycznia 2015 r. prowadzi
WCZESNE WSPOMAGANIE
ROZWOJU DZIECKA
z subwencji oświatowych**

**WYDAJEMY OPINIE
RESPEKTOWANE W OŚWIECIE,
w tym o potrzebie
wczesnego wspomaganie rozwoju,
odroczeniu od obowiązku szkolnego,
o specyficznych trudnościach w uczeniu się
itp.**

OFERTA DLA DZIECKA MAŁEGO

- praca z dziećmi z asymetrią ułożeniową, przedwcześnie urodzonymi, problemami z karmieniem noworodków i niemowląt
- korekta polykania wspomagająca leczenie ortodontyczne,
- terapia wspierająca rozwój mowy dziecka małego,
- terapia dzieci małych z autyzmem, afazją, dzieci niemówiących
- rehabilitacja ruchowa - od wieku niemowlęcego
- szkoła pielęgnacji niemowląt
- szkoła noszenia dzieci w chustach
- integracja sensoryczna

OFERTA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY:

- diagnoza i terapia logopedyczna, pedagogiczna, psychologiczna,
- programy terapeutyczne, programy modyfikacji zachowań niepożądanych, terapia behawioralna,
- trening umiejętności społecznych dla dzieci z zaburzeniami neurorozwojowymi,
- terapia młodzieży z trudnościami w funkcjonowaniu językowym, wsparcie w procesie edukacji, wzmacnianie kompetencji komunikacyjnych, pomoc w przygotowaniu do matury (język polski),
- integracja sensoryczna,
- muzykoterapia,
- terapia ręki.

UWAGA: na wniosek rodzica, rehabilitacja może odbywać się w środowisku rodzinnym.

Zapraszamy: Pon-Pt 8:00 - 20:00, Sob 9:00 - 14:00



„REDUAR” Gabinet Rehabilitacji

RADOM, UL. KILIŃSKIEGO 6, II PIĘTRO

Tel. 536 100 109
fizjoterapia@wp.pl

Zapraszamy: poniedziałek – piątek
w godz. 9:00 – 17:00

Fizykoterapia Kinezyterapia

- | | |
|----------------|-------------------------|
| Elektroterapia | Ćwiczenia usprawniające |
| Laseroterapia | Gimnastyka korekcyjna |
| Krioterapia | |
| Magnetoterapia | KinesioTaping |
| Światłoterapia | Masaże |
| Ultradźwięki | Drenaż limfatyczny |

Rehabilitacja w domu pacjenta!

REHABILITACJA

ZDROWIE

REHABILITACJA

RÓŻNE

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

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
- elektrolecnicstwo
- ultradźwięki
- magnoterapia
- laseroterapia
- światłolecnicstwo
- 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 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**

JASMIN

ZAKŁAD OPIEKUŃCZO - LECZNICZY

STARY GÓZD 35

17 km od Radomia w stronę Warszawy
(trasa E7)

Oferujemy całodobowe świadczenia zdrowotne obejmujące leczenie, pielęgnację i rehabilitację. Ośrodek oferuje również pielęgnacyjne pobyty szpitalne. Pobyt może się odbywać w ramach pełnej odpłatności lub w ramach refundacji **NFZ**. Opiekę całodobową nad Pensjonariuszami sprawuje wykwalifikowany personel: lekarze, pielęgniarki i opiekunki.



tel. 606 698 772,
www.zoljasmin.pl,
biuro@zoljasmin.pl

Ośrodek posiada rejestrację w Księdze Rejestrowej Mazowieckiego Urzędu Wojewódzkiego pod numerem 000000137562.

I/0583

„ZAWSZE PRZY TOBIE,, Sp.z o.o.

oferuje usługi w zakresie

Hospicjum Domowego dla Dorosłych

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

Pielęgniarska Opieka Długoterminowa
w domu chorego

Kontakt telefoniczny całodobowo

nr tel: **517 45 62 21,**

501 741 118, 602 772 744

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

P/0516

NZOS MAR-MED

PIELĘGNIARSKA DŁUGOTERMINOWA OPIEKA DOMOWA

Świadczymy usługi pielęgniarskie
w domu pacjenta

**BEZPŁATNIE
NA PODSTAWIE UMOWY Z NFZ**

PRYWATNE USŁUGI PIELĘGNIARSKIE

**OPIEKA CAŁODOBOWA
RÓWNIEŻ W SOBOTY I NIEDZIELE**

**ZGŁOSZENIA TELEFONICZNIE
CAŁĄ DOBĄ 509 514 811**

P/0536



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.

I/0522

NZOS ESSAMED Anna Sosińska

Radom

ul. CHROBREGO 54 lok. 7

BEZPŁATNIE NA PODSTAWIE UMOWY Z

GABINET **NFZ**

REHABILITACJI LECZNICZEJ

(pełny zakres usług) **NFZ** i odpłatnie
REHABILITACJA W DOMU PACJENTA
PIELĘGNIARSKA OPIEKA DOMOWA

**Prywatne zabiegi pielęgniarskie
w domu pacjenta
(również w soboty i niedziele)**

**ZGŁOSZENIA TELEFONICZNIE
codziennie w godz 8-18
48 360 74 52, 600 766 982**

OSOBISTO: pn - pt w godz. 9-16

P/0436

Bogactwo natury – aloes

Soczyste liście aloesu są prawdziwą skarbnicą cennych dla zdrowia substancji. Sok z aloesu leczy alergię i trudno gojące się rany, obniża poziom cukru, poprawia odporność. Maści, kremy i żele z aloesu pomocne są w wielu schorzeniach skórnych, np. owrzodzeniach, oparzeniach, ranach.



Czterometrowe kolosy rosnące na Madagaskarze czy Wyspach Kanaryjskich niewiele przypominają niepozorne i mało urodziwe aloesy doniczkowe, które hodujemy w mieszkaniu. Lecz bez względu na to, z jak dużym okazem mamy do czynienia, w jego mięsistych liściach jest mnóstwo aktywnych substancji, np. aloina, barbaloina, aloemodyna. Wykorzystuje się je m.in. do produkcji leków wzmacniających i bakteriobójczych. Wiadomo, że mogą wspomagać leczenie nowotworów. Testy laboratoryjne potwierdzają np. przydatność aloemodyny w powstrzymywaniu rozwoju białaczki.

Najdłużę znane są przeczyszczające i żółciopędne właściwości aloesu. Ale z tego też powodu należy ostrożnie stosować preparaty aloesowe – i te

kupowane, i domowe. Mogą bowiem przyczynić się do wypłukiwania elektrolitów, szczególnie potasu. Nie powinny ich brać także kobiety ciężarne. Od wieków wiadomo, że aloes pomaga w leczeniu oparzeń. Wystarczy przeciąć liść i przyłożyć do rany, by przyspieszyć proces gojenia. Maści aloesowe i wyciągi sprawdzają się w najtrudniejszych skórnych problemach: odleżynach, owrzodze-

niach, ranach popromiennych. Aloes zawiera też antyprostaglandyny, które hamują procesy zapalne i działają przeciwbólowo. Dlatego preparaty z tej rośliny zaleca się przy nerwobólach, reumatyzmie i goście. A ostatnie wyniki badań sugerują, że picie soku z aloesu może obniżyć poziom cukru u chorych na cukrzycę.

Sok z aloesu silnie stymuluje układ immunologiczny (odpornościowy) człowieka, co oznacza, że organizm sam zaczyna zwalczać chorobę. To chyba najcenniejsza – choć na razie najmniej poznana – właściwość aloesu.

Źródło: poradnikzdrowie.pl

TWP Medyczna Szkoła Policealna dla Dorosłych

terapeuta zajęciowy
technik masażysta
opiekun medyczny

CZESNE 0 zł

ZAPRASZAMY

www.twp.radom.pl Radom, ul. Partyzantów 5/7 tel. 48/362-26-28 lub 723-548-722



Owocowa tarcza przeciwsłoneczna

Pomyśl o wakacjach! Piękna pogoda, plaża, morze i tysiące atrakcji. Już nie możesz się doczekać, ale czy Twoja skóra cieszy się równie mocno? Słona woda, palące słońce, drażniący piasek... podrażnienia, oparzenia, ból i dyskomfort, niechciane zmiany pigmentacyjne. Czy można tego uniknąć? Oczywiście, przygotuj skórę na lato, naturalnie!



Opalaj się zdrowo



To cudowne uczucie, gdy beztrudnie wylegamy się na ciepłym piasku... Pozwól również swojej skórze poczuć błogość! Zastosuj olej z nasion malin LORIENT. To wyjątkowy produkt, który skutecznie poprawia odporność skóry na promieniowanie słoneczne. Zastosowany przed opalaniem działa jak filtr SPF 28-50. Neutralizuje skutki powstawania wolnych rodników, zapobiega rozpadowi elastyny i kolagenu w skórze, chroni przed powstawaniem przebarwień. Nawilża, zapobiegając przesuszeniu i podrażnieniom. Produkt w 100% naturalny, tłoczony z nasion soczystych, dojrzewających w słońcu malin.

Opalaj się na złocisty brąz

Nie jesteś zadowolona z koloru swojej opalenizny? Opalasz się zbyt wolno? Masło kakaowe to specyfik przyspieszający wydzielanie melaniny i od wieków stosowany w celu poprawy koloru skóry. Mydlarnia u Franciszka oferuje oryginalne, peruwiańskie masło kakaowe LORIENT, podane w przełomowej formie świecy. Masło kakaowe LORIENT skutecznie przyspiesza opalanie, nadaje skórze złocisty, brązowy odcień, jest źródłem witamin i minerałów, poprawia sprężystość skóry i wspomaga walkę z cellulitem. Stosowane codziennie, na tydzień przed wyjazdem na urlop, zapewni Twojej skórze zdrowy wygląd, zniewalającą gładkość i cudowny czekoladowy odcień! Używaj również po opalaniu, ma działanie intensywnie nawilżające i łagodzące podrażnienia.



Chroń włosy!

Niestety włosy źle znoszą morskie i słoneczne kąpiele. Reagują przesuszeniem, wzmożoną łamliwością i wypadaniem. Na szczęście jest na to sposób! Przed wyjściem na plażę nałóż na włosy niewielką ilość oleju kokosowego. Olej kokosowy LORIENT działa jak emolient, dogłębnie nawilża, domyka łuski włosów i zapobiega parowaniu wody. Skutecznie chroni przed dostępem soli z wody morskiej. Dodatkowo podgrzany promieniami letniego słońca wnika głęboko we włosy działając jak odbudowujący kompres olejowy na ciepło. I to wszystko, gdy Ty oddajesz się błogiemu lenistwu!

10% RABATU

na kosmetyki do opalania
do wykorzystania do 31.08.2015r

RADOM

ul. Malczewskiego 2 i Moniuszki 19,
tel. 508 923 051



www.ufranciszka.pl

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 ple-

ców. Kręgosłup jest kunsztownie zbudowaną strukturą. Jako układ złożony z kręgów, stawów międzykręgowych, więzadeł i drobnych mięśni nadaje ciału stabilności, jedno-

ześnie 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

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

Grójec:
Centrum Medyczne Leda-Med
ul. Polskiej Organizacji Wojskowej 14
wtorki i czwartki
rejestracja, tel. 48 366 11 72

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



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**

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

DOPPLER COLOR
tętnic szyjnych i kręgowych
ECHO SERCA

USG tarczycy, jamy brzusznej,
stawy u dorosłych (barkowe, kolanowe),
stawy biodrowe u dzieci

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

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. Skargi 10, gab. 159 PCMG
Ostrowiec Świętokrzyski, ul. Kopernika 14 gab. 113 NZOZ NOVOMED

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 NEUROLOGICZNY

Radom, ul.KellesKrauza 32
poniedziałek 16-17

Marina Chojnacka
neurolog

604 994 824

tel.pryw. 48 384 89 04

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

JAROSŁAW KOSOWSKI specj. NEUROLOG

Radom, ul. Focha 12/7 rejestracja:
tel. **608460030**

przyjmuje w poniedziałki i środy od godz. 16

Gabinet Neurologiczny MAŁGORZATA ZIÓŁEK

lekarz specjalista neurolog

Przyjmuje:

wtorek 16.00 - 17.00

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

cję silnego, niebołącego 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 około-korzeniowa 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, przeciwbólowym i przeciwbólowym oddziaływaniem diprophosu. Kontrola 64-rzędowym tomografem komputerowym umożliwia precyzyjne podanie środka leczniczego w pożądanym rejonie.

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

- dyskopatii (protruzji krążka międzykręgowego lub przepukliny jądra miazdzystego),
- choroby zwyrodnieniowej kręgosłupa,
- stenozę otworów międzykręgowych,
- stenozę 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 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 kilkakrotnie (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

Dokończenie na str. 16

J/0603

like my smile

profesjonalne artykuły do
higieny & pielęgnacji jamy ustnej

www.likemysmile.pl

Panoramica
pracownia radiologiczna

B/0602

Panoramica 3D

pracownia radiologiczna

- Wykonujemy zdjęcia:
pantomograficzne
cefalometryczne
zatok
- Tomografia najwyższej precyzji i najniższej dawki promieniowania
- Tomografia zatok i dróg oddechowych w obszarze głowy
- Tomografia CBCT dla stomatologii i laryngologii.

www.panoramica.pl
26-600 Radom, ul. Okulickiego 48
tel. +48 48 679 61 71

STOMATOLOGIA

STOMATOLOGIA

ZDROWIE

BADANIA

BADANIA

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

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

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

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

lek.med. Paweł Kucharski
specj. ginekolog-położnik

PRZYJMUJE:
pon.-czw. 17.00-19.00
codziennie 11.30-14.00
tel. **603688711**

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

G/0343

Czy wdowa jest jeszcze komuś potrzebna?

Wraz ze śmiercią męża żona traci też wiele zajęć, które przez całe lata wydawały się jej oczywiste i potrzebne. Tymczasem teraz nie trzeba już prasować koszul, gotowanie dla samej siebie nie sprawia radości, a jeszcze mniej cieży przygotowywanie kawy tylko dla jednej osoby.

Znikają wszystkie wspólne przedsięwzięcia, a w przypadku kobiet bez prawa jazdy brakuje nagle mobilności. Czasami przez długi czas pielęgnowały chorego męża, widząc w tym zajęciu ważne zadanie, które wykonywały chętnie lub przynajmniej sumiennie i bez zbędnych pytań. Czasem po jego śmierci mówią, że nadal chętnie

nie by się tym zajmowały, że żadna praca nie byłaby dla nich zbyt ciężka, byleby tylko on nadal żył. Mają teraz bowiem mnóstwo wolnego czasu, którego nie potrafią wypełnić. Szybko więc pojawia się poczucie, że są już niepotrzebne. Życie pozbawione dawnych, dobrze znanych obowiązków traci dla nich cały sens. Wydawałoby się, że wystarczy po prostu znaleźć wdowie jakieś nowe zajęcie. W każdej społeczności przydadzą się czyjeś sprawne ręce. W takim myśleniu nie ma nic złego, jednak często bywa ono wyrazem bezradności otoczenia wobec owdowiałych kobiet. Wydaje się bowiem, że proponując im jakieś zajęcie, próbuje się odwieść ich myśli od żałoby, którą przeżywają. Takie działania sprawdzają się jednak tylko przez moment. Potem znów trzeba wrócić do domu, gdzie smutek wybucha z jeszcze większą siłą. Zdarza się, że dzieci, pragnąc dać matce poczucie, że nadal jest potrzebna, nadmiernie obarczają ją nowymi pracami. Niestety próba zapełnienia czymkolwiek pustki powstałej po śmierci partnera jest tylko bagatelizowaniem owej straty. Szukanie wdowie nowego zajęcia

CENTRUM MEDYCYNY KOBIEC
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

WROMED
PRAKTYKA LEKARSKA
Radom, ul. Widok 20, tel. 48 369 95 35

lek. med. Sławomir Wróblewski **lek. med. 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

AB/0136

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

G/0526

REH-COMPLEX
Michał Paprocki
FIZJOTERAPEUTA
Specjalista ds. bezoperacyjnego leczenia skolioz Metodą F.E.D.®

Leczenie bólów kręgosłupa metodą McKenziego
Rehabilitacja osób metodą PNF
Konsultacje, dojazd do pacjenta

www.reh-complex.pl
Tel: 798-802-717

R/0111

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/>

P/0363

**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**

jest także apelem, by wrócić do życia. Drzemiały
w każdym człowieku potencjał potrzebuje swojego
środka wyrazu. Szkoda by było, żeby się zmarnowa-
ła. Jednak potrzeba nowych obowiązków doj-
rzewa dopiero po jakimś czasie i nie powinna być
narzucana z zewnątrz. Pozwólmy więc, by sama
się w nas odezwała. Trzeba czasu, by pogodzić
się ze stratą, by poczuć i docenić jej rozmiary.

Dokończenie na str. 18

**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. 9⁰⁰ - 17⁰⁰
Kom.: 608 206 472
www.odwyk.radom.pl

**DZIENNY ODDZIAŁ TERAPII
DLA OSÓB UZALEŻNIONYCH**

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**

Katarzyna Molendowska
specjalista psychiatra
psychoterapeuta

Przychodnia "Zamłynie"
Radom ul. Klonowica 10/12

**również
WIZYTY DOMOWE**

tel. 600 466 638, e-mail: centiped@poczta.fm

Halina Łopuszańska
specjalista psychiatra

przyjmuje:
Środa od 16.00
tel. 695 757 775

**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

TECHNIKUM TWP
KSZTAŁCIMY NA KIERUNKACH:

- Technik urządzeń i systemów energetyki odnawialnej
- Technik eksploatacji portów i terminali
- Technik informatyk

CZAS TRWANIA NAUKI: 4 lata
SZKOŁA DZIENNA

Radom ul. Partyzantów 5/7 tel. 48/362-26-28 www.twp.radom.pl

GIMNAZJUM TWP
Klasa przyrodnicza
• z elementami biotechnologii

Klasa matematyczna
• z elementami fizyki kwantowej

Klasa prawna
• z elementami politologii

NAUKA PRZEZ EKSPERYMENTY

2B-600 Radom, ul. Traugutta 44
Siedziba: III LO im. płk. Dionizego Czachowskiego
tel. 660-698-154 www.twp.radom.pl

PSYCHOLOGIA

ZDROWIE

PSYCHIATRIA

RÓŻNE

RÓŻNE

Prawidłowa mowa dziecka

Poprawna wymowa jest jednym z najważniejszych czynników umożliwiających prawidłowe rozwijanie się dziecka w społeczeństwie. W związku z powyższym w okresie do 6 lat powinno ono mieć już opanowaną poprawną artykulację wszystkich głosek języka polskiego.

Wady wymowy często wpływają na cechy osobowości, takie jak: nieśmiałość, zamykanie się w sobie, poczucie mniejszej wartości. Od poprawnej wymowy zależy to, jak otoczenie będzie postrzegać dziecko w przedszkolu i w szkole. Uczeń, który swobodnie wyraża swoje myśli, po-

prawnie pod względem artykulacyjnym, stylistycznym i gramatycznym, jest bardziej pewny siebie. Należy również pamiętać, że wczesna interwencja logopedyczna przy zaburzeniach w kształtowaniu się mowy ustnej stanowi profilaktykę dla trudności w nabywaniu umiejętności czytania i pisanie. Wady wymowy utrudniają naukę, a nawet ograniczają możliwość wyboru zawodu w życiu dorosłym. Czasami nieprawidłowa wymowa ma wpływ na wybór zawodu niezgodnego z aspiracjami i zdolnościami, rodząc frustrację.

W 6 roku życia dziecko powinno mieć już cały zasób głosek. Wszystkie odchylenia od normy w kwestii wymowy powinny być konsultowane z logopedą.

Co powinno niepokoić rodziców?

Mowa dziecka rozwijająca się później niż jego rówieśników.

Kiedy dziecko:

- w ogóle nie mówi, mimo ukończenia 1 roku życia,
- ma trudności z wydobywaniem dźwięków,
- sporadycznie wymawia sylaby,
- ma 2 lata i wymawia tylko kilka słów,
- ma 3 lata i nie wymawia którejkolwiek z samogłosek (a,o,u,e,y,i) lub nadal mówi równoważnikami zdań,
- ma 4 lata i posługuje się tylko prostymi zdaniami,
- ma 6 lat, ale jego mowa jest na poziomie dziecka trzyletniego,
- jąka się lub zacina,
- ma niedosłuch,
- nawykowo mówi przez nos,
- kiedy rozwój mowy dziecka w jakimś momencie zatrzymał się lub się cofnął (od pewnego etapu rozwija się prawidłowo, a następnie z niewiadomych przyczyn zahamowany został jej postęp lub dziecko przestało mówić w ogóle).

Każdy rodzic chciałby, aby jego dziecko pięknie mówiło. To rodzice, jako pierwsi mają szansę dostrzec nieprawidłowości w mowie swoich dzieci. Nie każdy jednak wie, co powinno niepokoić, na co należy zwrócić uwagę. Czasem uświadomienie sobie najprostszyc rzeczy może być najważniejsze. Trzeba zatem pamiętać o tym, że mowa dziecka powinna być zrozumiała nie tylko dla mamy i reszty domowników, ale także dla obcych osób. Jeżeli tak nie jest, a dziecko ma ok. 4 lat warto skonsultować się z logopedą. Wiek 4 lat jest dobrym wiekiem, aby logopeda ocenił mowę dziecka i stwierdził, co jest rozwojowe, czyli może samoistnie zaniknąć w miarę doskonalenia się aparatu artykulacyjnego i poszerzania doświadczeń językowych, a nad czym należy popracować. Wszelkie wady wymowy dobrze jest korygować do 6 roku życia, tak, aby w pierwszej klasie dziecko nie popełniało błędów w pisaniu – pamiętajmy o tym, że dzieci piszą tak jak mówią i

 **PROFILAKTYKA
STOPY
CUKRZYCOWEJ
PODOLOG**

- Zespół stopy cukrzycowej
- Rekonstrukcja paznokci
- Usuwanie odcisków i modzeli
- Profilaktyka hallux valgus
- Pedicure leczniczy
- Konsultacje lekarskie

Radom, ul. 1905 r. 20, gabinet 320, III p.
(przychodnia lekarska)

tel. 608-668-330
www.podolog.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, modzeli)

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
www.madamradom.pl

 **ORTO-LIVE**
M. JANIK - PODGÓRSKA
specjalista dermatologii,
wenerologii i medycyny estetycznej
dr n. med. **Paweł Rujna**
DERMATOLOGIA
DERMATOCHIRURGIA
LASEROTERAPIA
MEDYCYNĄ ESTETYCZNĄ

Zgłoszenia tel. pn-pt w godz. 9-20.
602 660 944
Radom ul. Lekarska 2A
ortolive.janik@gmail.com, www.ortolive.pl

 **beauty look**
Studio fryzjerstwa i kosmetyki profesjonalnej
Ilona Rychter
tel. 513 824 326
email: ilonka.rychter@o2.pl
Radom
Pl. Stare Miasto 1/2

**STUDIO URODY I MASAŻU
„DOTYK”**
ul. 11 Listopada 99D
(pomarańczowy pawilon, obok restauracja/pizzeria VaBene)

**KOSMETYKA
FRYZJER
SOLARIUM**

PROMOCJE, RABATY, PAKIETY ZABIEGÓW
Partner Bielendy

POLUB NAS NA 
DOTYK STUDIO URODY I MASAŻU
ZAPRASZAMY!

tel. 605 -529 -768

Nowo Otwarta!

apteka odzienna

Radom

Staroopatowska 22A

obok Centrum Handlowego FENIKS

tel. 48 332-00-31

PONIEDZIAŁEK - SOBOTA
od 7:30 do 21:00



727-011-011



A/0015

tak jak słyszą. Należy pamiętać, że sprawne komunikowanie się dziecka powoduje, że dziecko może frustrować się, reagować agresją lub wycofaniem.

Gdzie szukać pomocy?

Jeśli obawiasz się, że twoje dziecko może mieć problemy z prawidłowym rozwojem mowy, udaj się do logopedy. Tylko specjaliści są w stanie stwierdzić czy konieczna jest terapia logopedyczna. Niestety rodzice bagatelizują problem rozwoju mowy dzieci, myśląc, że dziecko ma jeszcze czas i niedługo zacznie mówić. W większości przypadków każde opóźnienie mowy ma swoje przyczyny, które trzeba określić, aby odpowiednio pomóc dziecku. Ponadto wszelkie opóźnienia na ogół prognozują przyszłe problemy szkolne dziecka.

Renata Kmieć

Centrum Bernardyńska

511 511 234, 48 386 95 00, 48 386 96 00

Radom, ul. Bernardyńska 3A

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

Wykonujemy również prywatne badanie mammograficzne, USG piersi, tarczycy, jamy brzusznej, węzłów chłonnych, biopsję grubościennej piersi.
ZAPRASZAMY!

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia

B/0560

SPECJALISTYCZNY GABINET PEDIATRYCZNY

BADANIA **USG**

lek. med. **Piotr Słyk**

specjalista chorób dziecięcych, radiolog

również
WIZYTY DOMOWE

Radom, ul. Sienkiewicza 32

tel. 48 36-26-058

wtorek 14⁰⁰ - 15⁰⁰ środa 15³⁰ - 17⁰⁰

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

GABINET PEDIATRYCZNY

wizyty domowe

MARTA NAZIMEK

specjalista chorób dzieci, diabetolog

tel. 696 50 15 15

APTEKI
www.zdrowko.com

APTEKI
www.zdrowko.com

RÓŻNE
www.zdrowko.com

RÓŻNE
www.zdrowko.com

PEDIATRIA
www.zdrowko.com



CENTRUM BERNARDYŃSKA

Radom, ul. Bernardyńska 3A,

biuro@centrumbernardynska.pl, www.centrumbernardynska.pl

kom. 511 511 234, tel. 48 386 95 00, tel./faks 48 386 96 00

w godz. 7.30-20.00

ZABIEGI W CENTRUM BERNARDYŃSKA

CEWNIKOWANIE PĘCHERZA MOCZOWEGO

CYSTOSKOPIA

OPERACJA STULEJKI

PUNKCJA WODNIAKA JĄDRA

WYDŁUŻENIE WĘDZIDEŁKA

USUNIĘCIE ZMIANY SKÓRY I TKANKI PODSKÓRNEJ

WYCIĘCIE POWIERZCHOWNYCH PRZETOK ODBYTU

OPERACJA SZCZELINY ODBYTU

PODWIĄZANIE HEMOROIDÓW METODĄ BARRONA

REKTOSIGMOIDOSKOPIA

OPERACJA WRASTAJĄCEGO PAZNOKCIA

OPERACJA ŻYŁAKÓW KOŃCZYN DOLNYCH METODĄ KLASYCZNĄ

MINIFLEBEKTOMIA - CHIRURGICZNE USUNIĘCIE ŻYŁAKÓW

SKLEROTERAPIA - OSTRZYKIWANIE ŻYŁAKÓW

ZABIEGI DERMATOLOGICZNE

DERMATOSKOPOWE BADANIE ZNAMION

ODTRUWANIE POALKOHOŁOWE DETOX

WSZYWKA ALKOHOŁOWA ESPERAL

INIEKCJE DOSTAWOWE I OKOŁOSTAWOWE POD KONTROLĄ USG

WYKONUJEMY BADANIA

ECHO SERCA

HOLTER EKG

EKG

USG DOPPLER COLOR NACZYŃ KOŃCZYN DOLNYCH, SZYI

USG JAMY BRZUSZNEJ

USG ORTOPEDYCZNE

USG PIERSI

USG STAWU BIODROWEGO U DZIECI

USG TARCZYCY

USG UROLOGICZNE

LABORATORIUM ANALITYCZNE

ŚWIADCZYMY USŁUGI W ZAKRESIE MEDYCYNY PRACY

SPECJALIŚCI

<i>lek. spec.</i> Alter Andrzej	UROLOG
<i>tech.</i> Bidziński Sylwester	MASAŻYSTA
<i>lek. spec.</i> Brudnias Tadeusz	ORTOPEDA I TRAUMATOLOG NARZĄDU RUCHU/ PRELUKSACJA
<i>lek. spec.</i> Brudnicka Anna	OKULISTA / MEDYCYNĄ PRACY
<i>dr n. med.</i> Buczyńska-Chyl Jolanta	NEFROLOG
<i>dr n. med.</i> Chlebny Wojciech	OTORYNOLARYNGOLOG
<i>mgr</i> Chochoł Agnieszka	PSYCHOLOG-SEKSUOLOG
<i>lek. spec.</i> Chyl Piotr	ORTOPEDA I TRAUMATOLOG NARZĄDU RUCHU / PRELUKSACJA
<i>lek. spec.</i> Drotleń Bogusław	CHIRURG OGÓLNY / PROKTOLOG
<i>lek. spec.</i> Gaczyński Robert	PSYCHIATRA I LECZENIE UZALEŻNIEŃ
<i>lek. spec.</i> Garganisz - Studniarz Joanna	REUMATOLOG
<i>lek. spec.</i> Głód-Socha Katarzyna	NEUROLOG / MEDYCYNĄ PRACY
<i>lek. spec.</i> Grabiec Elżbieta	ENDOKRYNOLOG / ENDOKRYNOLOG DZIECIĘCY
<i>lek. spec.</i> Grel Norbert	RADIOLOG (USG)
<i>lek. spec.</i> Kasperski Mirosław	NEUROCHIRURG
<i>mgr</i> Kmieć Renata	LOGOPEDA
<i>lek. spec.</i> Łańczyk-Wrona Barbara	DIABETOLOG
<i>lek. spec.</i> Latała-Musiał Krystyna	KARDIOLOG
<i>lek. spec.</i> Molga Jacek	UROLOG
<i>lek. spec.</i> Molga Radosław	UROLOG
<i>dr n. med.</i> Nadgrodkiewicz Krzysztof	NEUROLOG
<i>dr n. med.</i> Narożnik Sławomir	ENDOKRYNOLOG
<i>lek. spec.</i> Nierubca Antoni	UROLOG
<i>lek. spec.</i> Nitka Tadeusz Mieczysław	MEDYCYNĄ PRACY / LARYNGOLOG
<i>lek. spec.</i> Noll Grzegorz	CHIRURG OGÓLNY / CHIRURG NACZYNIOWY
<i>dr n. med.</i> Noll Krzysztof	CHIRURG OGÓLNY I ONKOLOG / PROKTOLOG
<i>dr n. med.</i> Ostrach Andrzej	CHIRURG OGÓLNY / CHIRURG NACZYNIOWY
<i>lek. spec.</i> Radziejowski Krzysztof	KARDIOLOG
<i>lek. spec.</i> Roguś Adam	ORTOPEDA I TRAUMATOLOG NARZĄDU RUCHU
<i>lek. spec.</i> Sander Krzysztof	UROLOG
<i>lek. spec.</i> Sidor Marcin	KARDIOLOG
<i>mgr</i> Skalska Nina	DIETETYK
<i>lek. spec.</i> Skałbiana Magdalena	DERMATOLOG I WENEROLOG
<i>lek. spec.</i> Słomska-Kasperska Grażyna	UROLOG
<i>lek. spec.</i> Szadkowski Tomasz	CHIRURG OGÓLNY
<i>lek. spec.</i> Szymańska Beata	INTERNISTA
<i>dr n. med.</i> Więckowski Jarosław	RADIOLOG (USG)
<i>lek. spec.</i> Wilczak Jolanta	NEUROLOG
<i>mgr</i> Wójcik Grażyna	LOGOPEDA
<i>dr n. med.</i> Wypyski Andrzej	CHIRURG DZIECIĘCY

Innowacyjne okołokorzeniowe leczenie przewlekłego i ostrego bólu pleców

Dokończenie ze str. 9

(wydającego skierowanie na wykonanie TK). Kwalifikowani są chorzy z udokumentowanymi (TK, MR) zmianami w obrębie kręgosłupa, cierpiący na bóle przewlekłe (co naj-

mniej 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 oraz zabiegi : Celowana okołokorzeniowa terapia bólu pod kontrolą Tomografu Komputerowego.**

Kontakt:

ENDOMED - Zakład Dignostyki Obrazowej
ul. Kilińskiego 6 26-600 Radom
tel. 48 340 02 35 w. 2 ;
kom.606 169 634 w. 2

PRYWATNA PRAKTYKA LEKARSKO-DENTYSTYCZNA



M. JANIK - PODGÓRSKA

ORTO-LIVE

Radom, ul. Lekarska 2A, tel. 602 660 944, www.ortolive.pl

WITAMY W NASZEJ PRAKTYCE

Oferujemy Państwu opiekę w zakresie:

- ORTODONCJI
- CHIRURGII STOMATOLOGICZNEJ I IMPLANTOLOGII
- STOMATOLOGII ZACHOWAWCZEJ
- PERIODONTOLOGII
- PROTETYKI

Prowadzimy leczenie zespołowe we współpracy z:

- CHIRURGIEM ORTOGNATYKIEM
- CHIRURGIEM STOMATOLOGIEM
- PERIODONTOLOGIEM
- PROTETYKIEM

**LECZYMY WADY ZGRYZU
U DZIECI Z WADAMI ROZWOJOWYMI**

Współpracujemy z lekarzami
Centrum Zdrowia Dziecka i WIM w Warszawie.

**PRACOWNIA RADIOLOGICZNA
TOMOGRFIA STOMATOLOGICZNA CBCT**

NOWOCZESNA, PROFESJONALNA, PRZYJAZNA PACJENTOM



M. JANIK - PODGÓRSKA

ORTO-LIVE

specjalista neurochirurgii

Prof. dr hab. n. med.

Jan Krzysztof Podgórski

NEUROCHIRURGIA

Zgłoszenia tel. pn-pt w godz. 9-20.

602 660 944

Radom ul. Lekarska 2A

ortolive.janik@gmail.com, www.ortolive.pl



M. JANIK - PODGÓRSKA

ORTO-LIVE

specjalista chorób wewnętrznych

lek. med. **Andrzej Jonak**

ENDOKRYNOLOG

Zgłoszenia tel. pn-pt w godz. 9-20.

602 660 944

Radom ul. Lekarska 2A

ortolive.janik@gmail.com, www.ortolive.pl



M. JANIK - PODGÓRSKA

ORTO-LIVE

specjalista medycyny estetycznej

Katarzyna Żórawicz

DERMATOLOG i WENEROLOG

Zgłoszenia tel. pn-pt w godz. 9-20.

602 660 944

Radom ul. Lekarska 2A

ortolive.janik@gmail.com, www.ortolive.pl

lek. med. Anna Frydryk – spec. chorób wewn., diabetolog
lek. med. Ewa Modrzewska-Lesisz – spec. chorób wewn., endokrynolog
dr n. med. Violetta Wilk – spec. chorób wewn., endokrynolog
lek. med. Roman Horbacz – spec. chorób wewn., nefrolog
lek. med. Anna Malinowska – spec. chorób wewn., hipertensjolog
lek. med. Ewa Molenda – spec. chorób wewnętrznych
lek. med. Wioletta Sorbian – spec. chorób wewn., hipertensjolog

lek. med. M. Jastrzębska-Pasierb – spec. pediatra, diabetolog
lek. med. Grzegorz Walczyński – spec. pediatra
lek. med. Magdalena Opiál – pediatra
lek. med. Renata Tomikowska – pediatra

Gabinet zabiegowy • Punkt szczepień • Laboratorium analityczne • EKG

PORADNIE SPECJALISTYCZNE

- **Gastroenterologiczna** – lek. med. Janusz Romanowski, Marek Stankiewicz, Ewa Tylec-Osóbka
- **Gastroenterologiczna dla Dzieci** – lek. med. Lesław Syczewski
- **Onkologiczna** – dr n. med. Robert Wiraszka
- **Proktologiczna** – lek. med. Jacek Sobaszek
- **Chirurgiczna / naczyniowa** – lek. med.: Jacek Sobaszek, Artur Żuchowski
- **Chirurgiczna dla Dzieci** – lek. med. Ewa Elertowska
- **Diabetologiczna** – lek. med.: Anna Frydryk, Mirosława Jastrzębska-Pasierb
- **Endokrynologiczna** – dr n. med. Violetta Wilk, lek. med.: Krzysztof Bocheński, Ewa Modrzewska-Lesisz
- **Hepatologiczna** – dr n. med. Grzegorz Stolarek
- **Kardiologiczna** – lek. med. Maciej Wiosna
- **Nefrologiczna** – lek. med. Roman Horbacz
- **Neurologiczna** – lek. med. Elżbieta Przepiórka
- **Neurochirurgiczna** – lek. med. Krzysztof Zakrzewski
- **Ortopedyczna** – lek. med. Tomasz Romaniuk
- **Pulmonologiczna** – lek. med. Mariusz Korzeniowski
- **Zdrowia Psychicznego** – lek. med. Łukasz Stadriniak
- **Psychologiczna** – mgr Ewelina Wróbel
- **Dietetyczna** – mgr dietetyk kliniczny Małgorzata Janusz

DIAGNOSTYKA

TOMOGRAF KOMPUTEROWY 64-rzędowy,
RTG cyfrowy – najwyższej klasy
USG – jama brzuszna, tarczyca, piersi, BIOPSJE
USG – ortopedyczne / preluksacyjne

ENDOSKOPIA

~ GASTROSKOPIA
~ KOLONOSKOPIA
~ POLIPEKTOMIA oceną histopatologiczną
~ REKTOSKOPIA

możliwość badań w znieczuleniu
pod opieką anestezjologa

Współpraca z:

*ALLIANZ *POLMED *ENEL-MED
*FALCK *MEDICA POLSKA *PZU *CMP

INNOWACYJNE LECZENIE PRZEWLEKŁEGO I OSTREGO BÓLU PLECÓW

- **KONSULTACJE NEUROCHIRURGICZNE**
- **ZABIEGI** – celowane ostrzyknięcia okołokorzeniowe pod kontrolą tomografu komputerowego

B/0029

PRACOWNIA RADIOLOGICZNA



- **Cyfrowe zdjęcia RTG:** punktowe, pantomograficzne, cefalometryczne, stawów skroniowo-żuchwowych, zatok szczękowych

- **Badania tomograficzne CBCT** dla stomatologii i laryngologii

ul. Lekarska 2A,
26-600 Radom
tel. 602 660 944

www.ortolive.pl
ortolive.janik@gmail.com



dr n. med.

Danuta Kucharska

SPECJALISTA OTOLARYNGOLOG

Radom
ul. Focha 12/7
I piętro

M/0130

rejestracja:
tel. **608 460 030**

przyjmuje we wtorki i piątki od godz. 16

Czy wdowa jest jeszcze komuś potrzebna?

Dokończenie ze str. 10

Zbyt wcześnie podjęte obowiązki, zajęcia zakłócające ten wewnętrzny proces tylko rozmywają wartość tego, co łączyło małżonków. Chęć stania się potrzebnym nie oznacza też przyzwolenia na wykorzystywanie. Czasami drzemia w naszej duszy jakieś nie do końca uświadomione pragnienia, które teraz ostrożnie możemy wydobyć na światło dzienne. Aby zdobyć się na to, trzeba najpierw się wycofać, zagłębić w siebie. Łatwiej przychodzi to osobom, które nawet za życia partnera miały własne zainteresowania i zajęcia niezwiązane z życiem rodzinnym. One po śmierci męża, nawet po dłuższym czasie, będą miały do czego wrócić. Bycie potrzebną to delikatny temat. Dobrze, jeżeli czujemy się przydatne, jednak w tym poczuciu tkwi zarazem element dwuznaczności. Z jednej strony bowiem pragniemy być potrzebne, jednak z drugiej strony tęsknimy także, by wreszcie zająć się sobą. Dzieje się tak szczególnie wtedy, gdy mamy za sobą okres intensywnej opieki nad mężem albo długie lata małżeństwa, w którym dominował partner. Dochodzi wówczas do głosu poczucie, że byliśmy nie tylko potrzebne, ale raczej

zane z życiem rodzinnym. One po śmierci męża, nawet po dłuższym czasie, będą miały do czego wrócić. Bycie potrzebną to delikatny temat. Dobrze, jeżeli czujemy się przydatne, jednak w tym poczuciu tkwi zarazem element dwuznaczności. Z jednej strony bowiem pragniemy być potrzebne, jednak z drugiej strony tęsknimy także, by wreszcie zająć się sobą. Dzieje się tak szczególnie wtedy, gdy mamy za sobą okres intensywnej opieki nad mężem albo długie lata małżeństwa, w którym dominował partner. Dochodzi wówczas do głosu poczucie, że byliśmy nie tylko potrzebne, ale raczej


**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

wykorzystywane czy wręcz wyzyskiwane. Być może zatem po latach życia wypełnionego intensywną pracą i oddaniem innym warto pozwolić, by teraz to inni zrobili coś dla nas.

Poruszająca jest historia pewnej wdowy i jej dzieci, które z nadzwyczajnych umiejętności kulinarnych mamy korzystały jeszcze wiele lat po tym, jak wyprowadziły się z domu. Uwa-

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



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

ZAKRES DZIAŁALNOŚCI:

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

**BEZPŁATNE
BADANIE SŁUCHU
KONSULTACJE
LARYNGOLOGICZNE**

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

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

PRZYJMUJĄ SPECJALIŚCI:

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

**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**Przychodnia Specjalistyczna ACM****Świadczy usługi w zakresie:**

- + Leczenia stanów poudarowych, stwardnienia rozsianego, nietrzymania moczu, torbieli jajników, chorób zwyrodnieniowych i wielu innych schorzeń terapią energetotonową -Hi ToP.
- + Bezinwazyjnego leczenia skolioz, kifoz i lordoz Metodą F.E.D.
- + Usuwanie ostróg piętowych, dolegliwości łokcia tenisisty/golfisty, zwapnień ścięgna Achillesa, punktów bólowych falą uderzeniową ESWT.
- + Leczenie tarczycy, zakrzepicy, choroby żylakowej, choroba Graves - Besedowa - Metodą Zenni.
- + USG - jamy brzusznej, gałki ocznej, tarczycy, węzłów chłonnych, prostaty, jąder; Doppler tętnic szyjnych.
- + Laboratorium diagnostyki wad postawy - stóp, kręgosłupa oraz koordynacji i równowagi.
- + Wykonania indywidualnych wkładek ortopedycznych.
- + Kompleksowej rehabilitacji:
 - kinezyterapii
 - fizykoterapii

Nowości w ACM

- Konsultacje u okulistów oraz kompleksowe komputerowe badanie wzroku medyczne
- Zabiegi usunięcia zaćmy z wszczepem soczewki bioanalogicznej - **NOWOŚĆ W POLSKIEJ OKULISTYCE !**
- Pełna laseroterapia: leczenie jaskry, zaćmy wtórnej, zmian cukrzycowych oraz profilaktyka odwarstwień siatkówki
- Zabiegi w chirurgii naczyniowej

Zapraszamy

Radom ul. Struga 60
tel. 48 330 84 11,
kom. 502 392 113

www.acm.radom.pl

**Bezinwazyjne
badanie kręgosłupa**
urządzeniem
Diers Formetric 4D w ACM!

w 96% pokrywające się
z wynikiem RTG!

Specjaliści w naszej placówce:

prof. nadzw. dr hab. n. med. Zbigniew Kotwica - specjalista neurochirurg

dr n. med. Elżbieta Kowal - specjalista neurolog;

dr n. med. Roman Kowal - specjalista chirurgii urazowo - ortopedycznej rehabilitacji medycznej

lek. med. Anna Witucka - Tuzimek - specjalista neurologii dziecięcej, pediatra

mgr Aleksandra Wdowska - logopeda

ul. Żeromskiego 84c tel.: 48 660 12 34, tel. kom.: 696 522 822

żały bowiem, że w ten sposób wyświadcza-
ją jej przysługę. I ona rzeczywiście chętnie dla
nich gotowała. Jednak pewnego dnia zaprosi-
ła dzieci po raz ostatni na uroczysty obiad, po
czym oświadczyła, że pragnie, by od teraz to
one zaczęły gotować dla niej.

Więcej w książce: *Znów będzie pięknie, choć
inaczej* – Angelika Daiker. Źródło: Deon.pl

dr n. med.
**ANDRZEJ
OSTRACH**
**SPECJALISTA CHIRURGII
NACZYNIOWEJ I OGÓLNEJ**
Przyjmuje
26-600 RADOM
ul. Bernardyńska 3A
czwartki w godz. 16-18
602 477 709
48 386 95 00
511 511 234

ZBIGNIEW KUPIS
- specjalista chirurgii ogólnej
chirurgii naczyniowej i angiologii
**Leczenie przewlekłej niewydolności żyłnej
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

dr n. med.
Adam Kukliński
specjalista chirurgii ogólnej
Centrum Medyczne "MedJana"
Radom ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)
Środa w godz. 16-18
tel 48 363 33 73, 603 612 943; tel. 602 66 88 31 po godz. 19
**USG
DOPPLER naczyń
operacje żylaków
skleroterapia
termoablacja
RF-celon**

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**

**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, tel. reh. 609 446 788
lek. med.
JANUSZ FRYNAS
specjalista ortopeda traumatolog
USG NARZĄDÓW RUCHU
PONIEDZIAŁKI, ŚRODY, PIĄTKI 16.00 - 18.00
**FIZYKOTERAPIA
MASAŻ KLASYCZNY
KRIOTERAPIA**
OD PONIEDZIAŁKU DO PIĄTKU 14.00 - 17.00

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**

**PROKTOLOGIA
CHIRURGIA**
ZBIGNIEW KOTUR
specjalista chirurgii ogólnej i onkologicznej
proktolog
■ 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

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

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.
LECZENIE BEZ BOROWANIA
metodą abrazji wodno-powietrznej

AURUM DENT
RADOM UL. PAMIĘCI KATYNI 12A/1
TEL. 530 704 300
48 369 99 00
www.aurumdent.pl
GABINET DENTYSTYCZNY
LEK. STOM. MAREK ZATORSKI
KOMPLEKSOWE LECZENIE - NOWOCZESNA PROTETYKA

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

ORTO-LIVE
M. JANIK - PODGÓRSKA
Lekarz stomatolog
Marta Adamowicz-Brożek
Zgłoszenia tel. pn-pt w godz. 9-20.
602 660 944
Radom ul. Lekarska 2A
ortolive.janik@gmail.com, www.ortolive.pl

ORTO-LIVE
M. JANIK - PODGÓRSKA
specjalista ortodoncji
lek. stom. Krzysztof Kołodziejczyk
Zgłoszenia tel. pn-pt w godz. 9-20.
602 660 944
Radom ul. Lekarska 2A
ortolive.janik@gmail.com, www.ortolive.pl

ORTO-LIVE
M. JANIK - PODGÓRSKA
specjalista chirurgii stomatologicznej
Marek Roszkowicz
IMPLANTOLOG
Zgłoszenia tel. pn-pt w godz. 9-20.
602 660 944
Radom ul. Lekarska 2A
ortolive.janik@gmail.com, www.ortolive.pl

GABINET STOMATOLOGICZNY
lek. stom. **Ewa Krupa-Pekala**
Radom, ul. Zielona 23
(w bloku przejście między 3-4 klatką)
tel. 48 33 12 012
606 712 214

LUXDENT
Gabinet Stomatologiczny
Dariusz Szydło
Radom, ul. Struga 54 Lok 7
(wejście z tyłu budynku)
• Leczenie dorosłych i dzieci
• Bezbolesne usuwanie zębów
• Usuwanie kamienia nazębnego
- piaskowanie
• Lakierowanie zębów
- u dzieci i młodzieży do 18 roku życia
• Wybielanie zębów
• Protezy zębowe
• Korony, mosty - porcelanowe
Godziny przyjęć: Informacje i zapisy:
pn. pt. 9.00 do 18.00 695 726 422
sobota 9.00 do 14.00 48 360 64 36

"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
RTG zębów
protetyka, wybielanie zębów
GINEKOLOGIA
specj. ginekolog - położnik Świechowski Witold
USG USG USG USG USG USG
INTERNA
MEDYCYNĄ PRACY
badania wstępne i okresowe
Pytel Anna
lek. chorób wewnętrznych, specj. medycyny pracy
PRYWATNE POGOTOWIE
STOMATOLOGICZNE
w soboty i niedziele w godz. 8⁰⁰ - 21⁰⁰

ortodonta
lek. stom. **Magdalena Wiosna**
SPECJALISTA ORTODONTA
przyjmuje: wt., czw., pt. od 16
• ortodontyczne leczenie dzieci,
młodzieży i dorosłych.
• aparaty stałe - metalowe i estetyczne
• aparaty ruchome
☎ 605 384 773
lek. stom. **Mateusz Wiosna**
przyjmuje pn., sob.
po uzgodnieniu telefonicznym
☎ 787 696 324
• stomatologia zachowawcza
• profilaktyka
• protetyka
ZAPRASZAMY DO NOWEJ SIEDZIBY
Radom,
ul. Żeromskiego 92 lok. 2C II piętro
☎ 48 363 53 66

10 sposobów na młodość i świetną sylwetkę!

Wszyscy zdajemy sobie sprawę z tego, że sposób, w jaki się odżywamy ma niekorzystny wpływ na nasze zdrowie, samopoczucie czy wygląd. Jak zatem powinniśmy się odżywiać, co powinniśmy wyeliminować z naszych nawyków żywieniowych, aby podnieść jakość naszego życia? Co jeść, aby zachować zdrowie, młodość i świetną sylwetkę?

Analizując przedstawiony dekalog żywieniowy, zawierający najistotniejsze zasady w zakresie racjonalnego odżywiania, zastanówmy się, jakie błędy popełniamy i co powinniśmy zrobić, aby je wyeliminować.

1. Stosuj zasadę potrójnego „U” – urozmaicenie, umiarkowanie i uregulowanie

Bardzo istotnym czynnikiem racjonalnego odżywiania się jest urozmaicenie i różnorodność spożywanych produktów. Nie ma artykułu spożywczego, który posiadałby w swoim składzie wszystkie niezbędne substancje pokarmowe w odpowiednich dla nas ilościach. Każdy posi-

łek powinien zawierać składniki odżywcze – białka, węglowodany, tłuszcze, witaminy i sole mineralne. Należy unikać łączenia produktów zawierających w dużych ilościach ten sam składnik, a ubogich w inne. Poza tym, stosując zasadę urozmaicenia diety, jest dużo mniejsze ryzyko kumulacji szkodliwych substancji, obecnych w określonych asortymentach żywności, tj. metale ciężkie, azotany, pestycydy czy naturalne substancje antyodżywcze.

Zachowanie umiaru w odżywianiu jest ważnym elementem w profilaktyce otyłości. Statystyki wskazują, iż coraz więcej osób ma nadwagę, która sprzyja powstawaniu groźnych chorób cywilizacyjnych, tj. nadciśnienie, choroby serca, miażdżyca, cukrzyca itp. Dlatego należy eliminować zły nawyk przejadania się, który powoduje dostarczanie do organizmu zbędnych kalorii. Nadmiar spożytej w posiłku energii zamieniany jest w tkankę tłuszczową, która nie tylko zniekształca sylwetkę, ale przede wszystkim jest szko-

dliwa dla naszego zdrowia.

Niemale znaczenie w odżywianiu maspożywanie posiłków o stałych porach, najlepiej 4-5 razy dziennie. Zawsze należy pamiętać o śniadaniu, które zapewnia nam energię na cały dzień. Niestety wszechobecna ostatnio u nas zachodnia moda jest coraz bardziej widoczna w nowych nawykach żywieniowych. Bardzo często pierwszy i najbardziej obfity posiłek zjadamy późnym popołudniem, a nawet wieczorem. Stanowi to duże obciążenie dla układu pokarmowego, sprzyja nadwadze i bezsenności.

Dokończenie na str. 22

TERAPIA KRĘGOSŁUPA I KOŃCZYN

Artur Kieloch

mgr Rehabilitacji Ruchowej

Terapeuta Uwierzytelniony
Międzynarodowego Instytutu McKenzie,
Licencjonowany w USA fizjoterapeuta



Gabinet w Radomiu
ul. Królowej Jadwigi 21

tel. 696 018 999

R/0055

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

J/0294

Zapraszamy
pon-pt. 8.00 - 19.00
sobota 9.00-13.00

lek.stomatolog
Hubert Szwede

SZWE DENTAL
Gabinet Stomatologiczno-Protetyczny
Radom, ul. Traugutta 6, tel 48/362-49-22

RTG, leczenie, profilaktyka, uzupełnienia kosmetyczne, protetyka, naprawa protez w 24h, korony porcelanowe i ceramiczne

infolinia **794 101 801**

NZOZ profident **PRYWATNY GABINET STOMATOLOGICZNY**

lek stom. Elżbieta Kaczowska
lek. stom. Renata Leszczyńska
lek. stom. Ewa Miernicka-Kołtunowicz
lek. stom. Alicja Sulima-Dolina

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

PROTETYKA - korony, mosty protezy
PROFILAKTYKA - leczenie dzieci i dorosłych
Możliwość leczenia w ramach NFZ
dzieci i młodzieży

Bezpłatne profilaktyczne lakierowanie zębów stałych u dzieci i młodzieży

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

RTG zębów

J/0402

GABINET STOMATOLOGICZNY
lek. stom. Justyna Głowacz
Katarzyna Wróbel- Kaczorowska

Pelen 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
tel. **048 36 21 899**

G/0369

ZDROWIE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

STOMATOLOGIA
www.zdrowko.com

STOMATOLOGIA
www.zdrowko.com

10 sposobów na młodość i świetną sylwetkę!

Dokończenie ze str. 21

2. Głównym składnikiem każdego posiłku powinny być pełnoziarniste produkty zbożowe

Pełnoziarniste produkty zbożowe są nie tylko źródłem łatwo przyswajalnej energii, ale także wielu cennych składników mineralnych i witamin. Bardzo istotna jest również obecność w nich błonnika pokarmowego – substancji oczyszczającej organizm z toksycznych substancji, poprawiającej perystaltykę jelit i tym samym ułatwiającej wypróżnianie. Błonnik przeciwdzia-

ła otyłości, chroni przed miażdżycą i nowotworem jelita grubego. Wybierając jasne pieczywo, biały ryż i makaron dostarczamy do organizmu tylko tzw. puste kalorie, pozabawione wielu cennych składników.

3. Pij mleko chude i wybieraj jego niskotłuszczowe przetwory

Mleko jest uznawane od wieków za najzdrowszy napój świata. Zawiera pełnowartościowe białko o wysokiej wartości biologicznej. Także jego przetwory, szczególnie sery podpuszczkowe i napoje mleczne są najbardziej cennym wśród produktów spożywczych źródłem łatwo przyswajalnego wapnia, a także fosforu, potasu i witamin z grupy B. Mleko jako jedyne wśród produktów pochodzenia zwierzęcego posiada właściwości alkalizujące (odkwaszające). Fermentowane napoje mleczne, tj. jogurt, kefir, maślanka, dzięki obecności w

nich cennej flory bakteryjnej chronią organizm przez wieloma infekcjami, wzmacniając naturalną odporność. Starajmy się wybierać produkty przygotowywane na bazie mleka odtłuszczonego, które nie dostarczają szkodliwej substancji, jaką jest cholesterol.

4. Unikaj czerwonego tłustego mięsa. Wybieraj mięso białe oraz ryby

Mięso i jego przetwory są podstawowym źródłem wysoko wartościowego białka, dobrze przyswajalnego żelaza, przeciwdziałającego niedokrwistości, oraz witamin z grupy B. Jednak spożywanie tłustego, bogatego w cholesterol czerwonego mięsa, zwłaszcza wieprzowiny, wiąże się z ryzykiem wystąpienia miażdżycy i nadwagi. Dlatego zaleca się spożywanie białego mięsa drobiowego (bez skóry), chudej wołowiny lub cielęciny. Niezwykle cennym produktem spożywczym są ryby, zarówno chude, jak również te zawierające w swoim składzie spore ilości zdrowego tłuszczu. W przeciwieństwie do tłuszczu zwierzęcego, tłuszcz zawarty w mięsie ryb jest bardzo wartościowy pod względem odżywczym. Charakteryzuje się dużą ilością wielonienasyconych kwasów tłuszczowych zalecanych w profilaktyce chorób serca.

5. Warzywa i owoce spożywaj codziennie

Nikogo chyba nie trzeba przekonywać do walorów odżywczych warzyw i owoców – skarbnicy witamin, mikroelementów i błonnika. Ich regularne spożywanie chroni nas przed wieloma dolegli-



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

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



**BADANIA EEG, EMG
SZYBKIE TERMINY**

ul. Żeromskiego 84c
tel.: 48 660 12 34, tel. kom.: 696 522 822

**Gabinet
INTERNISTYCZNO-
HEMATOLOGICZNY**

Jolanta Wójcik
hematolog

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

**BEZPŁATNIE
NA PODSTAWIE UMOWY Z**

PIELĘGNIARSKA OPIEKA DOMOWA

**ZGŁOSZENIA TELEFONICZNIE
codziennie w godz 8-20**

**48 360 74 52,
600 766 982**

Waldemar Nazimek

specjalista chorób oczu

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

O/0139

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

OPTYK PŁASKOCIŃSKI

KOMPUTEROWE BADANIE WZROKU
W CENIE OKULARÓW
APLIKACJA SOCZEWEK KONTAKTOWYCH

O/0060

**RABATY
NA SOCZEWKI**



**OPTYK
PŁASKOCIŃSKI**

RADOM,
ul. Traugutta 14 A
od pon. do pt 9.30-17.30, sob. 9.30-13

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

wościami i chorobami, wzmacnia odporność i wydolność organizmu. Owoce i warzywa należą na ogół do produktów niskokalorycznych i powinny być zawarte w każdym posiłku. Różne rodzaje owoców i warzyw są bogate w odmienne składniki. Niektóre są doskonałym źródłem witaminy A, inne charakteryzują się wysoką za-

wartością witaminy C, kwasu foliowego lub potasu. Dlatego tak ważna jest ich różnorodność w codziennej diecie.

Źródło: Deon.pl

Dokończenie artykułu - kolejne pięć sposobów na młodość i świetną sylwetkę w lipcowym numerze Zdrówka.

VISION CENTER
www.visioncenter.pl

A/0263



SALONY OPTYCZNE

Rafał Paluch **OPTOMETRYSTA KLINICZNY**

Anna Paluch **OPTOMETRYSTA DYPLOMOWANY**

- PROFESJONALNE BADANIA WZROKU
- NOWOCZESNY SPRZĘT
- APLIKACJA SOCZEWEK KONTAKTOWYCH
- SZEROKI WYBÓR MARKOWYCH OPRAW

Radom

Królowej Jadwigi 21/VII
(48) 360 56 78

Kozienice

Hamernicka 4/2
(48) 614 23 72



Od maja 2015 roku rozpoczynamy

**Zabiegi usunięcia zaćmy
przy użyciu najnowszego sprzętu
i technik operacyjnych**
- zabiegi płatne.

W naszej ofercie proponujemy
najlepsze na świecie amerykańskie
soczewki wewnątrzgałkowe.
Operacje wraz z zespołem wykonuje

Lek. med. Kiciak Zbigniew

- Kierownik Oddziału Okulistyki
w Mazowieckim Szpitalu Specjalistycznym w Radomiu.

Zapisy oraz dodatkowe informacje można uzyskać
w gabinecie nr 20 I piętro,
Rejestracji POZ oraz Specjalistycznej
lub pod numerem telefonu:
48 367-15-16 lub kom. 790-610-790
email: ewelinawojtowicz@medicon.com.pl
od pn. do pt. w godzinach od 8.00 - 16.00
Serdecznie Państwa zapraszamy

O/0073

OPTYK OKO
GABINET REFRAKCYJNY
ZAKŁAD OPTYCZNY

Dorota Miszczyk
optyk dyplomowany
refrakcjonista

ul. Szewska 17
tel.: 48 363 02 43
ul. Lekarska 2A
tel.: 695 825 585
okodorota_wm@wp.pl

czynny: codziennie 9.00 - 17.30, soboty 10.00-13.00

O/0467

**OKULISTA & OPTYK
LIKOWSCY**

Radom ul. Słowackiego 8

**Okulista
Elżbieta Likowska**

godziny przyjęć

pon, wt, śr, pt 10 - 14,
16 - 18

sobota na zapisy
tel. 48 36 00 327, 600 390 740

Zakład Optyczny
czynny codziennie 10 - 18
sobota 10 - 13

O/0403

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

- leczenie chorób oczu u dzieci i dorosłych
- leczenie zezów 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

ZDROWIE
www.zdrowko.com

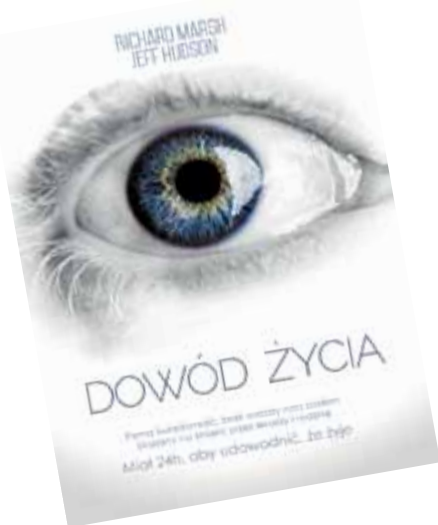
OPTYK
www.zdrowko.com

OKULISTYKA
www.zdrowko.com

OPTYK
www.zdrowko.com

OKULISTYKA
www.zdrowko.com

Oferta dla naszych czytelników



Co byś zrobił, gdyby twoje ciało przestało cię słuchać – nie możesz ruszyć ręką, głową, nawet okiem. Leżysz w szpitalu na oddziale intensywnej terapii, ale zostałeś już spisany na straty. Lekarze mówią, że jesteś „warzywem”, twój mózg nie pracuje. Jednak ty wszystko słyszysz i rozumiesz! Tylko jak im to przekazać?

W takiej sytuacji, rodem z mrocznego thrillera, znalazł się Richard Marsh – bohater historii *Dowód życia*. Zanim go to spotkało był żwawym sześćdziesięciolatkiem, emerytowanym policjantem, który uczył w szkole i uwielbiał przejażdżki swoim harleyem. Nie spodziewał się, że w jednej chwili jego dotychczasowe życie się skończy. Nagle został przykuty do szpitalnego łóżka – bezradny i skazany na pomoc innych ludzi. Nigdy wcześniej nie zastanawiał się nad tym jak porusza kończynami, oddycha, przełyka czy mówi. Wszystkie te czynności były tak oczywiste i naturalne, że nie poświęcał im uwagi. Teraz najważniejsze staje się dla niego przeżycie kolejnego dnia.

Historia ta wydarzyła się naprawdę i została spisana, by dać siłę tym, którzy walczą o przetrwanie i powrót do zdrowia. Pokazuje jak silna jest w człowieku chęć życia i ile jest w stanie znieść, by móc się nim na nowo cieszyć.

Magdalena Skrok

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 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 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

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 PIELEŃNIARSKIE

gabinet zabiegowy:

- EKG
- pomiar RR
- iniekcje
- szczepienia ochronne

BADANIA KIEROWCÓW i OKRESOWE

pon 14-16, wt 11-14

Środy 15³⁰-17, czwartek 15-17

Do wynajęcia pomieszczenia
na działalność medyczną
w budynku
przy ul. Lekarskiej 2a
w Radomiu
tel. 601 275 742



Wydawnictwo WAM e.wydawnictwowam.pl

Książka **Dowód życia** kosztuje **34.90**. Czytelnicy Zdrówka mogą ją nabyć w specjalnej promocyjnej cenie **28 zł**, w Księgarni Wysyłkowej Wydawnictwa WAM.

Aby uzyskać rabat, przy składaniu zamówienia należy podać kod ZD1.

Przy zamówieniu od 50.00 zł wysyłka w Polsce GRATIS.

Księgarnia Wysyłkowa Wydawnictwa WAM

ul. Kopernika 26, 31-501 Kraków

tel. 12 62 93 260, faks: 12 62 93 261

e.wydawnictwowam.pl

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

deltamed
transport i ratownictwo medyczne

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

SALON MEDYCZNY ARMED-ORT



Radom, ul. Bernardyńska 1
☎ 48 340 29 03

infolinia 8.00 - 16.00

☎ 48 360 10 26
☎ 725 222 500

czynne: pon-pt 8-18
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 8-18
www.armed-ort.pl

AA0323

ODSZKODOWANIA
ZADZWOŃ - ZAPYTAJ
ZGŁOŚ WYPADEK
Tel. 691 109 109
 ul. Żeromskiego 94
Radom

LY0516

APTEKA

mgr farm. Radosław Pawlik

ul. Niedziałkowskiego 19/21 (róg Staszica)

Pon-Pt 8:00 - 18:00, Sob 8:00 - 14:00

A/0500

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

e-mail: info@nzoz-srodmiescie.pl

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

oraz online na stronie:
www.osoz.pl

PORADNIA DLA KOBIET
tel. 48 321 33 63

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

POŁOŻNICZO- GINEKOLOGICZNA

Wojciech Godek - ginekolog-położnik

OFERUJEMY BADANIA WSTĘPNE
i OKRESOWE DO PRACY

PRACOWNIA USG

lek. Janusz Wieczorek

chirurg - radiolog

poniedziałki

lek. Elżbieta Nowaczek-Dziocha

spec. radiolog

chirurg

KOMERCYJNE BADANIA USG
tarczycy, węzłów chłonnych, piersi,
jamy brzusznej, gruczołu krokowego

GABINETY PRYWATNE

Maciej Krapiec	specj. psychiatra
2 czwartki w miesiącu	
Agnieszka Lengowska	specj. ch. wewn., specj. med. rodz.

tel: 505 259 324

wizyty w miejscu lub domowe
po uzgodnieniu telefonicznym

Rok 2015 rokiem życia konsekrowanego

Dzień Życia Konsekrowanego ustanowił w 1997 roku Jan Paweł II. Papież Franciszek postanowił, że rok 2015 będzie Rokiem Życia Konsekrowanego. 16 sierpnia 2014 r. tak mówił w Korei do zakonnic i zakonników:

„Drozy bracia i siostry,
z wielką pokorą czynicie wszystkie, co możliwe, aby ukazać, że życie konsekrowane jest cennym darem dla Kościoła i dla świata. Nie chowajcie go dla siebie”.



Studiowała fizykę i mówiła o sobie – ateistka. „Moje życie było bardzo ciekawe. Jako młoda dziewczyna miałam swoje pasje, w kościele nic mnie nie interesowało. Byłam na wykładzie z fizyki współczesnej na temat sił wewnątrz jądra atomowego. W pewnej chwili przerwałam notowanie. Ponieważ wcześniej interesowałam się astronomią połączyły mi się te dwie rzeczy – piękno mikro i makro świata. Pomyślałam, że ktoś musiał to stworzyć, że jest Bóg stwórca. I spontanicznie zaczęłam się modlić. Po wykładzie puknęłam się w czoło – przecież ty jesteś ateistka. W mojej głowie pojawiło się pytanie – w co ty nie wierzysz? Stwierdziłam, że mogę powiedzieć już pierwsze zdanie credo. I zaczęłam szukać. Klasztor początkowo nie wchodził w grę, nie chciałam mieć z tym nic do czynienia. Stopniowo jednak okazywało się, że najważniejszy jest Pan Bóg. I w tym szukaniu trzykrotnie zmieniałam pracę zawodową, ostatecznie podjęłam pracę naukową na Politechnice Śląskiej. W krótkim czasie przekonałam się, że nie chodzi o aktywizm, który praktykowałam, ale o to, żeby być z Jezusem. Tak doszłam do tego, że powinnam być w zakonie klauzurowym. Potwierdził mi to wykład z dogmatyki o Trójcy Świętej, na którym usłyszałam, że jesteście powołani do kontemplacji Boga, to będziemy robić w Niebie, i warto się tej kontemplacji nauczyć już tutaj. Przez 40 lat życia zakonnego szukałam Boga, chcąc być Mu wierną i modląc się za innych. W zakonie miałam różne prace, funkcje, ale one są zupełnie nieważne wobec istoty, czyli bycia z Bogiem – stwierdza s. Dominika Sokołowska – mniszka, od 40 lat żyjąca w klasztorze dominikanek.

Ogłaszając Rok Życia Konsekrowanego papież mówił: „Życie konsekrowane jest złożone, jest pełne łaski ale i grzeszności. W tym roku pragniemy uznać i wyznać nasze słabości, pragniemy też z mocą pokazać światu ile wśród nas jest świętości i żywotności. Jak wiele jest świętości ukrytej w naszych domach, klasztorach, ale przez to nie mniej owocnej, która sprawia, że konsekrowani są «żywymi ikonami Boga» po trzykroć Świętego”. Może jedno z takich świadectw – jak tu zamieszczone – pozwoli nam inaczej spojrzeć na osoby konsekrowane.

JT JT

Jezuici w Radomiu – Kościół św. Trójcy.
Spowiedź od 06.30 do 12.00 i od 15.00 do Mszy wieczornej.
Całodzienna adoracja Najświętszego Sakramentu.

www.radom.jezuici.pl

CENTRUM ZAOPATRZENIA ORTOPEDYCZNO- MEDYCZNEGO

ort-med

ul. Metalowa 11, Radom
tel: +48 622 18 31 608 586 320
www.ort-med.eu e-mail: ort_med@wp.pl

WÓZKI

INWALIDZKIE

- AKTYWNE
- SPECJALNE
- DZIECIĘCE
- ELEKTRYCZNE
- STANDARDOWE

PIONIZATORY I ORTEZY

STABILIZATORY

ŁÓŻKA REHABILITACYJNE

ARTYKUŁY PRZECIWODŁĘŻYNOWE

ROTORY I ROWERY REHABILITACYJNE

URZĄDZENIA DO TRANSPORTU CHORYCH

SPRZĘT MEDYCZNY



Fachowy dobór oraz doradztwo!

Bezpłatny dojazd
i prezentacja sprzętu
na terenie całego kraju



Realizujemy dofinansowania:

ADAM KRAJEWSKI

specjalista dermatolog
specjalista alergolog

przyjmuje

pon. - pt. 15-17

Radom, ul. Żeromskiego 105a

tel. 48 362-12-25

D/0047



**PRZYCHODNIA
SŁONECZNA**

www.przychodniasloneczna.pl

tak jak chcesz!
Bez kolejek, bez stresu!

PODSTAWOWA OPIEKA ZDROWOTNA

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia

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

PORADNIE SPECJALISTYCZNE

Chirurgii Ogólnej, Dermatologicznej, Endokrynologicznej, Kardiologicznej,
Laryngologicznej, Medycyny Pracy, Okulistycznej, Ortopedycznej,
Rehabilitacyjnej

REHABILITACJA

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

DIAGNOSTYKA

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

ul. Staroopatowska 1a, 26 – 600 Radom,

tel.: 48 362 10 11, 48 36 00 863

ZAPRASZAMY PN-PT.: 8.00-18-00



C/04/20

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 przeciwodleżynowe
- * Glukometry
- * Ciśnieniomierze
- * Inhalatory
- * Ssaki

**20%
upustu
na bieliznę
dla AMAZONEK
z kolekcji
2014**

BEZPŁATNE badanie słuchu, laryngolog-konsultacje

ZAPRASZAMY:

www.stymat.pl

stymat.radom@vp.pl

Pon. - Czw. 9 - 17,

Pt. 9 - 16,

So. 9 - 13

KOLPORTAŻ

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny
w Radomiu
Przychodnie Lekarskie
SWPZZPOZ Krynchowie
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: **zbikum@op.pl**
lub przez przedstawiciela
Jacka Gumińskiego tel.: 603 401 024

Wydawca nie ponosi odpowiedzialności za treść ogłoszeń i reklam

Anioły opiekuńcze ludzi miast



Każdy z nas jest wezwany do bycia dobrym człowiekiem czy to w małżeństwie, czy w kapłaństwie, czy w życiu konsekrowanym.

Papież Franciszek powiedział do osób poświęconych Bogu: „Dzisiaj

ludzie potrzebują z pewnością słowa, ale przede wszystkim pragną, abyśmy świadczili o miłosierdziu, o czułości Pana, rozgrzewającej serce, budzącej nadzieję, pociągającej ku dobru”. Czując się pociągnięte przez dobroć Boga uczestniczymy w zbawczej misji Chrystusa, obejmując swoją troską przede wszystkim **środowiska miejskie**. Powstałyśmy jako **Zgromadzenie Córek Maryi Niepokalanej** w dniu 21 listopada 1891 roku w Zakroczymiu, koło Warszawy. Naszym Założycielem jest bł. Ojciec Honorat Koźmiński – kapucyn, beatyfikowany w 1988 r. przez św. Jana Pawła II, a współzałożycielką **Matka Ludwika Waleria Gąsiorowska**, szlachcianka herbu Ślepowron. Dom Główny Zgromadzenia znajduje się w Nowym

Mieście nad Pilicą, gdzie można odwiedzić sanktuarium bł. Ojca Założyciela.

Bezpośrednią inspiracją do założenia Zgromadzenia było ogłoszenie dogmatu o Niepokalanym Poczęciu Najświętszej Maryi Panny oraz beatyfikacja ludowego misionarza i wielkiego czciciela Maryi – św. Ludwika Grignion de Montfort. Wydarzenia te wpłynęły na maryjny charakter Zgromadzenia. Charyzmat Zgromadzenia polega na naśladowaniu Jezusa Chrystusa, który przyszedł na ziemię, by objawić miłość Boga i dokonać zbawienia. Maryja Niepokalanie Poczęta jest dla sióstr najdoskonalszym wzorem zawierzenia Bogu i oddania się Chrystusowi dla szerzenia Jego Królestwa na ziemi. Siostry Niepokalanki spełniają piękną misję, gdyż z woli Założyciela całym swoim życiem dziękują Bogu za Przywilej Niepokalanego Poczęcia Najświętszej Maryi Panny. Starają się one przezwyciężać grzech i pomagają wszystkim dążyć do świętości. Zostały nazwane przez bł. O. Honorata „**aniołami opiekuńczymi ludzi miast**”.

Cechą charakterystyczną Zgromadze-

nia jest **życie ukryte**. Siostry nie noszą habitu, lecz ubranie świeckie, dostosowane do środowiska, w którym żyją. Pełnią w świecie rolę ewangelicznego zaczynu, bez widocznych oznak konsekracji. W ten sposób mogą wpływać na środowisko, w którym się znajdują, mieć większy przystęp do ludzkich serc. Niepokalanki utrzymują się i prowadzą dzieła apostołskie z pracy rąk własnych. Są blisko ludzi i starają się im pomagać. Udzielają się w Polsce i za granicą. Posługują w Warszawie, Gdańsku, Radomiu, Kielcach, Końskich, Zakopanem, Białej Rawskiej, Lublinie, Hrubieszowie. Posługują np. jako katechetki, nauczycielki, wychowawczynie, pielęgniarki, zakrystianki, organistki, księgowe. W Radomiu prowadzą Niepubliczne Przedszkole przy ul. Staromiejskiej oraz Niepubliczny Zakład Opiekuńczo – Leczniczy przy ul. 25 Czerwca. Pełnią misję ewangelizacyjną w Afryce w Czadzie. Pracują także na Litwie, Białorusi i we Włoszech. Codziennie na modlitwie wynagradzają zniewagi uczynione Bogu i proszą Go o nowe powołania. „Pozwólmmy – słowami Papieża Franciszka – aby nasze serce się wzruszyło, pozwólmmy, by rozpałiło się ono czułością Boga. Potrzebujemy Jego serdeczności. Bóg jest wielki w miłości, Jemu cześć i chwała na wieki!”.

s. Viktoriya



KIEDY? 29 SIERPNIA (sobota)

GDZIE? ZALEW SULEJOWSKI - Zarzęcín

ORGANIZATOR: Akcja Katolicka Diecezji Radomskiej
Stowarzyszenie Środowisko Inicjatywa

SZCZEGÓŁY: www.ak.radom.pl

ZAPRASZAMY !!!

PATRONAT HONOROWY:



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

APTEKA

MGR FARM. HELENA
BORYSEWICZ-PAWLIK



RADOM UL. CHROBREGO 9

Pon-Pt 8:00 - 20:00, Sob 8:00 - 14:00



48 364 07 07

APTEKA

przy **OBI**

CZYNNA:

Poniedziałek-Sobota 8.00-21.00

Niedziela 10.00-18.00

tel: 48 334 01 05, 48 334 01 06

Radom

ul. Mireckiego 14

A/0266



APTEKA

**CZYNNA
CAŁODOBOWO**
ul. Traugutta 1a

**CZYNNA
7 DNI
W TYGODNIU**
ul. Tochtermana 1

Pon-pt 8-20

Sob 9-18

Nie 9-16

ul. Główna 12

Pon-pt 8-20

Sob 8-14

ul. Traugutta 42

Pon-pt 7.30-19.30

Sob 8-14

ul. Królowej Jadwigi 13

Pon-pt 8-20

Sob 8-14

Z/0262

APTEKA CAŁODOBOWA

CZYNNA 24 GODZINY

**W DNI POWSZEDNIE
NIEDZIELE I ŚWIĘTA**

tel.: 48 36 234 16

Radom, Pl.Konstytucji 3 Maja 5

A/0013

APTEKA



Medella

Radom

ul. Okulickiego 47

pon-sob 7.00-21.00, nd 9.00-20.00

ul. Gajowa 25/27

pon-sob 8.00-21.00

ul. Chrobrego 2

pon.-pt. 8.00-21.00, sob. 9-20, nd. 10.00-18.00

A/0556

APTEKA

Radostaw Pawlik
mgr farm.

tel.: 48 36 47 101

Radom

ul. Warszawska 4

Pon-Pt 8:00 - 19:00

Sob 8:00 - 14:00

A/0131