

ZDRÓWKO

INFORMATOR BEZPŁATNY

Lato w rozkwicie

Koniec lipca to pełnia lata. W tym roku szczególnego, bo przecież przeżywać będziemy Światowe Dni Młodzieży. To wyjątkowe wydarzenie. Obecność i entuzjazm młodzieży z całego świata, która w tych dniach przyjedzie

do Polski z pewnością będzie widoczna także na ulicach naszego miasta. To okazja do spotkań w międzynarodowej wspólnocie młodych ludzi. Warto skorzystać.

Szczegółowy program na stronie 27.

Z.G.



foto. Magda Skrok.

ARTYKUŁY:

Zioła na lato

Czytaj na stronie 4.

Medycyna ratunkowa - transport osób

Czytaj na stronie 11.

Radomskie Centrum Onkologii

Czytaj na stronie 12.

Czy biznes wykształci medyków?

Czytaj na stronie 14

Brytyjscy lekarze przeciw eutanazji

Czytaj na stronie 17.

Co pić w czasie upałów?

Czytaj na stronie 19.

Bogactwo natury - bób

Czytaj na stronie 22.

Prosty sposób na bycie szczęśliwym

Czytaj na stronie 24.

XXXI Światowe Dni Młodzieży

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

SPIS OGŁOSZEŃ

LEKARZE SPECJALIŚCI

Alergologia – str. 10
Chirurgia – str. 15
Dermatologia – str. 22
Endokrynologia – str. 7, 10, 15
Ginekologia – str. 10
Hematologia – str. 19
Interna – str. 3, 14, 26
Kardiologia – str. 4, 7
Laryngologia – str. 18, 22
Neurologia – str. 8,
Nefrologia – str. 15
Okulistyka – str. 23
Onkologia – str. 4, 19, 13
Ortopedia – str. 19
Pediatria – str. 14
Psychiatria – str. 10, 15
Psychologia – str. 15
Rehabilitacja – str. 13, 19
Stomatologia – str. 9, 15, 17
Urologia – str. 16

USŁUGI MEDYCZNE

Apteki – str. 3, 5, 26, 28
Pielęgniarstwo – str. 6, 7, 14
Opieka długoterminowa – str. 6, 7, 14
NZOZ, Przychodnie – str. 2, 3, 12, 24, 21

SKLEPY MEDYCZNE

– str. 25, 26

DIAGNOSTYKA

Badania, USG – str. 4, 9, 22
Laboratoria – str. 3, 17

ZDROWIE I URODA

– str. 12, 13,

MEDYCYNĄ PRACY – str. 12, 13

PROFILAKTYKA

Ośrodki – str. 13, 14, 19

Przychodnie – str. 13, 15

WETERYNARIA – str. 9

RÓŻNE

Usługi dla podmiotów
prowadzących działalność
medyczną – str. 2, 7, 11, 14, 24
Inne – str. 13, 12, 17, 18, 20, 26, 27

POSŁUGA DUSZPASTERSKA

w szpitalach – str. 23

VISION CENTER

www.visioncenter.pl



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

DORADCA PODATKOWY

Zenona Anna Pierzchała

nr wpisu 00497

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

Prowadzenie ksiąg:

- podatkowych
- handlowych
- ryczałtu, ZUS i płace

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

KOMPLEKSOWA OBSŁUGA DUŻYCH I MAŁYCH FIRM

PRACOWNIA USG

www.usgradom.pl

USG 3D/4 DOPPLER COLOR zdjęcia, nagrania DVD

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

ZAPRASZAMY

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

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



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**Zioła na lato**

O tym jak przetrwać lato, alergię, poparzenie słoneczne, irytujące owady, odparzone stopy i zatrucia pokarmowe – radzi bonifrater br. Marcin Cegła z Apteki Ziołoleczniczej w Łodzi.

Aleksandra Orman: Mamy lato, jest ciepło, zielono, wszystko kwitnie, ptaki śpiewają, aż chce się żyć. I wszyscy się z tego cieszą oprócz alergików, którzy chodzą zapłakani, z zapuchniętymi nosami i marzą, żeby spadł deszcz i zmył pyłki, które są przyczyną ich dolegliwości. Co bonifratrzy mogliby takim nieszczęśnikom doradzić?

Br. Marcin Cegła: Alergików niestety wciąż przybywa. Rodzi się pytanie, dlaczego tak jest, co jest tego powodem? Czy żywność coraz bardziej przetworzona i nafaszerowana „polepszaczami”, czy

sterylne środowisko, w jakim staramy się żyć, lecz nasza flora obronna ulega osłabieniu i organizm przestaje sobie z tym radzić, czy wreszcie jakieś inne przyczyny lub suma kilku przyczyn – to pytanie musimy zostawić alergologom. Każdy, kto ma jakiegokolwiek problemy alergiczne, powinien skonsultować się z lekarzem, który ustali, na co jest uczulony. Tak naprawdę wszystko może być alergenem, a nie leżone alergię mogą prowadzić do ciężkich schorzeń, takich choćby jak astma oskrzelowa.

Jakie zioła bonifratrzy mogliby doradzić dla złagodzenia dolegliwości alergicznych?

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 lekarskaLek. med. **Jolanta Kwiecień**
specjalista chorób wewnętrznych
specjalista kardiolog**GABINET
KARDIOLOGICZNY**Radom, ul. Struga 19/21, tel. 728 775 577
wtorek, czwartek od 15.30, zapisy od 12.00badania Holter EKG
Holter ciśnieniowy
EKG w gabinecie**USG serca**ul. Czachowskiego 21 a
(Centrum Medyczne MEDJana)
tel. 48 363 33 73

informacje: 606 135 692



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**Diagnostyka i leczenie
zaburzeń rytmu serca**dr n. med. **Piotr Łodziński**

kardiolog

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****KARDIOLOG**Lek. med. **Grzegorz Rak**Kozienice,
Spółdzielnia Inwalidów
ul. Lubelska 69a,Środy w godz.
16,30 - 18**tel. 602 665 828****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

Ziołem godnym polecenia jest pochodząca ze wschodniej Azji i szeroko stosowana w medycynie chińskiej tarczycza bajkalska (*Scutellaria baicalensis*), zwana także złotym korzeniem. Ma bardzo szerokie zastosowanie, podnosi odporność, a ze względu na zawarte w korzeniu flawonoidy, wykazuje silne działanie anty-alergetyczne i przeciwgrzybiczne. Ponadto łagodzi podrażnienia i stany zapalne, jest silnym antyoksydantem. Spowalnia procesy starzenia, przywraca naturalną sprężystość i elastyczność skóry, niweluje przebarwienia, jest swoistym naturalnym filtrem ochronnym. Lekarze w bonifraterskich przychodniach ziołolecniczych chętnie przepisują korzeń tarczyczy bajkalskiej, choć można go nabyć także bez recepty. Z polskich ziół z czystym sumieniem można polecić pocziwę naszą pokrzywę (*Urtica dioica* L.), znaną już w starożytności i szeroko stosowaną w europejskiej medycynie ludowej dla jej rozlicznych właściwości oczyszczających i wspomagających organizm, a także leczniczych.

W okresie wzmożonego pylenia roślin uczuleniowcy powinni mieć w apteczce także wapno z kwercetyną, które łagodzi objawy alergii. Warto też stosować oczyszczanie nosa wodą morską, która wypłukuje wdychane pyłki i roztocza, lub przygotowywać sobie parówki ziołowe, np. z majeranku. Alergikom cierpiącym

 **APTEKA
OSIEDŁOWA**

tel. 48 332 07 29

PON - PT SOBOTA
7:30 - 20:00 8:00 - 13:00

OSIEDŁOWA 9
W BUDYNKU POLMEDIC'U

A/0036

na wysypki skórne, egzemy, doradzałbym kąpiele w wywarach słomy owsianej, dostępnej w bonifraterskich aptekach, a wszystkim uczuleniowcom wzbogacenie diety w kwasy omega 3 zawarte w rybach morskich, takich jak makrele czy tuńczyki, dla wzmocnienia organizmu osłabionego zwalczaniem alergenów.

Jakoś udało się nam przetrwać wiosenne alergię, przychodzi lato, czas wakacji. Wyjeżdżamy, zachłannie wystawiamy się na słońce, którego stale nam mało i... cierpimy.

Stara to prawda, że ze wszystkiego, także z kąpiei słonecznych, należy korzystać z umiarem. Dotyczy to szczególnie

osób o jasnej karnacji, które są najbardziej narażone na działanie emitowanych przez słońce promieni UV zwłaszcza w godzinach między 10 a 16. Takie osoby nie powinny rozstawać się z kapeluszem, ciemnymi okularami i balsamem z wysokim filtrem, ale doradzałbym to właściwie każdemu plażowiczowi. W rozsądnych dawkach słońce potrzebne jest nam wszystkim, zarówno dzieciom, jak i osobom starszym. Korzystajmy więc z jego dobroczynnej działalności, ale ruszajmy się, nie leżmy godzinami plackiem, zwłaszcza w pierwszych dniach po przyjeździe, kiedy nasza skóra jest po zimie przesuszona i nieodporna.

Ciąg dalszy na str. 6

apteka  **odzienna**

Radom

Paderewskiego 17
obok Biedronki

tel. 48 360-62-04

PONIEDZIAŁEK - PIĄTEK
od 7:30 do 20:00
SOBOTA
od 8:00 do 15:00

Staroopatowska 22A
osiedle Ustronie

tel. 48 332-00-31

PONIEDZIAŁEK - SOBOTA
od 7:30 do 21:00



727-011-011

A/0015

Zioła na lato

Ciąg dalszy ze str. 5

Brzaskwiniowa opalenizna, na której nam tak zależy, dość szybko znika, a zostają plamy i rozmaite przebarwienia, których potem trudno się pozbyć.

Wiele mówi się o możliwości powodowania przez słońce chorób nowotworowych skóry.

To prawda, mówi się, ale nie przesadzalbym. Etiologia tych chorób do dziś nie została do końca wyjaśniona, ich przyczyny mogą być bardzo różne. Jeśli będziemy stosować zabezpieczenia, o których mówiliśmy, jeśli opalać się bę-

dziemy rozsądnie i z umiarem, nic nie powinno nam grozić. Oczywiście, jeśli ktoś – niezależnie od opalania – ma na skórze jakieś zmiany, bezwzględnie powinien skonsultować to z dermatologiem.

Tak więc wyjeżdżając na wakacje, pamiętajmy o zabraniu ze sobą preparatów ochronnych z wysokim filtrem, dobrych okularów przeciwsłonecznych – promienie UV bardzo szkodzą na wzrok w każdym wieku, zwłaszcza u osób starszych, a także nakryć głowy, które uchronią nas przed przegrzaniem i ewentualnym udarem słonecznym.

A jeśli już tak się stanie, że wychodząc na plażę, zapomnimy o okularach i wieczorem pocujemy piasek pod powiekami, że nie wzięliśmy kapelusza i teraz w głowie nam się kręci, filtr okazał się za słaby, bo zbyt długo przebywaliśmy na słońcu i teraz skóra stała się czerwona i piecze – jak sobie wtedy radzić?

Ochłodzić się letnim prysznicem, nie zimnym, a właśnie letnim, żeby nie doszło do szoku termicznego, nawodnić organizm chłodnym – nie zimnym z lodówki – napojem, a na oczy położyć kompres ze świetlika lub bławatka, które można dostać w każdej aptece, a najlepiej zabrać ze sobą przed wyjazdem. Może okazać się jak znalazł. Oczywiście, gdyby dolegliwości nie przechodziły w ciągu 2-3 dni, koniecznie udać się do lekarza.

A co jeśli zacznie nam schodzić skóra?

Jeśli mamy tak zwaną wylinkę, czyli złuszczenie się naskórka, a nawet jeszcze wcześniej, koniecznie natłuszczajmy skórę tłustym kremem i naprzemiennie kremem nawilżającym. Z bonifraterskich kosmetyków na pewno można polecić maść kremową, dostępną we wszystkich bonifraterskich aptekach. Cieszy się ona dużą popularnością i stosowana bywa nie tylko latem do łagodzenia skutków opalania, ale przy różnych dolegliwościach skórnych we wszystkich porach roku.

Jesteśmy na wakacjach, kupujemy owoce i jemy nie myte, bo nie zawsze jest gdzie je umyć, bierzemy przygotowane wcześniej kanapki nie mytą ręką albo też kanapki po paru godzinach w plecaku nie są już takie świeże, a my jesteśmy głodni...

Zatrucia pokarmowe należą do typowych chorób letnio-wakacyjnych. Dlatego pamiętajmy, by zawsze mieć przy sobie środki do dezynfekcji rąk – żel lub chusteczki nasączone odpowiednim preparatem, i używajmy ich często, zwłaszcza przed jedzeniem. W razie wystąpienia dolegliwości po zjedzeniu czegoś, co mogło nam zaszkodzić, weźmy węgiel aktywowany, który neutralizuje toksyny.

Dokończenie na str. 8

**REHABILITACJA
w CENTRUM RADOMIA
ul. Kelles-Krauza 32**

 **czynne od pon.-pt.
w godz. 8-19
tel: 448 360-11-44,
534-530-430**

PORADY LEKARSKIE:

- lek. med. Anna Mazurkiewicz
SPECJALISTA REHABILITACJI MEDYCZNEJ
- lek. med. Małgorzata Grel
SPECJALISTA REHABILITACJI MEDYCZNEJ

- ZABIEGI WODNE - AQUAVIBRON
- MASAŻ WIROWY
- MASAŻ PNEUMATYCZNY BOA
- FALA UDERZENIOWA
- OKŁADY PARAFANGO
- KRIOTERAPIA MIEJSCOWA
- LASEROTERAPIA
- BIOPTRON - SOLLUX
- MASAŻ LECZNICZY
- KINEZYTERAPIA - ELEKTROTHERAPIA

**RADOMSKIE TOWARZYSTWO
DOBROCZYNNOSCI
NZOZ
ZESPÓŁ DŁUGOTERMINOWEJ
OPIEKI ZDROWOTNEJ**

Radom
ul. Czachowskiego 42
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 pielęgniarstwa
opieki długoterminowej
w domu chorego**

UWAGA!

Zapraszamy do nowej siedziby
ul. Czachowskiego 42

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

**GABINET
REHABILITACJI**

 **Radom ul. Kilińskiego 15/17
w podwórzu Domu Rzemiosła**



Wykwalifikowani terapeuci, bezpłatne konsultacje
tel. 733 390 190
www.fizjosfera.net, e-mail: fizjosfera@wp.pl

NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKUŃCZO LECZNICZY W STARYM GÓZDZIE

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. Opiekujemy się osobami z otępieniem i chorobą Alzheimera. Pobyt może się odbywać w ramach pełnej odpłatności lub w ramach refundacji NFZ. Opiekę całodobową nad Pensjonariuszami sprawuje wykwalifikowany personel: lekarze, pielęgniarki i opiekunki.



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



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



Radom, ul. Gagarina 1

☎ 48 367 15 10

Poradnie medycyny rodzinnej

☎ 48 366 81 51

Poradnie specjalistyczne

☎ 48 367 15 10

Leczenie szpitalne

Infolinia

790 602 603, 48 367 15 10

Zaćma

48 367 15 16, 790 610 790

- **medycyna rodzinna**
- **poradnie specjalistyczne**
- **medycyna pracy**
- **RTG** cyfrowe, **USG**: stawów kolanowych, Doppler kończyn dolnych i szyi

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
- okulistyka – zabiegi usunięcia zaćmy



Komercyjne usługi medyczne

- **kardiologia dla dorosłych i dzieci** (echo serca, holter EKG, holter ciśnieniowy, testy wysiłkowe)
- **neurochirurgia** konsultacje profesorskie
- **neurologia**
- **chirurgia naczyniowa**

Z0073

Zabiegi okulistyczne usunięcia zaćmy - płatne.

Operacje wraz z zespołem wykonuje

Lek. med. Kiciak Zbigniew

Ordynator Oddziału Okulistyki

Mazowieckiego Szpitala Specjalistycznego

Informacje można uzyskać w gabinecie nr 20 I piętro,

lub pod numerem telefonu: 48 367-15-16 lub 790-610-790

email: ewelinawojtowicz@medicon.com.pl

od pn. do pt w godzinach od 8.00 – 16.00

SPRZEDAM GABINETY

- stomatologia
- lekarski
- ginekologia
- RTG zębowy

Więcej informacji pod numerem

tel. 509 158 081

w centrum Radomia
pow. **116 m²**

Y/0496



DOM OPIEKI POD ŻŁOTYM DĘBEM

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

Dom oferuje również pielęgnacyjne pobyty poszpitalne.



RADOM UL. BIAŁA 2

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

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

Dom posiada rejestrację Wojewody Mazowieckiego nr WPS.II.MŚ-9050-2/3/06 z dnia 23.01.2006r.

I/0522

NZOZ "Pomocna Dłoń" s.c. Radom ul. Główna 12

Pielęgniarska Opieka Domowa **NFZ**
Poradnia Rehabilitacji **NFZ** i odpłatnie

specjalista rehabilitacji medycznej

- **Krystyna Gamecka-Stanisławek** - wtorki
- **Andrzej Kozera** - czwartki

Zakład Rehabilitacji Leczniczej
Radom ul. Główna 12
zabiegi 8-19

- Kinezyterapia
- Fizykoterapia
- Zabiegi wodne :
 - aquavibron
 - wirówka
 - kończyn górnych i dolnych
- Krioterapia miejscowa
- Masaże :
 - leczniczy
 - pneumatyczny BOA: wyszczupla, wspomaga odchudzanie, niweluje zaawansowany cellulit, obrzęki i ciężkość kończyn dolnych i górnych (po mastektomii),
 - drenaż limfatyczny
 - kinesio Taping
- Inhalacje wziewne, jonoforeza
- Elektrostymulacja w nietrzymaniu moczu

R/0397

Zgłoszenia pacjentów w gabinecie nr 2 od poniedziałku do piątku w godz. 12-15 oraz telefonicznie 48 362 22 45, 48 66 01 001 kom. 601 485 952, 601 341 081

Dokończenie ze str. 6

W bonifraterskich Aptekach Ziołowych na zatrucia pokarmowe mamy bardzo dobre, sprzedawane bez recepty mieszanki, w które można zaopatrzyć się przed wyjazdem.

Jeśli tego nie zrobiliśmy, pytamy w aptekach o pięciornik gęsi, korzeń kobyliaka, krwawnik – wszystko to są zioła działające przeciwbiegunkowo, ściągająco, bardzo pomocne przy zatruciach. I starajmy się nie jeść owoców nie mytych, dotyczy to także tych leśnych – ja-

gód, malin, jeżyn, zrywanych prosto z krzaka. Pamiętajmy, że w lesie żyje wiele zwierząt, które znaczą swój teren, i możemy się narazić na zatrucie takimi „naznaczonymi” owocami.

Ale wakacje to także piesze wędrówki, a więc także otarte pięty, odparzone stopy.

...zwłaszcza częste u osób z nadmierną potliwością nóg. W bonifraterskich aptekach doradzamy kąpiele nóg w wywarze z szaflii, ewentualnie z dodatkiem



kory dębu, która choć skuteczna, niestety, zostawia na skórze żółty kolor. A przy otarciach dobrze jest zastosować dodatkowo bonifraterskie maści – propolisową, działającą dezynfekująco, lub salicylową, chwaloną przez sportowców, rozluźniającą zmęczone mięśnie. Ale najbardziej doradzałbym sprawdzone, wygodne obuwie, wtedy uniknie się wszelkich kłopotów ze stopami.

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

EEG

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



**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

N/0316

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

N/0215

ANDRZEJ BORYSOWICZ

LEKARZ SPECJALISTA NEUROLOG

Radom
ul. Niedziałkowskiego 24  604 930 232

SPECJALISTA NEUROLOG
Katarzyna Głód-Socha
GABINET NEUROLOGICZNY
Środy od 15.30 - Przychodnia Śródmieście 1,
Radom, ul. Staszica 6/8
zapisy tel.: 48 363 46 14, 694138928

**Gabinet Neurologiczny
i Leczenia Zaburzeń Pamięci**

lek. specjalista. neurolog
Beata Topolska- Kordys

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

zapisy telefoniczne
od pon-piąt od 15-17

tel. 603-055-125

N/0503

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

N/0387

N/0415

Pracownia EMG
spec. neurolog Grzegorz Jurkiewicz

telefoniczna rejestracja pacjentów
codziennie w godzinach 14 - 20

tel. 694 364 364

Radom, ul. Witolda 7 lokal 1.03 „Pawilony Rosa” NZOZ MAX-MED
Grójec, ul. P. Skargi 10, gab. 159 PCMG
Ostrowiec Świętokrzyski, ul. Kopernika 14 gab. 113 NZOZ NOVOMED

Latem nie unikniemy jednak kłopotów z wadami – w lasach czekają na nas kleszcze, na łąkach komary.

Nie ma jednego dobrego sposobu, żeby się przed nimi zabezpieczyć, choć są osoby, które tego nie potrzebują, bo owady ich nie lubią, co podobno wiąże się z grupą krwi. Ale tak naprawdę warto latem przyjmować witaminy z grupy B. Jej zapach na skórze odstrasza owady.

O czym jeszcze powinniśmy latem pamiętać?

O tym, żeby pić dużo płynów, dla uzupełnienia elektrolitów. Dla mnie najlepsze latem są lemoniadki ziołowe robione przez moją mamę. Do 1,5-2 l lekko osłodzonej wody dodaje po gałązce świeżej melisy i mięty pieprzowej, zagotowuje, po czym odcedza zioła, schładza i podaje z plasterkiem cytryny i kulką lodu. Wybieram się do niej latem na parę dni i na pewno przygotuje mi taki napój, który znakomicie gasi pragnienie.

Mamy przed sobą piękny czas, postarajmy się przeżyć go pięknie, z pożytkiem dla ciała i duszy i pozachwycajmy się pięknem lata, które trwa tak krótko.

Zachwycajmy się pięknem świata stworzonego i odkrywajmy w tym piękno Stwórcy.

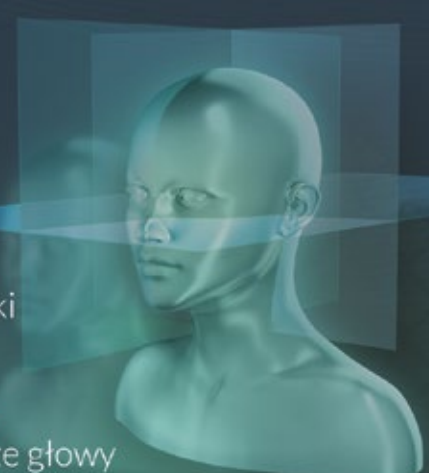
(...)

Źródło: Deon.pl

B/0602

Panoramica

pracownia radiologiczna


3D

- ⌚ 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

Tomasz Paciejewski
specjalista neurochirurg

PRZYJMUJE

Radom:

VITAMED

ul. Główna 12

wtorki od godz. 15

rejestracja, tel. 483651113, 693423363

Grójec:

Centrum Medyczne Leda-Med

ul. Polskiej Organizacji Wojskowej 14

wtorki i czwartki

rejestracja, tel. 48 366 11 72

N/0544

JAROSŁAW KOSOWSKI

specj. **NEUROLOG**

Radom,
ul. Focha 12/7

rejestracja:

tel. **608460030**

przyjmuje
w poniedziałki i środy od godz. 16

N/0290

GABINET NEUROLOGICZNY

MAŁGORZATA ZIOŁEK
lekarz specjalista neurolog

Przyjmuje:

wtorek 16.00 - 17.00

Radom, ul. KellesKrauz 32

tel. 48 36 229 83

G80039

PRZYCHODNIA WETERYNARYJNA



+48 627 81 81

www.vetcareradom.pl

USG i RTG

system radiografii cyfrowej

diagnostyka laboratoryjna

stomatologia / profilaktyka / chirurgia

PON.-PT. 9⁰⁰-20⁰⁰/SOB. 10⁰⁰-14⁰⁰

ND. 10⁰⁰-12⁰⁰

ul. Rapackiego 12 lok U6

W/0632

Gabinet Weterynaryjny



lekarz weterynarii

Katarzyna Zwierzchowska

specjalista chorób psów i kotów

Radom, ul. Policka 2

zapraszam

pon.-pt. 10-18, sob. 10-14,

niedziela po wcześniejszym umówieniu

tel. 692 565 529

W/0628

SPECJALISTYCZNY GABINET PSYCHIATRYCZNY**Leczenie zaburzeń nerwicowych, depresji i psychoz.****Agata Nowakowska Robert Nowakowski**

lekarz specjalista psychiatra

lekarz specjalista psychiatra

tel: 506 472 466

tel: 502 258 348

Radom, ul. 25-go Czerwca 63. Wizyty po uzgodnieniu telefonicznym

S/0308

Katarzyna Molendowskaspecjalista psychiatra
psychoterapeutaPrzychodnia "Zamłynie"
Radom ul. Klonowica 10/12również
WIZYTY DOMOWE

tel. 600 466 638,

e-mail: centiped@poczta.fm

S/0573

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

WROMED

PRAKTYKA LEKARSKA

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

lek. med.

Sławomir Wróblewski

specjalista ginekolog-położnik

ENDOKRYNOLOG

szczepienia przeciwko rakowi szyjki macicy

lek. med.

Iwona Wróblewska

specjalista chorób wewnętrznych

ENDOKRYNOLOG

lekarz medycyny estetycznej

poniedziałek, wtorek, środa, czwartek
od godziny 15poniedziałek 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**

G/0526

Ginekolog - położnik**Małgorzata Hejnar - Szczerbińska**

Radom, ul Szewska 5

tel.: 602 288 359, 48 363 15 52

USG**GABINET PSYCHOTERAPII
ANALITYCZNEJ (ul. Traugutta 61)**mgr **Dorota Kosman**psychoterapia osób dorosłych i młodzieży
pomoc w związku z trudnościami emocjonalnymi
i różnymi objawami (lęki, depresja, nerwice,
natręctwa, objawy somatyczne, zaburzenia jedzenia)**Spotkania umawiane tylko telefonicznie
tel. 606 45 73 99**

H/0480

ADAM KRAJEWSKIspecjalista dermatolog
specjalista alergolog

przyjmuje

pon. - pt. 14-17

Radom, ul. Żeromskiego 92, lok. 1A

tel. 48 362 12 25, 48 377 80 84

D/0047

GABINET LEKARSKIUSG, 3D/4D, trójwymiarowe badania płodu
nagrania DVD i zdjęcialek.med. **Anna Kucharska**
specj. ginekolog-położnik, endokrynolog

PRZYJMUJE:

codziennie 9-12

pon. 16-17, śr., pt. 17-19
tel. 603795797lek.med. **Paweł Kucharski**
specj. ginekolog-położnik

PRZYJMUJE:

pon.-czw. 17.00-19.00
codziennie 11.30-14.00
tel. 603688711Radom, ul. Sienkiewicza 32,
tel. 48 3626058,

www.usgradom.pl

G/0343

"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

GINEKOLOGIAspecj. ginekolog **Metrzelski Ireneusz****USG USG USG USG USG USG****INTERNA****MEDYCYNĄ PRACY**

badania wstępne i okresowe

Pytel Anna

lek. chorób wewnętrznych, specj. medycyny pracy

Y/0156

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

Medycyna Ratunkowa

TRANSPORT OSÓB CHORYCH I NIEPEŁNOSPRAWNYCH

tel. 519-179-707

Firma Delta Plus Sp. z o.o. Deltamed prowadzi działalność z zakresu medycyny ratunkowej i jest zarejestrowana jako podmiot leczniczy w rejestrze wojewody mazowieckiego pod numerem 000000164269.



Firma rozpoczęła działalność na rynku radomskim od przewozu osób dializowanych z miejsca zamieszkania do szpitala.

Dzięki ciągłemu rozwojowi na radomskim rynku usług medycznych budowała kapitał pozyskując coraz więcej klientów oraz zwiększała swój zasięg na terenie woj. mazowieckiego.

Doświadczenie jakie firma zdobywała pozwoliło na rozszerzenie działalności o współpracę z ośrodkami podstawowej opieki zdrowotnej, pogotowiem ratunkowym oraz nowo otwartym Radomskim Centrum Onkologii.

Rozwijając nowe usługi rozpoczęło także działalność w dziedzinie międzynarodowego transportu medycznego i lotniczego w Europie.



Nasza praca-nasza pasja

Usługi jakie wykonujemy, są nie tylko pracą, lecz również pasją zespołu ratownictwa medycznego Deltamedu. Świadczymy je w pełni profesjonalnie, a każde nowe zlecenie transportu medycznego jest wyzwaniem, które stawiamy sobie za priorytet.

Posiadamy w pełni wyposażone, nowoczesne ambulanse przystosowane do transportu osób chorych i niepełnosprawnych w sposób bezpieczny i wygodny na dużych odległościach.

Wykwalifikowany personel medyczny składający się z energicznych ludzi, zapewnia kompleksową usługę transportu medycznego.

Pacjent jest najważniejszy

W naszej firmie szczególną troską otaczamy każdego pacjenta, dlatego każdy z nich jest traktowany indywidualnie - począwszy od przyjęcia zgłoszenia, ustalenia wyposażenia

ambulanse i składu medycznego, po pomoc przy transporcie.

Pacjent ma możliwość zabrania osoby towarzyszącej oraz niezbędnego bagażu.

Osobom o ograniczonych zdolnościach ruchowych ratownicy medyczni Deltamedu służą pomocą w pokonywaniu typowych barier architektonicznych. Posiadamy specjalistyczny sprzęt medyczny przystosowany do pokonywania przeszkód np. schodów, gdzie pacjent wnoszony jest w pozycji siedzącej (zakres usługi wliczony w cenę).

Do Państwa dyspozycji obok kierowcy jest przynajmniej jeden wykwalifikowany ratownik o niezbędnych kwalifikacjach medycznych.

Do każdego zlecenia transportu medycznego nasze ambulanse są wyposażone w urządzenia medyczne zgodne z zaleceniami lekarzy.

Nowoczesne ambulanse

Wykorzystujemy w pracy specjalistyczne ambulanse Mercedes Sprinter i Volkswagen Transporter z zabudową firmy System Strobel. Ambulanse wyposażone są w pływające łóżka Air Komfort pozwalające na komfortowy transport pacjentów w każdym stanie zdrowia i na dowolnym dystansie.

Profesjonalne wyposażenie medycznych ambulansów

Ambulanse wyposażone są w wymagany prawem sprzęt do ratowania życia i zdrowia.

Pojazdy te są w pełni zgodne ze wszystkimi wymogami Narodowego Funduszu Zdrowia, posiadają homologację sanitarną oraz spełniają wymogi norm unijnych PN/ EN 1789.

Wyposażenie ambulansów odpowiada wyposażeniu medycznemu i lekownemu ambulansowi typu "S" Specjalistycznej oraz „P” Podstawowej.

Na pokładzie ambulansów znajdziecie Państwo specjalistyczny sprzęt medyczny taki jak: kardiomonitor i defibrylator LifePak 12, respirator Dräger Oxylog BW, ssak Weinmann Accuvac Rescue, nosze podbierakowe i ortopedyczne Ferno, tlen medyczny oraz torby medyczne typu R1.

Wyposażenie to zapewnia pełne bezpieczeństwo medyczne osobie chorej lub niepełnosprawnej.

Usługi realizujemy dla osób prywatnych, szpitali, zakładów podstawowej opieki zdrowotnej, domów opieki społecznej i firm ubezpieczeniowych.

Dzięki istnieniu radomskiego lotniska możemy zrealizować dla Państwa usługi medycznego transportu lotniczego z dowolnego miejsca na świecie.



nego miejsca na świecie.

Ofertę, którą opracowaliśmy dla Państwa stanowi odpowiedź na potrzeby naszych radomskich Klientów.

Według przeprowadzonej ankiety Klientów



zdecydowali się na naszą ofertę m.in. ze względu na:

- dyspozycyjność przez 7 dni w tygodniu,
- pomoc w organizacji transportu medycznego
- pomoc przy przyjęciu do szpitala, przychodni, na wizytę lekarską
- wykwalifikowany zespół specjalistów ratownictwa medycznego
- jakość usług i terminową obsługę transportu,
- pełne wsparcie medyczne w czasie transportu,
- obecność lekarza anestezjologa lub ratownika medycznego podczas transportu
- pełne bezpieczeństwo transportu medycznego z doświadczonymi kierowcami .
- bezpośredni kontakt z dyspozytorem medycznym pod nr. tel. (+48) 519-179-707



Zapraszamy do korzystania z naszych usług

Dariusz Glegoła

www.deltamed.com.pl

www.facebook.com/ratownictwoDeltaMed/

Tu wcale nie jest po szpitalnemu – Radomskie Centrum Onkologii

Pani Hanna ma 53 lata. Wygląda na mniej, nie widać że jest ciężko chora. Prosi żeby nie podawać jej nazwiska, bo w Kozienicach nie wszyscy wiedzą że cierpi na nowotwór. Jak trafiła na leczenie do Radomia? Przez przypadek. Kiedy 3 miesiące temu usłyszała diagnozę – rak piersi – była w szoku.

Szybka decyzja o operacji, sprawne leczenie i nadzieje na wyzdrowienie. Kiedy lekarz w Kozienicach skierował ją na radioterapię znowu zwątpiła. Codzienne dojazdy do Warszawy lub Lublina to dla niej duży wysiłek i koszty. Ale lekarz nieoczekiwanie powiedział: a może Ra-

dom? Otworzyli tam właśnie nowy szpital. Nowoczesny, z mądrymi lekarzami i co najważniejsze – jedyny w regionie z kontraktem z NFZ na radioterapię i brachyterapię. Czyli bez dodatkowych opłat dla pacjenta. Pani Hanna postanowiła spróbować. Na wizytę czekała 3 dni. Dziś jest po 6-ciu naświetlaniach. Rozmawiamy w przestronnym hallu szpitala:

-jak się Pani czuje?

-coraz lepiej, nic mnie nie boli, jestem spokojna bo czuję się tu w dobrych rękach.

- to znaczy?

- w tym szpitalu wcale nie jest po szpitalnemu, jeśli mogę tak powiedzieć. Wszyscy są uśmiechnięci i jacyś tacy...ludscy. Pytają czy nie jest mi za gorąco, czy chciałabym chwilę odpocząć albo napić się wody. Pani Ania z rejestracji wita mnie co rano serdecznie słowami – co dobrego Pani Haniu? Czuję się tu jak stara znajoma, choć przychodzę zaledwie od kilku dni.

-A samo leczenie jak wygląda?

-Wiadomo że naświetlanie to nic miłego, bo całe

-Są panowie jednymi z pierwszych pacjentów tego szpitala, czy wszystko jest już przygotowane dla chorych czy widać jeszcze ślady budowy?

(pan Stanisław)- tu na oddziale nic nie widać, co jakiś czas pytają tylko czy czegoś nam nie brakuje. Jak coś mówimy, to przynoszą – np. wieszaki do szaf przynieśli.

-(pan Henryk) tu w ogóle jest jakoś tak bardziej jak w sanatorium. Pielęgniarki pytają o której chcemy kolację. W innym szpitalu jak byłem to o 17.30 dawali i koniec. Szkoda, że wcześniej go nie wybudowali to bym tu od razu trafił. (pan Stanisław mieszka w Radomiu, choruje od roku na nowotwór prostaty).

W Radomskim Centrum Onkologii są leczone m.in.: nowotwory piersi, przewodu pokarmowego, głowy i szyi, układu moczowego, prostaty, narządów rodnych, płuc, mózgu.

RCO to jedyny szpital w Radomiu i okolicach, który ma możliwość kompleksowej diagnostyki i leczenia chorych na nowotwory a od 1.07. ma kontrakt z NFZ na teleradioterapię i brachyterapię oraz na chemioterapię w warunkach ambulatoryjnych.



leczenie do przyjemnych nie należy. Ale jak na to, co przesłałam, tu czuję się bezpieczna. Pan doktor Jarosław Łyczek wszystko mi wyjaśnił, pani Edytka powiedziała jak wygląda samo naświetlanie, wskazano mi czystą szatnię, gdzie mogę bez pośpiechu się przebrać. Wcześniej nie spotkałam się z takim szpitalem.

Żegnamy panią Hannę i wchodzimy na Oddział Radioterapii. Tu spotykamy pana Stanisława i pana Henryka – leżą już tydzień, mają codzienne naświetlania.



Szpital ma 76 łóżek, docelowo ma mieć 100. Rocznie planuje leczyć ok 2000 pacjentów.



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

M. JANIK - PODGÓRSKA
ORTO-LIVE

specjalista dermatologii i wenerologii
lek. med. **Katarzyna Żórawicz**
MEDYCYNĄ ESTETYCZNA

Zgłoszenia tel. pn-pt w godz. 9-20.

602 660 944

Radom ul. Lekarska 2A

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

**SPECJALISTYCZNA
PIELĘGNACJA STÓP**

KosMed

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

DARMOWE KONSULTACJE

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

505 646 812

REJESTRACJA: 48 377 90 20

MAIL: rejestracja@onkologiaradom.pl

GODZINY OTWARCIA PORADNI: 8.00-20.00



Szpital ma kontrakt z NFZ na leczenie metodami teleradioterapii i brachyterapii. W ramach tych świadczeń realizowany jest także PAKIET ONKOLOGICZNY. Od grudnia 2015 r., również w ramach umowy z NFZ, pacjenci korzystają z chemioterapii w warunkach ambulatoryjnych z zakresem skojarzonym. Szpital jest przygotowany do diagnostyki i leczenia nowotworów.

Jakie nowotwory leczymy?

W Radomskim Centrum Onkologii są leczone m.in.:

- nowotwory piersi,
- nowotwory przewodu pokarmowego,
- nowotwory głowy i szyi,
- nowotwory układu moczowego,
- prostaty,
- narządów rodnych,
- nowotwory płuc
- nowotwory mózgu.



Szpital współpracuje także z Centrum Gamma Knife Warszawa.

Q/0644

Czy biznes wykształci medyków?

Szkoły prywatne próbują złać monopol publicznych uniwersytetów medycznych – informuje „Puls Biznesu”.

Od tego roku o kandydatów po raz pierwszy powalczą prywatne uczelnie. Jesienią ruszy kierunek lekarski na Krakowskiej Akademii im. Frycza Modrzewskiego. W przyszłym roku kształcenie lekarzy rozpocznie warszawska Uczelnia Łazarskiego, która

w połowie marca otrzymała zielone światło z Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego. Jej strategicznym partnerem będzie Centralny Szpital Kliniczny MSW w Warszawie. W kolejce ustawiły się też dwie inne prywatne uczelnie.



Prof. Dariusz Kosior, dziekan wydziału lekarskiego Uczelni Łazarskiego, nie podaje dokładnej kwoty, którą studenci będą płacić za edukacyjną usługę, ma ona jednak znaleźć się w przedziale obecnych cen rynkowych, czyli 28-40 tys.

złotych za rok nauki.

40 tys. złotych będzie kosztować rok nauki na krakowskiej prywatnej akademii.

Źródło: Deon.pl

„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.

NZOZ MAR-MED
PIELĘGNIARSKA DŁUGOTERMINOWA OPIEKA DOMOWA
Świadczymy usługi pielęgniarskie
w domu pacjenta
BEZPŁATNIE
NA PODSTAWIE UMOWY Z NFZ
PRYWATNE USŁUGI PIELĘGNIARSKIE
OPIEKA CAŁODOBOWA
RÓWNIEŻ W SOBOTY I NIEDZIELE
ZGŁOSZENIA TELEFONICZNIE
CAŁĄ DOBĘ 509 514 811

MOBILNA PIELĘGNIARKA
Specjalistyczne
Usługi Pielęgniarskie
w Miejscu Wezwania
mgr Paulina Szymańska
ŚWIADCZY USŁUGI:
- iniekcje (zastrzyki)
- domięśniowe, dożylnie, podskórne
- założenie wenflonu i podłączenie
kroplówki
- cewnikowanie kobiet i mężczyzn
- zakładanie sondy do żołądka
- lewatywa
- toaleta drzewa oskrzelowego
- edukacja zdrowotna
- bańki lekarskie
- pobieranie krwi (współpraca z Chłodnamed)
- inne czynności pielęgniarskie
tel. 609-114-136

NZOZ ESSAMED
Anna Sosińska
www.essamed.pl
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
OSOBIŚCIE: pn - pt w godz. 9-16

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**

Usługi Przewozowe
Osób Niepełnosprawnych i osób Starszych
Jacek Mucha
Brak transportu ? Rozwiążemy problem! Czas to zmienić!
✓ przewóz osób do szpitala
✓ przewóz osób na rehabilitację
✓ przewóz osób do przychodni specjalistycznej
✓ przewóz osób do kurortu
✓ przewóz osób na lotnisko
✓ podróż od drzwi do drzwi
ZAPEWNIAMY PROFESJONALNĄ OPIEKĘ
działamy na terenie CAŁEJ POLSKI
ul. Równoległa 18/1
26-600 Radom
tel.: 600 165 399
e-mail: przewoz.chorych@wp.pl; www.przewozy-niepelnosprawnych.pl

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

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

Robert Nowakowski
lekarz specjalista psychiatra

tel: 502 258 348

Agata Nowakowska
lekarz specjalista psychiatra

tel: 506 472 466

Wizyty po uzgodnieniu telefonicznym

S/0303

"DORadca"

Kancelaria Doradztwa Podatkowego
Dorota Nowak
nr wpisu 10411

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

Prowadzenie:

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

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

tel.kom. 793027097, tel. 48 3602761

AD/0548

Marek Paliński

specjalista psychiatra

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

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

S/0414

Halina Łopuszańska

specjalista psychiatra

przyjmuje:

Środa od 16.00

tel. 695 757 775

S/0362

GABINET PSYCHOTERAPII

mgr Dominika Skupińska - Fila

PSYCHOLOG

terapia, porady i konsultacje dla dzieci, młodzieży i dorosłych
tel. 790 487 439

mgr Aleksandra Rajkowska-Szałas

PSYCHOLOG, PSYCHOTERAPEUTA

psychoterapia indywidualna dorosłych, terapia par i małżeństw,
pomoc w sytuacji kryzysowej
tel. 510 159 249

H/0638

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

**UZALEŻNIENIA OD SUBSTANCJI PSYCHOAKTYWNYCH
(alkohol, narkotyki)**

**UZALEŻNIENIA OD CZYNNOŚCI
(hazard, komputer, jedzenie, zakupy)**

UZALEŻNIENIE - JEST WYJŚCIE

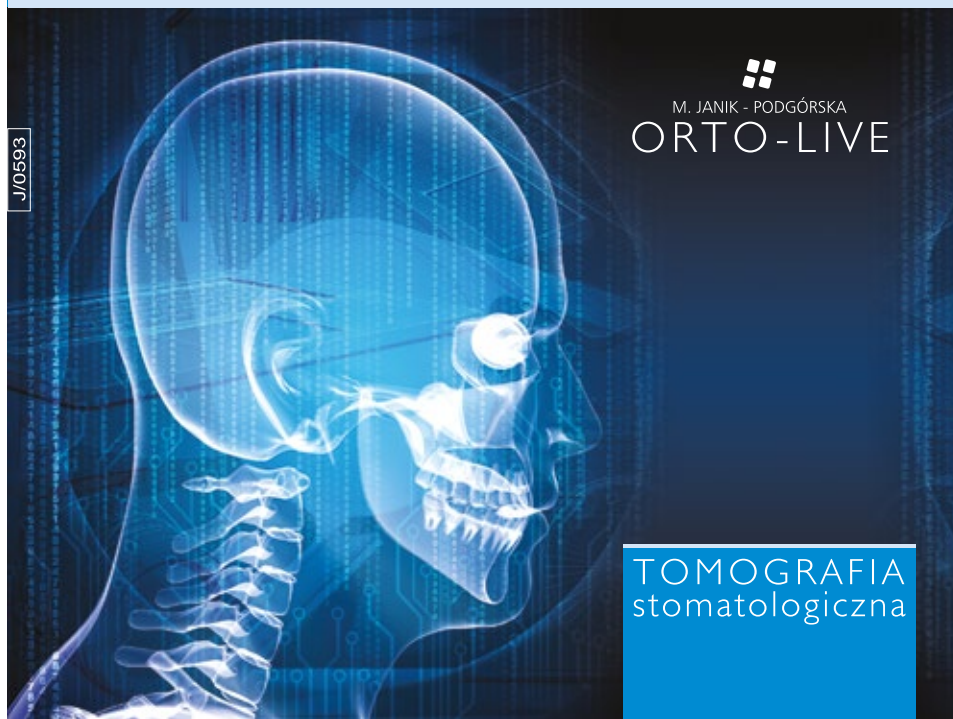
Tel.: 48 383 66 72, 48 383 66 73
poniedziałek-piątek godz. 9⁰⁰ - 17⁰⁰
Kom.: 608 206 472

www.odwyk.radom.pl

**DZIENNY ODDZIAŁ TERAPII
DLA OSÓB UZALEŻNIONYCH
PORADNIA
LECZENIA UZALEŻNIEŃ**

B/0448

PRACOWNIA RADIOLOGICZNA



M. JANIK - PODGÓRSKA
ORTO-LIVE

**TOMOGRAFIA
stomatologiczna**

- Cyfrowe zdjęcia RTG:
punktowe,
pantomograficzne,
cefalometryczne,
stawów skroniowo-żuchwowych,
zatok szczękowych
- Badania tomograficzne CBCT
dla stomatologii
i laryngologii
- Zdjęcia nosogardła
do celów laryngologicznych
- Diagnostyka radiologiczna
stawów skroniowo-żuchwowych



ul. Lekarska 2A, 26-600 Radom

tel. 602 660 944

www.ortolive.pl

ortolive.janik@gmail.com

PSYCHIATRIA

PSYCHOLOGIA

ZDROWIE

BADANIA

BADANIA

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

LABORATORIUM LAB-MEDIC

mgr **LENA KRAJEWSKA**
mikrobiolog

Radom, ul. Żeromskiego 92, lok 1A
tel./fax 48 362 12 25, tel. 48 377 80 84
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



specjalistyczna
**pracownia analiz
lekarskich**
mgr Krystyna Baldys

LABORATORIUM MEDYCZNE

Radom, ul. Struga 19/21

tel. 48 363 45 66

analizy_lekarskie@baldys-lab.eu

LABORATORIUM WYKONUJE BADANIA Z ZAKRESU:

- hematologii
- analityki ogólnej
- koagulologii
- chemii klinicznej
- hormonów
- diagnostyki tarczycy
- diagnostyki stanów zapalnych
- markerów nowotworowych
- diagnostyki cukrzycy
- diagnostyki anemii
- diagnostyki infekcji
- immunoglobulin
- autoimmunologii
- diagnostyki alergii
- diagnostyki bakteriologicznej

więcej na www.baldys-lab.eu

Jagody z Polski w rynkowej ofensywie

Dostawcy świeżych borówek, malin i truskawek walczą o kolejne rynki – pisze „Puls Biznesu”.

– Jesteśmy potęgą eksportową na

europejskim rynku mrożonych owoców jagodowych. W sprzedaży świeżych dopiero zaczynamy – mówi Ireneusz Komorowski, prezes Stowarzyszenia Plantatorów Borówki Amerykańskiej.

Na rynku owoców mrożonych nasza hegemonia jest bezsporna – to od nas pochodzi 55 proc. eksportu. Druga w rankingu Belgia dostarcza już tylko 12 proc. Dziś najwięcej naszych owoców z tej grupy wyjeżdża do Niemiec i Wielkiej Brytanii.

Podkreśleniu tych wyników służy m.in. trwająca kampania promocyjna w pięciu krajach UE – Polsce, Austrii, Szwecji, Finlandii i Czechach. – Kampania potrwa do 2017 roku. Pierwsze efekty już widać – mówi Mirosław Maliszewski, prezes Związku Sadowników RP.



PORADNIE SPECJALISTYCZNE

Kierownik: Bogumiła Odzimek, psycholog kliniczny

26-600 Radom, ul. Główna 12

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 wspomagania rozwoju

**SNPP-P prowadzi
WCZESNE WSPOMAGANIE
ROZWOJU DZIECKA
z subwencji oświatowych**

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

**UWAGA ZMIANA ADRESU!
zapraszamy do nowej siedziby
Radom ul. Główna 12 I piętro**

Budynek mieści się między ulicą Główną a Klonowica,
wejście z tyłu budynku, drugie drzwi za apteką

OFERTA DLA DZIECKA MAŁEGO

- praca z dziećmi z asymetrią ułożeniową, przedwczesnie urodzonymi, problemami z karmieniem noworodków i niemowląt
- korekta połykania 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.



Źródło: Deon.pl



**CHŁODNA
MED**

UROLOGIA

dr. R. MOLGA

CHIRURGIA

dr. R. KOZIEŁ

**502 166 165
48 331 06 46**

www.chlodnamed.pl

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



affidea
—najważniejsze jest zdrowie

rezonans magnetyczny

Umów się na badanie:
 affidea.pl
 22 44 11 111

Odbierz wyniki online:
 affidea.pl/wyniki-online

Affidea/ NZOZ Diagnosis-Radom
 (Budynek Radomskiego Szpitala Specjalistycznego)
 ul. Tochtermiana 1
 RADOM

dia nosis

Brytyjscy lekarze sprzeciwiają się eutanazji

Brytyjscy lekarze podtrzymują swój sprzeciw wobec eutanazji. W Wielkiej Brytanii wciąż podejmowane są zabiegi o legalizację zabijania na życzenie.

W tym celu proeutanazyjne lobby zabiega o poparcie lekarzy.

Pod koniec ubiegłego miesiąca w Stowarzyszeniu Brytyjskich Lekarzy



USG

dr n.med. Jarosław Więckowski
specjalista radiodiagnostyki

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

(British Medical Association) usiłowano przełamać deklarację, że organizacja ta zachowuje neutralność, czyli nie sprzeciwia się legalizacji eutanazji. Dwie trzecie głosujących opowiedziało się jednak przeciwko tej deklaracji. Zamiast tego lekarze potwierdzili swój sprzeciw wobec eutanazji oraz wskazali na potrzebę rozwoju terapii paliatywnych.

Dr Mark Porter, przewodniczący Rady podkreślił, że w ciągu 13 lat Stowarzyszenie Brytyjskich Lekarzy już ośmiokrotnie zajmowało się tą kwestią. Zawsze z tym samym skutkiem. Nie można nam więc zarzucić, że lekceważymy tę sprawę czy blokujemy dyskusję na jej temat – stwierdził dr Porter. Z kolei dr Anthea Mowat, inny członek zarządu, wskazuje na znaczenie, jakie ma w tej kwestii opinia lekarzy.

W krajach, w których eutanazja została przyjęta, to właśnie opór lekarzy, dopóki trwał, stanowił największą przeszkodę w procesie jej legalizacji.

Źródło: Deon.pl

PRACOWNIA RADIOLOGICZNA



IMPLANT DENTIST

WYKONUJEMY

- I Zdjęcia RTG:**
 - pantomograficzne
 - zdjęcia punktowe zębów - radiowizjografia
 - zatok
- I Wysokiej jakości badania tomograficzne CBCT dla stomatologii i laryngologii**
- I Diagnostykę radiologiczną stawów skroniowo-żuchwowych**

IMPLANT DENTIST Pracownia radiologiczna
 26-600 Radom, ul. Zakręt 6
 (obok Aldi, ul. Kościuszki / 1905 Roku)

e-mail: radiologia@implant-dentist.pl
www.implant-dentist.pl
 tel: 609 70 70 73

J/0640

POWSTAJĄCE CENTRUM HANDLOWE

Wolne powierzchnie

handlowe, biurowe oraz **na Gabinety Lekarskie** do wynajmu.

przy skrzyżowaniu
ulic Struga i Zbrowskiego
(naprzeciwko powstającego
Centrum Sportowego
i przy Akademickim Centrum Zdrowia)

tel. 604 429 341
603 656 597
604 271 357



Co pić w czasie upałów?

Co pić a czego nie pić w czasie upałów? Przede wszystkim nie wolno dopuścić do odwodnienia – należy jak najszybciej ugasić pragnienie odpowiednimi płynami, w ilości od 2 do 3 litrów dziennie. W czasie upałów pocenie się jest naturalnym procesem mającym na celu ochronę organizmu przed nadmiernym przegrzaniem. Niestety, wraz z potem usuwane są z organizmu woda i sole mineralne, głównie sód i potas, których brak może doprowadzić do zachwiania homeostazy (stanu równowagi) organizmu. Konsekwencją tych procesów będą m.in. osłabienie układu krwionośnego (podnie-

sienie ciśnienia krwi, zwiększenie ryzyka wystąpienia zawału czy udaru) i obciążenie układu nerwowego (zmniejszenie poziomu koncentracji, apatia). Paradoksalnie w czasie największego skwaru można przyjmować także lekko ciepłe płyny, które równie skutecznie jak chłodne napoje obniżą temperaturę rozgrzanego ciała. Ważne jest nie tylko ILE, ale także CO pijemy, nie każdy płyn uzupełni bowiem tracone podczas upału elektrolity.

CO PIĆ I JEŚĆ W CZASIE UPAŁÓW?

Woda mineralna

W czasie upałów najlepiej sięgać po wodę wysokozmineralizowaną (np. Muszynie, Piwniczanka, Staropolanka 2000) lub średnizmineralizowaną (np. Nałęczowianka, Cisowianka, Kinga Pienińska, Wielka Pieniawa), która zawiera wysokie stężenie składników mineralnych, zwłaszcza takich jak magnez (co najmniej 50-100 mg w litrze) i wapń (150 mg/l) – najlepiej

w proporcji 1:2 (warto czytać etykiety – najlepsza pod tym względem jest Piwniczanka: 87 mg magnezu i 180 mg wapnia w 1 l).

Do szklanki wody mineralnej możemy dodać plasterki cytryny, listek melisy lub mięty, które dodatkowo nas orzeźwią. Woda powinna mieć temperaturę pokojową lub być lekko schłodzona.

Warto pamiętać, że głównymi elektrolitami, które tracimy wraz z potem, są sód, chlor i – w mniejszym stopniu – potas, a nie magnez i wapń, dlatego intensywnie się pocąc i pijąc tylko wodę, nawet wysokozmineralizowaną, nie zapewnimy ich odpowiedniego stężenia (picie bardzo dużej ilości wody niskozmineralizowanej lub źródlanej może wręcz nam zaszkodzić przez rozcieńczenie elektrolitów), o te pierwiastki musimy zatem zadbać w inny sposób.

Najłatwiej uzupełnić chwilowy niedobór sodu i chloru, jedząc słone potrawy. Picie wody wysokosodowej nie ułatwi problemu, mimo podwyższonej zawartości sodu jest go za mało, by zaspokoić podwyższone

M. JANIK - PODGÓRSKA
ORTO-LIVE

Michał Wieczorski
SPECJALISTA
OTOLARYNGOLOG

Zgłoszenia tel. pn-pt w godz. 9-20.

602 660 944

Radom ul. Lekarska 2A

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

M/0630

GABINET LARYNGOLOGICZNY

**MAŁGORZATA
MIKULSKA**

lekarz laryngolog specjalista foniatra

Przyjmuje: wtorek 17.00 - 19.00

Radom, ul. Główna 12

rejestracja codziennie

tel. 48 331 20 19

tel. dom. 660 426 797

M/0306



SPECJALISTYCZNA PRAKTYKA LEKARSKA



26-600 Radom, ul. Focha 12/7
Rejestracja telefoniczna: 608 460 030

dr n. med. Danuta Kucharska

specjalista otolaryngolog

tel. prywatny: 604 226 118

DIAGNOSTYKA I LECZENIE AMBULATORYJNE

chorób uszu, gardła, nosa i krtani
u dzieci i dorosłych

DIAGNOSTYKA I LECZENIE

zaburzeń słuchu u dzieci i dorosłych

zaburzeń głosu i mowy u dzieci i dorosłych

ENDOSKOPOWA OCENA MIGDAŁKA GARDŁOWEGO

przy pomocy endoskopu giętkiego

DIAGNOSTYKA I LECZENIE ZAWROTÓW GŁOWY

VNG

M/0130

ZABIEGI OPERACYJNE:

- usunięcie migdałka gardłowego/adenotomia/
- zmniejszenie migdałków podniebiennych/tonsillotomia/
- usunięcie migdałków podniebiennych/tonsillectomia/
- leczenie blokady nosa/konchoplastyka RF/
- korekta przegrody nosa/septoplastyka/
- usunięcie zmian przerostowych krtani/mikrochirurgia krtani/
- leczenie chrapania/plastyka podniebienia UPPP
- z wykorzystaniem nowoczesnego aparatu fal radiowych Ellman
- leczenie laserowe i chirurgiczne zmian skórnych (brodawki wirusowe, znamiona barwnikowe, stany przednowotworowe, nowotwory łagodne i złośliwe)

zabiegi komercyjne w nowoczesnych i klimatyzowanych
salach operacyjnych Polmedic ul. Domagalskiego 7 i Osiedlowa 9
cennik Polmedic



**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.
Adam Kukliński
 specjalista Chirurgii Naczyniowej i 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

F/0061

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

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 siatki)
- 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

USG
 JAMY BRZUSZNEJ

F/0576

w czasie upału zapotrzebowanie na ten pierwiastek. Niektórzy zalecają lekkie osolenie wody, jednak jeśli w twojej diecie nie brakuje soli, nie jest to konieczne. Nie ma co szukać w wodach również potasu, który jest niezbędny do prawidłowego funkcjonowania serca, a zapotrzebowanie nań gwałtownie wzrasta przy zwiększonym wysiłku

fizycznym. Jednak żadna woda nie dostarczy odpowiedniej ilości tego pierwiastka.

Sok pomidorowy

Sok pomidorowy jest skarbnicą potasu (230 mg/100 g), dlatego szklanka schłodzonego soku z pomidorów uzupełni niedobór tego pierwiastka.

Dokończenie na str. 20

Gabinet Ortopedyczny
Os-Med s.c.

MARCIN BOLEK
 specjalista ortopedii
 i traumatologii narządu ruchu

Przyjmuje:
 poniedziałek 16:00 – 17:00

Sawoy Medicus
 Radom ul. Główna 11 lok. 14
 tel.: 604 886 275

F/0615

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

www.kotur.pl, gabinet@kotur.pl

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

F/0456

KLINIKA EUROMED
 Radom, ul. Klonowica 8/1
 Rejestracja codziennie 8-15, śr 12-18
 tel. 48 369 95 17, 502 164 392

Badania urodynamiczne w ramach NFZ

Laserowe zabiegi
 obniżenia ścian pochwy - odpłatnie

PRYWATNY GABINET CHIRURGII
 OGÓLNEJ, USG PIERSI, BIOPSJE

Dr nauk medycznych
Grzegorz Szczęśniak
 specj. chirurgii ogólnej i onkologicznej

BIOPSJA MAMMOTOMICZNA PIERSI!
 porady, konsultacje, drobne zabiegi chirurgiczne jednego dnia, choroby piersi
www.euromed.radom.pl

F/0331

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

AG/0092

ZBIGNIEW KUPIS
 - specjalista chirurgii ogólnej
 chirurgii naczyniowej i angiologii

Leczenie przewlekłej niewydolności żylnych i miażdżycy kończyn dolnych:

- Laserowe (EVL, 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 dolnych

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

48 363 33 73
 603 612 943

F/0071

dr n. med. **Andrzej Wypyski**
 specjalista chirurgii dziecięcej

CHIRURGIA
DZIECI I MŁODZIEŻY

Leczenie ran trudnogojących u dzieci i dorosłych.

OPARZENIA
OWRZODZENIA
ODLEŻYNY

przyjmuje w Radomiu:
 ul. Mieszka I 1
 czwartek 17-18
 ul. Struga 57a
 poniedziałek, wtorek, piątek: 16-17

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

F/0342

ASORT
 GABINET ORTOPEDYCZNY

dr n. med. **Andrzej Szmigiel**
 specjalista w dziedzinie chirurgii, ortopedii i medycyny sportowej

Chirurgia Urazowa Narządu Ruchu
Ortopedia
Medycyna Sportowa

Radom ul. Lekarska 2a, piętro 1, gab. 13
 od poniedziałku do czwartku w godz 16 - 20
 Rejestracja od poniedziałku do piątku

730 057 062
 601 292 087
 607 655 008

AG/0636

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)

Q/0045

Co pić w czasie upałów?

Dokończenie ze str. 19

Dobre na upały jest też gazpacho – hiszpańska zupa z pomidorów podawana na zimno. Ponieważ jest to słona potrawa, dodatkowo dostarczymy organizmowi sodu.

Owoce, nie tylko w formie soków

Owoce składają się w 80-90% z wody, dlatego jedząc je, szybko ugasimy pragnienie. Odwodnieniu organizmu zapobiegają także napoje przyrządzone na ich bazie. Szczególnie warto sięgnąć po owoce bogate w potas: morele (260 mg/100 g), czereśnie (220 mg), brzoskwinie (190 mg), truskawki, (150 mg), gruszki (116 mg) i cytrusy.

Koktajl ze świeżych ogórków lub melona

Ogórek w 95% składa się z wody, a do tego zawiera sporo potasu (ok. 140 mg/100 g). Idealny na upalne dni jest chłodnik ogórkowy. Dwa razy więcej potasu – przy takiej samej zawartości wody – ma melon (280 mg w 100 g), natomiast niewiele jest go w lubianym w czasie upałów arbuzie (70 mg/100 g).

Herbata z miętą

Mięta ma działanie ochładzające, dlatego szybko obniży temperaturę ciała. Słaby napar herbaty miętowej można pić zarówno schłodzony, jak i ciepły. Tę metodę stosują np. Arabowie, pijąc co jakiś czas małe ilości

gorącej zielonej herbaty połączonej z miętą. Z kolei mieszkańcy Ameryki Południowej w czasie upałów popijają gorące Yerba Mate.

Napoje izotoniczne

Niedobór elektrolitów pojawia się zarówno podczas aktywności fizycznej, jaki i upałów. W obu przypadkach pomogą napoje izotoniczne, które wyrównają poziom wody i uzupełnią niedobór elektrolitów w organizmie. Zawierają one nie tylko cenne biopierwiastki w odpowiednich proporcjach, lecz także witaminy i niewielkie ilości węglowodanów.

CZEGO NIE PIĆ W CZASIE UPAŁÓW?

Alkohol

Podczas upałów promienie słońca nadmiernie rozszerzają naczynia krwionośne, a tym samym zmniejszają wydolność układu krążenia. Alkohol działa podobnie, w związku z tym takie połączenie powoduje niebezpieczne wahania ciśnienia. Dlatego u osoby, która w czasie upałów spożywa alkohol, mogą się pojawić np. zaburzenia rytmu serca. W czasie upałów wzrasta także skłonność do zakrzepów i udarów ciepłych. Na alkohol, ale jedynie w postaci szklanki piwa lub lampki wina, można sobie pozwolić wieczorem.

Kawa

Zawarta w kawie kofeina podnosi ciśnie-

nie, przez co działa moczopędnie, wypłukując magnez i potas z organizmu. Tym, którzy nie wyobrażają sobie dnia bez filiżanki kawy, w czasie upałów lekarze polecają szklankę schłodzonego latte lub kawę bezkofeinową.

Mocna herbata

Herbata zawiera dużą ilość teiny, która działa tak jak kofeina, przez co sprzyja zwiększonemu usuwaniu elektrolitów z organizmu.

Napoje typu cola i napoje energetyczne

Napoje typu cola zawierają kofeinę, która wypłukuje organizm z cennych pierwiastków mineralnych, szczególnie magnezu i potasu, odpowiedzialnych za równowagę wodno-elektrolitową organizmu. Dodatkowo zawarty w coli kwas fosforowy (regulator kwasowości) wchodzi w reakcję z innym elektrolitem – wapniem, powodując jego wypłukiwanie. Poza tym cola i napoje energetyczne mają wysokość zawartości cukru i w dużym stopniu są nasycone dwutlenkiem węgla.

W czasie upałów należy unikać słodkich napojów. Cukier sprawia, że płyny dostarczane do organizmu gorzej się wchłaniają i wolniej przenikają z przewodu pokarmowego do komórek całego organizmu, w związku z tym go nie nawadniają.

Autor: Monika Majewska

Źródło: poradnikzdrowie.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



M. JANIK - PODGÓRSKA
ORTO-LIVE

Lekarz stomatolog
dr n.med.

Anna Kochanek-Leśniewska

SPECJALISTA
PROTETYKI STOMATOLOGICZNEJ

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

lekarz stomatolog
Beata Maciejewska
ENDODONCJA

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

lekarz dentysta
Agnieszka Kornet
ORTODONCJA

Zgłoszenia tel. pn-pt w godz. 9-20.

602 660 944

Radom ul. Lekarska 2A

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

J/0294

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

lek.stomatolog
Hubert Szwe

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

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

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

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

Możliwość leczenia w ramach NFZ
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



RADOM UL. PAMIĘCI KATYNIA 12A/1
TEL. 530 704 300
48 369 99 00

GABINET DENTYSTYCZNY

www.aurumdent.pl

LEK. STOM. MAREK ZATORSKI

KOMPLEKSOWE LECZENIE - NOWOCZESNA PROTETYKA

NZOZ DENT-ARTIS

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

Radom,
ul. Waryńskiego 9a lok 7 I piętro
tel.: 48 334 14 25, 604 481 599

Czynne codziennie
sobota po wcześniejszym uzgodnieniu

LECZENIE:
Zachowawcze
dzieci i dorosłych,
protetyczne,
chirurgia stomatologiczna,
profilaktyka,
rtg zębów.

LECZENIE BEZ BOROWANIA
metodą abrazji wodno-powietrznej

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**

J/0295

multiDENT

GABINET STOMATOLOGICZNY

www.multident.radom.pl

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

Radom, ul. Traugutta 30

czynne: 9-18

tel. kom. 601 864 861

tel. 48 34 0000 4

J/0410

GABINET STOMATOLOGICZNY

lek. stom. **Ewa Krupa-Pękala**
przyjmuje pacjentów:

Radom, ul. Zielona 23

(w bloku przejście między 3-4 klatką)

rejestracja telefoniczna

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

J/0254

NZOZ DENT-ARTIS

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

Radom,
ul. Waryńskiego 9a lok 7 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

J/0498



www.edent.radom.pl

STOMATOLOGIA
PEŁNY ZAKRES USŁUG

Leczenie zachowawcze,
pod mikroskopem,
implanty, laser,
nowoczesna protetyka,
ortodoncja.

Radom,
ul. Paderewskiego 21 lok.1
pon - pt 8 - 20, sob 9-13
tel. 48 366 92 75

lek. dent **Edyta Frysiak**
spec. protetyki stomatologicznej
implantoprotetyka, licówki porcelanowe
protezy całkowite na implantach,
lek. dent **Justyna Nurczyńska**
lek. dent **Krzysztof Nurczyński**

Wacyn 82
pon, wt, czw: 14-20; śr, pt 9-20
tel. 48 330 80 82

lek. dent **Tomasz Frysiak**
lek. dent **Katarzyna Dylewska**

J/0621



**CENTRUM
BERNARDYŃSKA**

**LEKARZE
SPECJALIŚCI**

511 511 234
48 386 95 00

Radom, ul. Bernardyńska 3A,

26-600 Radom: biuro@centrumbernardynska.pl; www.centrumbernardynska.pl

Z/0590

USŁYSZ
WYRAŹNIE
20 GŁOSÓW
ŚPIEWAJĄCYCH
STO LAT!

STUDIO PROTETYKI SŁUCHU
MORSE



PRZETESTUJ APARAT SŁUCHOWY ZA DARMO

Przekonaj się jak działają cyfrowe aparaty słuchowe
BEZPŁATNIE WYPOŻYCZYMY CI JE NA TYDZIEŃ

REJESTRACJA: 48/362-64-39
RADOM, UL. M.C. SKŁODOWSKIEJ 6/2

ZBADAJ SŁUCH ZA DARMO!

Ruszą Czwarte Radomskie Badania Słuchu

Słuch odgrywa ogromną rolę w naszym codziennym życiu. Komunikacja z innymi ludźmi jest jedną z podstawowych potrzeb każdego człowieka, zarówno w życiu prywatnym, jak i zawodowym. Utrata słuchu następuje powoli oraz bezboleśnie, tak więc możemy jej nie zauważyć, aż do momentu, gdy stanie się dla nas dotkliwym problemem. Osoby z ubytkiem słuchu często izolują się od otoczenia i bliskich, stopniowo zamykając się we własnym „świecie ciszy”.

Jest to szczególnie przykre w okresie świątecznych spotkań w gronie rodziny. Dlatego też, aby tego uniknąć, odpowiednia profilaktyka oraz okresowe badania słuchu są niezwykle istotne.

Z tą myślą wiosną tego roku serdecznie zapraszamy Szanownych Państwa na **IV Edycję Radomskich Profilaktycznych Badań Słuchu**, podczas których można będzie bezpłatnie zbadać słuch, sprawdzić drożność trąbki słuchowej, zmierzyć zmiany ciśnienia w przewodzie słuchowym oraz zasięgnąć rady specjalistów.

Dodatkowo, w ramach badań, osoby borykające się ze znaczną utratą słuchu mogą bezpłatnie wypróbować różne modele aparatów słuchowych.

**Prosimy o uzgodnienie terminu wizyty.
Telefon do rejestracji: 48/362-64-39.
Czynne od poniedziałku do piątku
w godz. 9.00-16.00.
Serdecznie zapraszamy!**



Bogactwo natury – bób

Bób, podobnie jak inne rośliny strączkowe, jest skarbnicą wartości odżywczych. Ceni się go ze względu na liczne właściwości lecznicze. Bób m.in. wiąże kwasy żółciowe w jelicie grubym, a tym samym obniża stężenie cholesterolu LDL we krwi. Z kolei dzięki dużej zawartości kwasu fo-

liowego może zapobiec wystąpieniu wad rozwojowych u płodu i wspomóc proces leczenia niedokrwistości.

Bób jest doskonałą alternatywą dla mięsa, a konkretnie dla białka pochodzenia zwierzęcego. W 100 g ugotowanego bobu jest aż 7,60 g białka. W związku z tym

bób może się znaleźć w diecie m.in. osób cierpiących na choroby układu krążenia, które muszą ograniczyć spożycie bogatego nie tylko w białko, lecz także w niezdrowe nasycone kwasy tłuszczowe mięsa.

Ponadto bób ma niską zawartość sodu, jest bogaty w potas oraz rozpuszczalny błonnik, który sprzyja redukcji poziomu cholesterolu we krwi, dzięki czemu reguluje ciśnienie.

Gotowany bób w 100 g zawiera nie mało, bo aż 110 kcal, jednak dzięki niewielkiej zawartości tłuszczu i sporej ilości rozpuszczalnego błonnika jest jednym z pożądanych składników diety odchudzającej. Bób może pomóc kontrolować wagę, ponieważ spowalnia proces trawienia i na długo daje uczucie sytości. Ponadto jest bogaty w kwas foliowy i witaminy z grupy B – substancje niezbędne do prawidłowego funkcjonowania układu nerwowego. W związku z tym bób pomoże przetrwać kryzys w czasie odchudzania.

Bób jest pomocny w leczeniu zarówno niedokrwistości mikrocytarnej – będącej konsekwencją niedoboru żelaza, jak i anemii megaloblastycznej, spowodowanej niedoborem kwasu foliowego i witaminy B12. Zarówno żelazo, jak i kwas foliowy są niezbędne w procesie produkcji krwinek czerwonych, które są odpowiedzialne za transport tlenu do wszystkich komórek w organizmie. W przypadku obu

**PRZYCHODNIA
SŁONECZNA**

www.przychodniasloneczna.pl

tak jak chcesz!
Bez kolejek, bez stresu!

PODSTAWOWA OPIEKA ZDROWOTNA NFZ

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

PORADNIE SPECJALISTYCZNE

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

REHABILITACJA

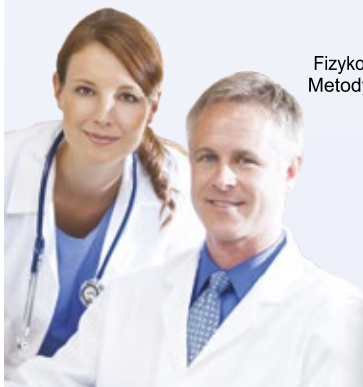
Fizykoterapia, Kinezyterapia, Hydroterapia, Masaż, Drenaż limfatyczny, Metody terapeutyczne, Kinesiology Taping, Gimnastyka korekcyjna

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



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
tel. 48 363 37 15

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

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., czw. od 14,30

zapisy na telefon:
606 689 450, 48 344 92 47

O/0303

**OKULISTA & OPTYK
LIKOWSCY**
Radom ul. Słowackiego 8

Okulista
Elżbieta Likowska

godziny przyjęć
pon, wt, śr, pt 10-14, 16-18
czw 16-18

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

Zakład Optyczny
czynny codziennie 10 - 18
sobota 10 - 13

O/0403



www.medicon.com.pl

**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
ZAKŁAD OPTYCZNY
GABINET REFRAKCJI

ul. Szewska 17
tel.: 48 363 02 43
ul. Lekarska 2A
tel. 695 85 25 85

Dorota Miszczak
optyk dyplomowany
refrakcjorista
okodorota_wm@wp.pl

czynny: codziennie 9.00 - 17.30, soboty 10.00-13.00

O/0467

rodzajów niedokrwistości proces ten ulega zaburzeniu.

Bób jest bardzo dobrym źródłem kwasu foliowego w związku z tym, przy jednoczesnym przyjmowaniu odpowiednich dawek witaminy B12 z innych źródeł, skutecznie pomaga w leczeniu anemii megaloblastycznej.

Bób nie jest polecany osobom cierpiącym na dnę moczanową, ze względu na obecność składników purynowych, które przyczyniają się do powstawania kamieni szczawianowych w nerkach.

Ponadto bób może sporadycznie powodować poważne reakcje alergiczne. Do wystąpienia objawów chorobowych po spożyciu bobu dochodzi zazwyczaj u osób cierpiących na fawizm (tzw. chorobę fasolową) – genetycznie uwarunkowaną chorobę związaną z niedoborem dehydrogenazy glukozy-6-fosforanowej (enzymu G6PD).

Bobu powinny unikać osoby mające problemy z układem pokarmowym, ponieważ powoduje wzdęcia i nadmierną fermentację w jelitach. Wzdęcia i gazy są wywołane przez oligosacharydy, które nie są trawione ani rozkładane przez bakterie jelitowe. Możesz jednak uniknąć problemów żołądkowych, odpowiednio gotując ziarna.

Źródło: poradnikzdrowie.pl



**Kompleksowe badanie
REZONANSEM
MAGNETYCZNYM**

na aparacie **SIMENS MAGNETOM ESSENZA 1,5 Tesli**



**LETNIA
PROMOCJA**

**Badania
głowy i kręgosłupa
już od 300 zł.**

Małgorzata i Henryk Gruszka
ul. Andrzeja Struga 60,
26-600 Radom

tel. 48 362 14 76,
kom. 506 349 338
www.pracowniartg.eu

Prosty sposób na bycie szczęśliwym

Znasz kogoś, kto chce być nieszczęśliwy? Nie pytam o tych, którzy czują się nieszczęśliwi, a o tych, którzy marzą o tym, żeby tak się czuć. Ja nie znam. Większość z nas dąży do szczęścia, może czasem nie wierzymy, że to możliwe, ale marzymy o tym stanie.

Wiesz, jakie cechy charakteryzują szczęśliwą osobę? Częściej pojawia się uśmiech na jej twarzy, odczuwa zadowolenie z życia, cechuje ją optymizm oraz ma poczucie, że jej życie jest sensowne.

Pomyśl przez chwilę i oceń poziom

odczuwanego przez siebie szczęścia na skali 1-10 (1 – brak poczucia szczęścia; 10 – bardzo wysokie poczucie szczęścia). Chciałbyś podnieść ten wynik?

Okazuje się, że jest na to dość prosty sposób. Wystarczy praktykować wdzięczność. Jeżeli nauczysz się żyć w postawie wdzięczności, to Twoje życie się przemieni. Brzmi zbyt łatwo? A jednak, potwierdzają to wyniki badań prowadzonych pod kierunkiem profesora Roberta Emmons'a z Uniwersytetu Kalifornijskiego. W jednym z najbardziej znanych eksperymentów losowo podzielił on

uczestników do trzech grup, które roboczo nazwano Wdzięczni, Rozzłoszczeni i Zwyczajni. Wdzięczni raz na tydzień mieli zapisać pięć rzeczy, za które byli wdzięczni innym ludziom, losowi lub Bogu, Rozzłoszczeni – pięć rzeczy, które ich rozzłościły, a Zwyczajni – pięć dowolnie wybranych wydarzeń z minionego tygodnia. Efekt? Po zakończeniu eksperymentu osoby z grupy Wdzięcznych w porównaniu z członkami pozostałych grup opisywały siebie samych jako bardziej szczęśliwe, bardziej optymistyczne; poza tym chętniej i dłużej uprawiały ćwiczenia fizyczne. Co więcej, u Wdzięcznych obserwowano też zmianę w jakości i ilości snu – spali dłużej i budzili się bardziej wypoczęci.

Dlaczego myślenie, a jeszcze lepiej zapisywanie pozytywnych rzeczy, które nas spotkały, jest tak korzystne? Ponieważ zmieni to perspektywę i uświadamia, że nie nad wszystkim masz kontrolę. Taka postawa uczy pokory.

Dodatkowo w życiu codziennym każdy z nas w naturalny sposób koncentruje się na tym, co nie wyszło, na przykrościach i bólu. Czasem te negatywne zdarzenia przyćmiewają wszystkie dobre rzeczy. Gdy zaczniesz szukać tego, za co możesz być wdzięczny lub wdzięczna, to automatycznie przestaniesz narzekać i dostrzeżesz, że w Twoim życiu też jest dobro. A to dodaje skrzydeł, zmniejsza lęk, zwiększa pewność siebie i pozytywne nastawienie.

Zresztą, zgodnie z wynikami badań profesora Emmons'a, osoby wdzięczne są bardziej odporne na stres i mniej podatne na choroby z nim związane, a także tworzą lepsze relacje z innymi.

Może u niektórych z Was rodzi się myśl: ale ja naprawdę mam problemy w pracy, ze zdrowiem, z dziećmi itp. Nie przeczę – może tak być. I nie chodzi o udawanie czy tzw. „pozytywne myślenie”. To, do czego Cię zachęcam, to postawa wdzięczności, czyli dostrzeganie dobra w Twoim życiu. Dostrzegając te rzeczy, wcale nie musisz czuć się wdzięczny lub wdzięczna. Na emocje, czyli to, jak się czujesz, masz bardzo mały wpływ. Natomiast to, jaką postawę przyjmujesz, zależy całkowicie od Ciebie. Proszę pomyśl, czy pomimo Twoich różnych kłopotów w ciągu ostatnich 24 godzin naprawdę nie spotkało Cię nic miłego? Chodzi o zwracanie uwagi również na drobne zdarzenia – uśmiech nieznajomej osoby, dobra kawa o poranku, komplement.

Zachęcam: poświęć codziennie wieczorem chwilę i zapisz pięć rzeczy, za które jesteś wdzięczny lub wdzięczna sobie, innym ludziom, losowi lub Panu Bogu. Obserwuj siebie i zobacz, jak będziesz się czuł lub czuła po kilku dniach praktykowania postawy wdzięczności.

Dr Zuzanna Górską
Źródło: Deon.pl



**Poradnia
Wspomagania Rozwoju dla dzieci**

Radom ul. 11-go Listopada 2/4

oferujemy:

- Terapia neurorozwojowa: NDT- Bobath i Vojta
- Ocena niemowląt met. Prechtl'a
- Integracja Sensoryczna
- Kinesiotaping
- Ortezy termoplastyczne ORFIT
- Terapia Logopedyczna i Pedagogiczna

tel. 570 911 949; www.infant.com.pl

Zapraszamy!

**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 Czekał 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 bezpłatnie
w oparciu o umowę
z NFZ**

OFERUJEMY RÓWNIEŻ
BADANIA WSTĘPNE I OKRESOWE DO PRACY,
BADANIA KIEROWCÓW

POSIADAMY CERTYFIKAT ISO 9001 - 2000

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

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

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

PRZYJMUJĄ SPECJALIŚCI:

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

**Nowo otwarta PORADNIA
OTOLARYNGOLOGICZNA**

Małgorzata Mikulska
lek. laryngolog spec. foniatria
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

SALON MEDYCZNY ARMED-ORT



Radom, ul. Bernardyńska 1
☎ 48 340 29 03

Radom, ul. Piastowska 1 A
☎ 48 363 30 34

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

**Gabinet
INTERNISTYCZNO-
HEMATOLOGICZNY**

Jolanta Wójcik
hematolog

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

AF/0338

www.nzoz-srodmiescie.pl



Niepubliczny Zakład
Opieki Zdrowotnej

„ŚRÓDMIEŚCIE 1”

Radom, ul. Staszica 6/8

tel. 48 363 46 14, tel/fax: 48 36 267 28
poradnia dla kobiet - tel.: 48 321 33 63
e-mail: info@nzoz-srodmiescie.pl

czynne w dni powszednie od 8-18
zapisy telefonicznie, osobiście lub
online poprzez www.osoz.pl lub
www.nzoz-srodmiescie.pl

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

Ambulatoryjna Opieka Specjalistyczna

PORADNIA ALERGOLOGICZNA

Marzena Maksym - alergolog

PORADNIA NEUROLOGII DZIECIĘCEJ

Bożena Batory - neurolog dziecięcy

PORADNIA POŁOŻNICZO - GINEKOLOGICZNA

Wojciech Godek - ginekolog-położnik

PORADNIA PSYCHIATRYCZNA - wizyty komercyjne

Maciej Krapiec - specjalista psychiatra

PRACOWNIA USG

lek. Janusz Wieczorek - chirurg radiolog

- poniedziałki

lek. Elżbieta Nowaczek-Dziocha - specjalista radiolog

- czwartki

KOMERCYJNE BADANIA USG

(Aparat Logic F6)

tarczycy, węzłów chłonnych, piersi,
jamy brzusznej, gruczołu krokowego

OFERUJEMY

**BADANIA WSTĘPNE I OKRESOWE
DO PRACY**

20202

Jubileusz Miłosierdzia 2015 - 2016



„... trzeba zdobyć się na zrobienie
ucziwego rachunku ze swojego
życia. Trzeba zdobyć się na szczerą
– aż do bólu – rozmowę ze swoim
sumieniem ...”

Przez ostatnie 3 miesiące pisałem
w „Zdrówku” o wielkiej bólące ludzi
przystępujących do sakramentów, jaką
jest zupełny brak przygotowania się do owocnego ich
przeżycia. Dotyczy to zwłaszcza tajemnicy konfesjonału
– sakramentu tam przeżywanego.

Katechizm Kościoła Katolickiego nazywa go sakra-
mentem nawrócenia „ponieważ urzeczywistnia w sposób
sakramentalny wezwanie Jezusa do nawrócenia, drogę
powrotu do Ojca, od którego człowiek oddalił się przez
grzech”.

Nazywa go sakramentem pokuty „ponieważ uka-
zuje osobistą i eklezjalną drogę nawrócenia, skruchy
i zadośćuczynienia ze strony grzesznego chrześcijanina”.
Nazywa go także sakramentem spowiedzi „ponieważ
oskarżenie – spowiedź z grzechów przed kapłanem jest
istotnym elementem tego sakramentu. Sakrament ten jest
również «wyznaniem», uznaniem i uwielbieniem święto-
ści Boga oraz Jego miłosierdzia wobec grzesznego czło-
wieka”.

KKK nazywa go również sakramentem przebacze-
nia, „ponieważ przez sakramentalne rozgrzeszenie wypo-
wiedziane słowami kapłana Bóg udziela penitentowi
«przebaczenia i pokoju»”.

Na koniec nazywa go sakramentem pojednania,
„ponieważ udziela grzesznikowi miłości Boga przynoszą-
cej pojednanie: «Pojednajcie się z Bogiem» (2 Kor 5, 20).
Ten, kto żyje miłosierną miłością Boga, jest gotowy odpo-
wiedzieć na wezwanie Pana: «Najpierw idź i pojednaj się
z bratem swoim» (Mt 5, 24)”.

Jak czytamy w dokumentach Soboru Watykańskiego
II w Konstytucji: *Lumen gentium* „Ci, którzy przystępują
do sakramentu pokuty, otrzymują od miłosierdzia Bożego
przebaczenie zniewagi wyrządzonej Bogu i równocześnie
dostępują pojednania z Kościołem, któremu, grzesząc,
zadali ranę, a który przyczynia się do ich nawrócenia
miłością, przykładem i modlitwą”.

Pytanie: czy takie zrozumienie tego, co przeżywam,
towarzyszy mi, gdy podchodzę do konfesjonału. Czy
przypadkiem sakrament spowiedzi w moim życiu, nie
został odarty z tego co święte i sprowadzony do zalicze-
nia jeszcze jednego punktu, w programie dnia – obok
np. codziennych zakupów, wizyty u fryzjera, odebrania
czegoś z pralni czy wypitej z przyjaciółmi małej kawy
w cukierni...

JT JT

Jezuici w Radomiu – Kościół św. Trójcy.
Całodzienna adoracja Najświętszego Sakramentu.
Spowiedź: od 6.30 do 12.00 i od 15.00 do 19.00.

UWAGA

Spowiedź także w Radomskiej Katedrze.
więcej na **www.radom.jezuici.pl**

**BEZPŁATNIE
NA PODSTAWIE UMOWY Z**

NFZ

PIELĘGNIARSKA OPIEKA DOMOWA

ZGŁOSZENIA TELEFONICZNIE
codziennie w godz 8-20



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

P/0430

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 PRZECIWDŁĘŻYNOWE

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:

PCPR MGPS NFZ

SKLEP MEDYCZNY

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



REFUNDACJA
- umowa z



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 przeciwdleżynowe
- * Ciśnieniomierze
- * Inhalatory
- * Ssaki

BEZPŁATNE

badanie słuchu, laryngolog-konsultacje
porady i konsultacje pielęgniarki stomijnej

ZAPRASZAMY:

www.stymat.pl

stymat.radom@vp.pl

Pon. - Czw. 9 - 17,

Pt. 9 - 16,

So. 9 - 13

Do wynajęcia pomieszczenia
na działalność medyczną
w budynku
przy ul. Lekarskiej 2a
w Radomiu

tel. 601 275 742



SKLEPY MEDYCZNE

P.H.U. Dental-Med

- Sprzęt ortopedyczny i rehabilitacyjny, wózki, kule
- Ciśnieniomierze, protezy piersi, inhalatory, lampy solux, masażery
- Poduszki i materace przeciwdleżynowe, poduszki ortopedyczne
- Cewniki zewnętrzne i wewnętrzne, stomia, pieluchomajtki
- Środki do dezynfekcji, obuwie i odzież medyczna
- Igły i dreny do pomp insulinowych



REFUNDACJA NARODOWEGO FUNDUSZA ZDROWIA

Realizujemy wnioski na pieluchomajtki, worki stomijne, przedmioty ortopedyczne

WYPOŻYCZAMY SPRZĘT REHABILITACYJNY

- Łóżka rehabilitacyjne sterowane elektrycznie
- Wózki inwalidzkie
- Koncentratory tlenu
- Ssaki elektryczne
- Stoły do pionizacji
- Balkoniki, kule itp.



Sprzęt rehabilitacyjny dostarczamy
na miejsce po uzgodnieniu telefonicznym

KOZIENICE

ul. 15 Stycznia 2
pn-pt 8-17, sob. 10-14
tel. 48 611 00 35, 507 396 173

WARKA

ul. Lotników 2 (przy rynku)
pn-pt 9-17,
tel. 48 667 40 47, 505 197 202

ZWOLEŃ

al. Pokoju 5 (przychodnia SPZOZ)
pn-pt 8-16,
tel. 512 476 285

LIPSKO

ul. 1 Maja 16a (przy dworcu PKS)
pn-pt 8-16,
tel. 48 378 12 63, 512 033 367

Szczegółowy harmonogram spotkań w ramach Światowych Dni Młodzieży w Radomiu 20-25.07.2016 r.



**Lada dzień
rozpoczniemy
d ł u g o
wyczekiwane
Dni w diecezji!**

Do wielu

**parafii w diecezji radomskiej przyjedzie
1400 pielgrzymów z kilkunastu krajów.**

**Przygotowaliśmy dla nich wiele
atrakcji - od wycieczki do stolicy przez
pielgrzymowanie po sobotni Mundial
ŚDM, projekt Posmakuj Polski i Apel
Młodych. Będzie się działo!**

Dni w diecezji zakończą się
w poniedziałek, 25 lipca, kiedy to o 19:22
odjedzie pierwszy pociąg do Krakowa na
ŚDM :)

PEŁNY PROGRAM DNI W DIECEZJI RADOMSKIEJ

20 lipca, środa

Tego dnia w parafiach, które
przyjmują pielgrzymów odbędą się
powitania i Msze Święte

21 lipca, czwartek

Tego dnia pielgrzymi i wolontariusze
wyjeżdżają na wycieczki krajoznawcze.

--> RADOM, PRZYSUCHA, ZWOLEŃ - do
Warszawy

--> RADOM, KOZIENICE - do Puszczy
Kozienickiej (Królewskie Źródła)

--> SKARŻYSKO - po spotkaniu w MCK
i Muzeum Orła Białego - wyjazd do
Wąchocka

--> STARACHOWICE - wyjazd na Święty
Krzyż i do Wąchocka

22 lipca, piątek

Tego dnia pielgrzymujemy z gośćmi
za granicę do sanktuariów, a wieczorem
odbędzie się Festiwal Narodów.

--> RADOM - dojazd do Taczowa, stamtąd
pielgrzymka do Błotnicy.

Więcej info <http://www.diecezja.radom.pl/home-mainmenu-1/czytelnia/112-sdm/4181-sdm-dwd-pielgrzymki>

Wieczorem: Festiwal Narodów na scenach
w pobliżu deptaka (Pl. Jagielloński,

Żeromskiego, Park Kościuszki)

--> KOZIENICE, ZWOLEŃ - dojazd do
Gniewoszowa, stamtąd pielgrzymka do
Wysokiego Koła.

Wieczorem w Zwoleń - na Pl.
Kochanowskiego - Festiwal Narodów
i degustacja regionalnych potraw

--> PRZYSUCHA - po Mszy o godz. 8 w
Drzewicy - wyjście do Studzianny. Tam

również wieczorem - Festiwal Narodów

--> SKARŻYSKO - pielgrzymka autokarowa
na Święty Krzyż. Wieczorem - rekreacja na
hali sportowej

--> STARACHOWICE - pielgrzymka piesza
do Kałkowa.

Wieczorem - od godz. 19 na Pl. Pod
Skałkami - Festiwal Narodów

23 lipca, sobota

Tego dnia wszyscy pielgrzymi
przyjeżdżają do Radomia.

* 10:00-12:00 - Hala MOSiR, ul.
Narutowicza - Mundial ŚDM - rozgrywki
sportowe młodzieży

* 10:00-13:00 - różne miejsca Radomia
- Ścieżki turystyczne - 1400 m historii
Radomia-Szlaki turystyczne z udziałem
grup rekonstrukcyjnych. Przygotowują
je: harcerze ZHP (Bartosz Bednarczyk),
wolontariusze „Arki”. Trasa: Fara - Kościół

Św. Jana - Rynek Starego Miasta - ul.
Staromiejska - Plac Starego Miasta - ul. Św.

Wacława - Piotrków

* od godziny 10 - przed radomską Katedrą
- Gry terenowe ŚDM przygotowane przez
ZHR.

*13:00-16:00 - Muzeum Wsi Radomskiej
- Posmakuj Polski. Degustacja potraw
regionalnych, nauka tańców, występy
zespołów ludowych. WSTĘP WOLNY
dla każdego chętnego. Chęć udziału
w spotkaniu należy zgłosić do 15 lipca
swojemu księdzu Proboszczowi

*17:00-18:00 - ul. Żeromskiego (przed
Urzędem Miejskim) - Polonez na 1000 par

*18:00-21:00 - Pl. Jagielloński - Apel
Młodych - <https://web.facebook.com/events/628359840646950/>

24 lipca, niedziela

Tego dnia pielgrzymi spędzają czas
z goszczącymi ich rodzinami.

* W Kozienicach wspólna Msza Święta
o godzinie 12 (dwujęzyczna). O godz. 13

przyjście do Klasztoru Sióstr Franciszkanek
od cierpiących i zwiedzanie Izby Pamięci

Sługi Bożej Matki Kazimierzy Gruszczyńskiej.
Godzina 20 - Apel Jasnogórski.

25 lipca, poniedziałek

Tego dnia wszyscy nasi goście
wyjeżdżają do Krakowa na spotkanie
z papieżem.

--> Pociąg specjalny wyjedzie z dworca
radomskiego o godzinie 19:22

* W KOZIENICACH między 12 a 14 odbędą
się warsztaty z rękodzieł w Muzeum Ziemi
Kozienickiej

* W PRZYSUSZE - wspólna Msza oraz
śniadanie przygotowane przez Koło
Gospodyń Wiejskich

* W SKARŻYSKU KOŚCIELNYM - wspólna
Msza Święta o 10:30, a o 15 - grill

Źródło: https://web.facebook.com/RadomSDM?_rd

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

PIELGRZYMKA SŁUŻBY ZDROWIA DO WŁOCH

18 - 26 września 2016 (9 dni)

W programie:

Rzym - Asyż - San Giovanni Rotondo - Lanciano

Monte Cassino - Wenecja

Cena: 500 złotych + 300 euro

Świadczenia w cenie podstawowej

7 noclegów (w 2,3,4 osobowych pokojach), Śniadania (7) i obiadokolacje (8).

Przejazd komfortowym autokarem wyposażonym w klimatyzację.

Ubezpieczenie, opieka duchowa.

Bilety wstępu do zwiedzanych miejsc + bilet na rejs statkiem

Opiekunowie pielgrzymki:

Ks. Krzysztof Dukielski - Diecezjalny Duszpasterz Służby Zdrowia

Ks. Marcin Sajnog



Zapisy do wyczerania miejsc - tel. 505045980

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

A/0007

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

fit

APTEKA

**CZYNNA
CAŁODOBOWO
7 DNI
W TYGODNIU
ul. Traugutta 1a**

ul. Tochtermana 1
Pon-pt 8-20
Sob 8-15

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

A/0004

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
COSMEDICA
EXTRA!**

Mazowiecki Szpital Specjalistyczny
Radom, ul. J. Aleksandrowicza 5

Pon. - pt.: 7⁰⁰ - 18⁰⁰
Sob.: 8⁰⁰ - 14⁰⁰

A/0568

APTEKA

Radostaw Pawlik
mgr farm.

tel.: 48 36 47 101

A/0131

Radom
ul. Warszawska 4
Pon-Pt 8:00 - 19:00
Sob 8:00 - 14:00

 **apteka**

A/0634

CZYNNA
poniedziałek - piątek 8 - 20
sobota 7 - 16



48 380 35 93

Apteka w rhm
radomskie hale mięsne

Radom ul. Wernera 10a