09/2016 (nr 250)

www.zdrowko.com

ZDRÓWKO

INFORMATOR BEZPŁATNY

Pracowity i piękny polski wrzesień

Początek roku szkolnego a co za tym idzie układanie planów i zajęc dodatkowych naszych dzieci. Prace na polach w ogrodach i sadach. To teraz głównie zajęcia polaków.

A pogoda nadal wakacyjna. Słoneczne wręcz upalne dni a także, wprawdzie już chłodne, ale jakże piękne bo z rozgwieżdżonym niebem wieczory to uroki polskiego września.

Oby to był dobry i owocny miesiąc.

Z.G.

foto. Magda Skrok.

ARTYKUŁY:

Mikropigmentacja medyczna

Czytaj na stronie 4.

Polscy naukowcy uchronią pszczoły

Czytaj na stronie 6.

Bogactwo natury – jarzębina

Czytaj na stronie 8.

Pracownicy medyczni apelują o wzrost nakładów na zdrowie

Czytaj na stronie 12

Przełom w rehabilitacji ręki spastycznej!

Czytaj na stronie 14.

Żywy pomnik Jana Pawła II

Czytaj na stronie 17.

Cztery sposoby na długowieczność

Czytaj na stronie 18.

Optymista narażony na depresję? Naukowcy już wiedzą

Czytaj na stronie 22.

AD/0272

Biuro Obsługi Działalności Medycznej s.c.

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

UWAGA: przeniesione z ul.Granicznej

Gwarantujemy fachową i miłą obsługę

Możliwość skorzystania z porad prawnych

Oferuje usługi dla podmiotów prowadzących działalność medyczną :

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

5950/7

SPIS OGŁOSZEŃ

LEKARZE SPECJALIŚCI

Alergologia – str. 10
Chirurgia – str. 19, 20
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, 9
Nefrologia – str. 15
Okulistyka – str. 23
Onkologia – str. 4, 19, 13
Ortopedia – str. 13
Pediatria – str. 13
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,

MEDYCYNA 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

PRACOWNIA USG

www.usgradom.pl

USG 3D/4 DOPPLER COLOR
zdjęcia, nagrania DVD

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

ZAPRASZAMY

Radom, ul.Sienkiewicza 32

od poniedziałku do piątku

tel. ***48 3626058***

B/0142

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
analityki 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

KARDIOLOG

Lek. med. Grzegorz Rak

Kozienice,
Spółdzielnia Inwalidów
ul. Lubelska 69a,

Środy w godz.
16,30 - 18

tel. 602 665 828

K/0070

PRYWATNA PORADNIA KARDIOLOGICZNA

Magdalena Poterała
Kardiolog, Specjalista chorób wewnętrznych

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

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

K/0589

MIKROPIGMENTACJA MEDYCZNA

MIKROPIGMENTACJA SKÓRY GŁOWY

Z problemem nadmiernego wypadania włosów boryka się 40 % kobiet i 70% mężczyzn. W 90% jest to łysienie androgenowe, które polega na obkurczaniu się mieszków włosowych czego skutkiem jest opóźniony proces produkcji zdrowych włosów, a w rezultacie jest całkowicie zahamowany.

Bezpośrednią przyczyną choroby jest genetyczna nadwrażliwość na pochodną hormonu testosteronu czyli dihydrotestosteron. Za inne przyczyny podaje się zbytnie napięcie mięśniowe skóry głowy, a także stosowanie leków i preparatów manipulujących gospodarką hormonalną. Palenie tytoniu oraz silny stres ma znaczący wpływ na rozwój choroby.

W przypadku kobiet łysienie jest równomierne na całej powierzchni skóry głowy, z czasem włosy stają się coraz rzadsze. W przeciwieństwie do kobiet, łysienie u mężczyzn

na początku widoczne jest na zakolach, stopniowo łączy się z łysiną na czubku, później wypadają kolejne włosy. W zaawansowanym stadium łysienia androgenowego skóra głowy jest całkowicie pozbawiona owłosienia.

Osoby dotknięte tym problemem często sięgają po preparaty i kosmetyki mające poprawić stan włosów, jednak szybko okazuje się, że efekty działań są słabe bądź zupełnie niewidoczne.

Tak zwane łysienie plackowate (alopecja) dotyczy 2% pacjentów zgłaszających się do dermatologa. Polega ono na przejściowych lub stałych ogniskach wyłysienia, najczęściej w okresie dzieciństwa lub w młodym wieku. Postęp choroby może doprowadzić do całkowitej utraty owłosienia skóry głowy, brwi, rzęs i pozostałych miejsc na ciele.

Nasza Klinika zajmuje się mikropigmentacją medyczną, która pomaga rozwiązać skomplikowane problemy estetyczne, takie jak:

-rekonstrukcja brodawki piersiowej – po

Lek. 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 12.00

badania 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

K/0102

M. JANIK - PODGÓRSKA
ORTO-LIVE

specjalista chorób wewnętrznych
lek. med. Andrzej Jonak

ENDOKRYNOLOG

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

E/0069

SPECJALISTYCZNE GABINETY LEKARSKIE
GERmed
26-600 Radom, ul. F.Focha 14, I piętro

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

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

• ECHO SERCA
• HOLTER EKG
12 kanałowy
• HOLTER ciśnieniowy
• TESTY WYSIŁKOWE
• USG TARCZYCY
• BIOPSJE

Kompleksowa opieka lekarska

K/0070

Diagnostyka i leczenie zaburzeń rytmu serca
dr n. med. Piotr Lodziński
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

K/0552

PRYWATNY GABINET KARDIOLOGICZNY

lek. PAWEŁ ŚWIGOŃ
specjalista chorób wewnętrznych
kardiolog

zapisy: tel.: 501 286 071
Przyjęcia
wtorek 15.30-17.00

Radom ul. Chrobrego 54, lok. 6

K/0528

mastektomii, bielactwie lub operacjach plastycznych,

-łysienie androgenowe,

-łysienie plackowate,

-utrata włosów po przebytej chorobie, kuracjach hormonalnych, problemami z tarczycą,

-blizny w wyniku wycięcia stripów lub skóry do transplantacji włosów,

-nierówności na skórze po nieudanym przeszczepie,

- blizny po operacjach i urazach,

-bielactwo,

-makijaż permanentny- rekonstrukcyjny.

Zabieg mikropigmentacji skóry głowy ma na celu poprawę wyglądu i samopoczucia tych, którzy nie chcą bądź nie są w stanie zaakceptować procesów łysienia i przerzedzenia włosów. Ma nieocenione znaczenie w powrocie do zdrowia po przebytych schorzeniach, a także odzyskanie radości życia i wiary w siebie.

Najczęściej zabieg wykonuje się na zakolach oraz szczycie głowy. Można również objąć całą powierzchnię głowy. Świeżo wprowadzony barwnik jest zazwyczaj ciemniejszy lecz po około tygodniu wyłuszcza się na jaśniejszy odcień.

Podczas konsultacji szczegółowo uzgadniamy z klientem kształt linii frontalnej, może być zaokrąglona lub trójkątna. Ważne, aby uzyskać efekt rozmycia a nie prostej linii.

Niezwykle istotne jest umiejętne rozprowadzenie pigmentu tak, aby miejsce pigmentowane nie odróżniało się od owłosionej skóry głowy. Bardzo ważnym aspektem jest rodzaj pigmentu. Są to preparaty najwyższej jakości, cząsteczka jest tak skonstruowana aby nie tworzyła plam w skórze.

Istnieje możliwość optycznego zagęszczenia włosów długich lub półdługich. Jasną skórę, która prześwituje możemy zapigmentować tworząc cień. Mikroukłucia poprawiają ukrwienie skóry głowy, tym samym stymulują wzrost nowych włosów.

Zabieg mikropigmentacji skóry głowy możemy również wykonać w przypadku blizn po operacyjnych , wycięcia stripów lub skóry. Jednak wcześniejszym zabiegiem jest Skin Needling. Zazwyczaj blizny są czerwone i przerośnięte Jest to terapia rozluźniająca i regenerująca, a w efekcie zmniejszająca bliznę. Całkowicie bezpieczna. Pracujemy tylko na powierzchni blizny. Naszym celem jest wygładzenie przerośniętych włókien.

Następnym etapem jest kamuflaż. Zabieg ten polega na rozjaśnieniu „pomalowaniu" blizny na kolor skóry. Tak by blizna stała się w miarę możliwości jak najmniej widoczna.

Ze względu na bezpieczeństwo zdrowia i efektu końcowego zabiegu nie wykonuje się osobom z chorobami takimi jak łojotok, łuszczyca, stany zapalne i grzybica skóry, atopowe zapalenie skóry, skóra bardzo unaczyniona, nowotwór skóry.

Mikropigmentacja w bezpieczny sposób kamufluje problem łysienia i nie wywołuje niepożądanych efektów ubocznych ze względu na antyalergiczny skład pigmentu. Ogromnym atutem zabiegu jest natychmiastowo widoczny rezultat!

Dokładne określenie czasu utrzymania się pigmentu jest niemożliwe, ponieważ zależy od indywidualnych preferencji skóry i jej zdolności do utrzymania barwnika. Ważnym jest aby pamiętać, że do mikropigmentacji nie używa się pigmentów stosowanych przy tworzeniu tatuaży, ponieważ nie wyłuszczają się i po aplikacji powstają na skórze nieestetyczne plamy.

Minimalny czas trwałości zabiegu to około 1.5 roku, natomiast może utrzymać się nawet do 5 lat.

Zależy nam na uzyskaniu delikatnego i naturalnego efektu końcowego. Stuprocentowe zadowolenie dla klienta i jednocześnie ..... niezauważalna zmiana dla otoczenia.

Anna Jaskulska

Masz problem z transportem chorego? Zadzwoń do nas!
PRYWATNY TRANSPORT MEDYCZNY
519 179 707
515 341 100
deltamed
transport-ratownictwo medyczne
z domu do szpitala, na konsultacje lekarskie, na badania i zabiegi rehabilitacyjne, na komisję ZUS, do sanatorium, dentysty, urzędów, banków, sądów, na wybory
Y/0574
Radom, ul. Żeromskiego 94 www.deltamed.com.pl
DELTAMED UCZESTNICZY W PROGRAMIE „RADOMSKA KARTA SENIORA"

APTEKA OSIEDLOWA
tel. 48 332 07 29
PON - PT 7:30 - 20:00
SOBOTA 8:00 - 13:00
OSIEDLOWA 9
W BUDYNKU POLMEDIC'U
A/0036

HAIR&BEAUTY CLINIC Centrum Pomocy
KLINIKA WŁOSÓW
• NIECHIRURGICZNE PRZESZCZEPY WŁOSÓW
• PERUKI NATURALNE I SYNTETYCZNE
• BADANIA PIERWIASTKOWE WŁOSÓW
• PRACOWNIA PERUKARSKA
• SKUP WŁOSÓW
• GABINET FRYZJERSKI
ZAPEWNIAMY KOMFORT, DYSKRECJĘ I INTYMNOŚĆ OFEROWANYCH USŁUG
tel. 798 800 207
hairbeautyclinic.pl

HAIR&BEAUTY CLINIC Centrum Pomocy
KLINIKA MICROPIGMENTACJI MEDYCZNEJ
• ŁYSIENIE ANDROGENOWE
• BRODAWKI PIERSIOWEJ
• ŁYSIENIE PLACKOWATE
• TUSZOWANIE BLIZN
• KAMUFLAŻ BIELACTWA
• REKONSTRUKCJA CZERWIENI UST PRZY ZAJĘCZEJ WARDZE
• MAKIJAŻ PERMANENTNY BRWI, OCZU, UST
ZAPEWNIAMY KOMFORT, DYSKRECJĘ I INTYMNOŚĆ OFEROWANYCH USŁUG
tel. 798 800 207
hairbeautyclinic.pl

HAIR&BEAUTY CLINIC Centrum Pomocy
KLINIKA DLA AMAZONEK
• PROTEZY PIERSI
• BIELIZNA POOPERACYJNA I W TRAKCIE REKONWALESCENCJI
• KOSTIUMY KĄPIELOWE
• ODZIEŻ SPORTOWA
• AKCESORIA
• KOSMETYKI NATURALNE
• GABINET MASAŻU - D. LIMFATYCZNY
• GABINET KOSMETYCZNY
ZAPEWNIAMY KOMFORT, DYSKRECJĘ I INTYMNOŚĆ OFEROWANYCH USŁUG
tel. 798 800 207
hairbeautyclinic.pl
AA/0648

GABINET REHABILITACJI
Fizjosfera
Radom ul. Kilińskiego 15/17
w podwórzu Domu Rzemiosła

R/0619
Wykwalifikowani terapeuci, bezpłatne konsultacje
tel. 733 390 190
www.fizjosfera.net, e-mail: fizjosfera@wp.pl

Polscy naukowcy uchronią pszczoły

Polacy opracowali skuteczny i bezpieczny dla środowiska lek dla pszczół. Chcą go teraz wprowadzić na rynek – pisze „Puls Biznesu".

Wymieranie pszczoły miodowej to zjawisko rozprzestrzeniające się na skalę globalną. Powodów jest kilka, najważniejsze to stosowanie przez człowieka nadmiernej ilości pestycydów, przejście rolnictwa na tzw. monokultury, czyli wieloletnie uprawianie na danym terenie jednego gatunku roślin, co zmniejsza dostęp owadów do różnorodnych składników odżywczych, a także choroby, w tym nosemoza (choroba sporowcowa).

Wieloletnie prace badawcze nad zachorowalnością pszczół prowadził zespół naukowców z Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie (UMCS) wspólnie z badaczami z Uniwersytetu Przyrodniczego, również w Lublinie, oraz Uniwersytetu Jagiellońskiego w Krakowie. W efekcie odkryta została nowa kombinacja ekstraktów, która pomaga w walce z nosemozą. Jak zapewniają jej twórcy, bazuje ona na naturalnych składnikach i jest całkowicie bezpieczna dla pszczół, środowiska naturalnego i dla człowieka.

Źródło: Deon.pl

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 - ELEKTROTERAPIA

Y/0520
Dyrektor Samodzielnego Wojewódzkiego Publicznego Zespołu Zakładów Psychiatrycznej Opieki Zdrowotnej w Radomiu, ul. Krychnowicka 1, zatrudni:

☞ Lekarza specjalistę w dziedzinie: rehabilitacji lub rehabilitacji ogólnej lub balneologii, lub medycyny fizykalnej lub lekarza chcącego specjalizować się w/w. wymienionych dziedzinach
☞ Lekarza specjalistę w dziedzinie chorób wewnętrznych, lekarza specjalistę w dziedzinie neurologii,
☞ Lekarza ze specjalizacją I stopnia w dziedzinie rehabilitacji w chorobach narządu ruchu lub rehabilitacji ogólnej lub rehabilitacji lub rehabilitacji medycznej lub medycyny fizykalnej lub balneoklimatologii,
☞ Lekarza w trakcie specjalizacji w dziedzinie rehabilitacji medycznej lub balneologii i medycyny fizykalnej.

Informacje: tel.: 48 332 45 16

RADOMSKIE TOWARZYSTWO DOBROCZYNNOŚCI
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. 8-9[15]
tel. 0 515 176 236
świadczy bezpłatne usługi w ramach
NFZ
w zakresie pielęgniarskiej opieki długoterminowej w domu chorego
UWAGA!
Zapraszamy do nowej siedziby
ul. Czachowskiego 42
http://www.rtd.radom.pl/
P/0363

NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKUŃCZO LECZNICZY W STARYM GOŹDZIE
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 poszpitalne.
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.

tel. 606 698 772,
www.zoljasmin.pl,
biuro@zoljasmin.pl
Ośrodek posiada rejestrację w Księdze Rejestrowej Mazowieckiego Urzędu Wojewódzkiego pod numerem 000000137562.
I/0583

MEDICON
PRZYCHODNIA & SZPITAL

Od poniedziałku do piątku od 7^{00} do 18^{00} www.medicon.com.pl
Realizujemy bezpłatne usługi medyczne w ramach **NFZ**
oraz prywatnie

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**

Z/0073

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

w centrum Radomia
pow. 116 m²

Więcej informacji pod numerem
tel. 509 158 081

Y/0496

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 celluit, 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

DOM OPIEKI POD ZŁOTYM DĘBEM

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

Dom oferuje również pielęgnacyjne pobyty poszpitalne.

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

I/0522

Bogactwo natury – jarzębina

Jarzębina ceniona jest za dużą zawartość witaminy C, kwasów organicznych i antocyjanów. Stosowana jest w leczeniu chorób nerek i wątroby. Potwierdzone jest jej działanie przeciwzapalne.

Zazwyczaj zwracamy uwagę tylko na walory dekoracyjne dzikich owoców: z jarzębinydzieci robią korale i jesienne bukiety. Nawet jeśli wiemy, które z owoców są jadalne, to nie mamy pojęcia, jak je przyrządzać. Tymczasem są one wyjątkowo wartościowe.

Jarzębina obfituje w witaminy, zwłaszcza C. Medycyna ludowa od stuleci wykorzystuje jej zdrowotne właściwości. Dzikie owoce zbierajmy za miastem, w miejscach oddalonych od zakładów przemysłowych i ruchliwych szos. Zwracajmy uwagę, by nie były przejrzałe lub mokre, bo takie łatwo pleśnieją. Owoce dziko rosnące zazwyczaj nie nadają się do jedzenia na surowo, ale można z nich zrobić przetwory.

Owoce jarzębu, znanego, powszechnie rosnącego u nas drzewa, są ozdobą jesiennego krajobrazu. Koralowe, kuliste

owoce to doskonałe źródło witaminy C (35–45 mg w 100 g, czyli mniej więcej tyle, co w cytrusach) i beta-karotenu. Zawierają też witaminy z grupy B, PP i K, potas, sód, magnez i miedź. Mają też kwasy organiczne, antocyjany, flawonoidy, garbniki, pektyny i cukry.

Nie jedz jarzębiny na surowo!

Z powodu dużej zawartości sorbiny, powodującej gorzki i cierpki smak owoców jarzębiny, nie jada się ich na surowo. Co więcej, kwas parasorbinowy jest wręcz trujący. Wywołać może zatrucie pokarmowe, objawiające się biegunką i wymiotami.

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
N/0119

SPECJALISTYCZNY GABINET NEUROLOGICZNY
lek.med. Ewa Dudzińska
specjalista neurolog
PRZYJMUJE:
poniedziałki16 -18
Centrum Medyczne MEDJana
Radom, ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)
wtorki 16 -18
Przysucha, ul. Warszawska 25
tel. 0606731821
N/0316

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
N/0459

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
N/0591

GABINET NEUROLOGICZNY
Radom, ul.KellesKrauza 32
poniedziałek 16-17
Marina Chojnacka
neurolog
604 994 824
tel.pryw. 48 384 89 04
N/0247

GABINET LEKARSKI NEUROLOGICZNY
Dr n. med. KRZYSZTOF NADGRODKIEWICZ
specjalista neurolog
Radom, ul. Żeromskiego 65
pokój 107
zapisy pon. - pt. 8 - 17
tel. 697060807
przyjmuje:
poniedziałki i środy
od godziny 17
N/0387

Gabinet Neurologiczny
i Leczenia Zaburzeń Pamięci
lek. specjalista. neurolog
Beata Topolska- Kordys
przyjmuje
Radom ul Klonowica 10/12
w środy od 14-16
zapisy telefoniczne
od pon-piąt od 15-17
tel. 603-055-125
N/0503

N/0415
Pracownia EMG
spec. neurolog Grzegorz Jurkiewicz
telefoniczna rejestracja pacjentów codziennie w godzinach 14 - 20
tel. 694 364 364
Radom, ul. Witolda 7 lokal 1.03 „Pawilony Rosa" NZOZ MAX-MED
Grójec, ul. P. Skargi 10, gab. 159 PCMG
Ostrowiec Świętokrzyski, ul. Kopernika 14 gab. 113 NZOZ NOVOMED

USG
dr n.med. Jarosław Więckowski
specjalista radiodiagnostyki
BADANIA: jamy brzusznej, tarczycy, piersi, prostaty, przezciemiączkowe, stawów biodrowych, kolanowych, kolor doppler i inne
BIOPSJE: gruczołów piersiowych, tarczycy, prostaty
Radom, ul.Żeromskiego 64
tel. 48 364-22-66
695434813
Nowy Aparat VOLUSON 730
B/0335

Dopiero po obróbce jarzębina nadaje się do spożycia. Przyrządza się z niej herbatki, dżemy (podawane do tłustych mięs), wódki (np. jarzębiak) i likiery.

Uwaga! Owoce zbierane po przymrozkach są mniej gorzkie.

Źródło: www.poradnikzdrowie.pl

Agnieszka Rogozińska
specjalista neurolog
Przyjmuje w czwartki od 17.00
Radom, ul. Bernardyńska 3A
CENTRUM BERNARDYŃSKA
511 511 234
48 386 95 00
N/0647

B/0602
Panoramica 3D
pracownia radiologiczna
Wykonujemy zdjęcia:
pantomograficzne
cefalometryczne
zatok
Tomografia najwyższej precyzji i najniższej dawki promieniowania
Tomografia zatok i dróg oddechowych w obszarze głowy
Tomografia CBCT dla stomatologii i laryngologii.
www.panoramica.pl
26-600 Radom, ul. Okulickiego 48
tel. +48 48 679 61 71

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

PRZYCHODNIA WETERYNARYJNA
VetCare
+48 627 81 81
www.vetcareradom.pl
USG i RTG
system radiografii cyfrowej
diagnostyka laboratoryjna
stomatologia / profilaktyka / chirurgia
PON.-PT. 9^{00}-20^{00}/SOB.10^{00}-14^{00}
ND. 10^{00}-12^{00}
ul. Rapackiego 12 lok U6
W/0632

Gabinet Weterynaryjny
PROVET
Radom, ul. Policka 2
zapraszam
pon.-pt. 10-18, sob. 10-14,
niedziela po wcześniejszym umówieniu
tel. 692 565 529
lekarz weterynarii
Katarzyna Zwierzchowska
specjalista chorób psów i kotów
W/0626

PSYCHIATRIA www.zdrowko.com

GINEKOLOGIA www.zdrowko.com

GINEKOLOGIA www.zdrowko.com

GINEKOLOGIA www.zdrowko.com

SPECJALISTYCZNY GABINET PSYCHIATRYCZNY

Leczenie zaburzeń nerwicowych, depresji i psychoz.

Agata Nowakowska
lekarz specjalista psychiatra
tel: **506 472 466**

Robert Nowakowski
lekarz specjalista psychiatra
tel: **502 258 348**

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

S/0308

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

Katarzyna Molendowska

specjalista psychiatra
psychoterapeuta

Przychodnia "Zamłynie"
Radom ul. Klonowica 10/12

również
WIZYTY DOMOWE

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

S/0573

ADAM KRAJEWSKI

specjalista 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

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

GABINET LEKARSKI

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

lek.med. Anna Kucharska
specj. ginekolog-położnik, endokrynolog
PRZYJMUJE :
codziennie 9-12
pon. 16-17, śr., pt. 17-19
tel. **603795797**

lek.med. Paweł Kucharski
specj. ginekolog-położnik
PRZYJMUJE :
pon.-czw. 17.00-19.00
codziennie 11.30-14.00
tel. **603688711**

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

G/0343

AB/0136

www.wromed.pl

WROMED

PRAKTYKA LEKARSKA

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

lek. med. ***Sławomir Wróblewski***
specjalista ginekolog-położnik
ENDOKRYNOLOG
szczepienia przeciwko rakowi szyjki macicy

lek. med. ***Iwona Wróblewska***
specjalista chorób wewnętrznych
ENDOKRYNOLOG
lekarz medycyny estetycznej

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

Badania USG
- gruczoły piersiowe
- ginekologia i położnictwo 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 permamentny**

Laserowe usuwanie tkanki tłuszczowej
i modelowanie sylwetki Laser SlimLipo 3D

"AGAMED"

CENTRUM MEDYCZNE

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

STOMATOLOGIA
lek. stom. **Czubak Przemysław**
lek. stom. **Domańska Bożena**
lek. stom. **Chrzanowska Joanna**
RTG zębów
protetyka, wybielanie zębów

GINEKOLOGIA
specj. ginekolog **Metrzelski Ireneusz**
USG USG USG USG USG USG USG

INTERNA
MEDYCYNA PRACY
badania wstępne i okresowe
Pytel Anna
lek. chorób wewnętrznych, specj. medycyny pracy

PRYWATNE POGOTOWIE STOMATOLOGICZNE
w soboty i niedziele w godz. 8^{00}-21^{00}

Y/0156

G/0526

Ginekolog - położnik

Małgorzata Hejnar - Szczerbińska

Radom, ul Szewska 5
tel.: 602 288 359, 48 363 15 52

USG

Radomskie Centrum Onkologii

REJESTRACJA: 48 377 90 20
MAIL: rejestracja@onkologiaradom.pl
GODZINY OTWARCIA PORADNI: 8.00-20.00
ul. Uniwersytecka 6, 26-600 Radom

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

RADOMSKIE CENTRUM ONKOLOGII www.zdrowko.com
ZDROWIE www.zdrowko.com
RÓŻNE www.zdrowko.com
RÓŻNE www.zdrowko.com

Z/0590
CENTRUM BERNARDYŃSKA
LEKARZE SPECJALIŚCI
511 511 234
48 386 95 00
Radom, ul. Bernardyńska 3A,
26-600 Radom: biuro@centrumbernardynska.pl; www.centrumbernardynska.pl

"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.
AD/0548
tel.kom. 793027097, tel. 48 3602761

Y/0628
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
Niskie ceny do uzgodnienia
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

Pracownicy medyczni apelują o wzrost nakładów na zdrowie

Zwiększenia nakładów na ochronę zdrowia oraz poprawy warunków pracy domagają się pracownicy ochrony zdrowia przed manifestacją zaplanowaną na 24 września. Zapowiedzieli też przygotowanie obywatelskiego projektu ustawy o warunkach zatrudnienia w ochronie zdrowia.

Zgodnie z założeniami reformy przedstawionymi przez ministra zdrowia Konstantego Radziwiłła, środki publiczne na zdrowie od 2018 r. mają być stopniowo zwiększane, tak by do 2025 r. osiągnęły 6 proc. PKB (obecnie jest to 4,38 proc. PKB). Zdaniem Porozumienia Zawodów Medycznych (PZM) konieczne jest jednak pilne zwiększenie finansowania ochrony zdrowia do 6,8 proc. PKB.

- Upominamy się o właściwą pozycję ochrony zdrowia wśród zadań, które rząd realizuje – mówił przewodniczący Ogólnopolskiego Związku Zawodowego Lekarzy (OZZL) Krzysztof Bukiel podczas poniedziałkowej konferencji prasowej. Zdaniem związkowców potrzebne jest wdrożenie programu „Zdrowie+", którego jednym z założeń byłaby poprawa warunków pracy i zatrudnienia pracowników ochrony zdrowia, a tym samym polepszenie warunków leczenia pacjentów.

- Obserwujemy kolejne programy z sukcesem wdrażane przez rząd i uważamy, że czas na program, który zagwarantuje lepsze warunki pracy, zatrudnienia i leczenia. Wszyscy jesteśmy pacjentami. Polakom należy się leczenie na poziomie europejskim, a pracownikom ochrony zdrowia warunki nieodbiegające od standardów UE – przekonuje PZM.

Związkowcy szacują, że obecnie w Polsce pracuje jedynie połowa potrzebnych pielęgniarek i fizjoterapeutów oraz 75 proc. potrzebnych lekarzy. Wskazują też, że podobny niedobór pracowników jest w niemal wszystkich zawodach medycznych.

PZM poinformował też o toczących się pracach nad obywatelskim projektem ustawy o warunkach zatrudnienia w ochronie zdrowia. Bukiel zapowiedział, że projekt będzie gotowy do 24 września i

Madam
Specjalistyczny Gabinet Podologiczny
Zadbaj o swoje stopy
Odwiedź gabinet podologiczny
- Diagnozowanie
- Profilaktyka
- Pielęgnacja stóp
Pedicure specjalistyczny
Bezpłatne konsultacje
Usuwanie brodawek wirusowych
Usuwanie nadmiernych zrogowaceń
(odcisków, nagniotków, modzeli)
Pielęgnacja pęknięć i rozpadlin
Profilaktyka stopy cukrzycowej
Koreckcja 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
AD/0547

E/0069
M. JANIK - PODGÓRSKA
ORTO-LIVE
specjalista dermatologii i wenerologii
lek. med. Katarzyna Żórawicz
MEDYCYNA 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
AB/0570

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
pod nr. tel. 730 057 062
601 292 087
607 655 008
AG/0635

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

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

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

SODIR
PORADNIE SPECJALISTYCZNE
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
• pedagodzy • surdopedagodzy
• psychologowie • fizjoterapeuta
• terapeuci wczesnego wspomagania rozwoju
SNPP-P prowadzi
WCZESNE WSPOMAGANIE
ROZWOJU DZIECKA
z subwencji oświatowych
WYDAJEMY OPINIE
RESPEKTOWANE W OŚWIACIE,
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, przedwcześnie 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
- szkółka pielęgnacji niemowląt
- szkółka noszenia dzieci w chustach
- integracja sensoryczna
OFERTA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY:
- diagnoza i terapia logopedyczna, pedagogiczna, psychologiczna,
- programy terapeutyczne, programy modyfikacji zachowań niepożądanych, terapia behawioralna,
- trening umiejętności społecznych dla dzieci z zaburzeniami neurorozwojowymi,
- terapia młodzieży z trudnościami w funkcjonowaniu językowym, wsparcie w procesie edukacji, wzmacnianie kompetencji komunikacyjnych, pomoc w przygotowaniu do matury (język polski),
- integracja sensoryczna,
- muzykoterapia,
- terapia ręki.
UWAGA: na wniosek rodzica, rehabilitacja może odbywać się w środowisku rodzinnym.
Zapraszamy: Pon-Pt 8:00 - 20:00, Sob 9:00 - 14:00
Y/0388

podczas manifestacji rozpocznie się zbiórka podpisów.

Zgodnie z zapowiedziami w manifestacji mają wziąć udział m.in. lekarze, pielęgniarki, diagności laboratoryjni, dietetycy, elektroradiolodzy, fizjoterapeuci, ratownicy medyczni, perfuzjoniści, radioterapeuci i psychologowie. Organizatorzy zapewniają, że w związku z manifestacją pracownicy medyczni nie odejdą od łóżek pacjentów.

Manifestacja rozpocznie się w południe 24 września na Placu Zamkowym, następnie protestujący przejdą ulicami stolicy do Placu Konstytucji. - Chcemy pokazać, że warto rozmawiać i nie będzie to wstęp do zakończenia pokojowych negocjacji, a krok ku rozwiązaniu problemów ochrony zdrowia – przekonują organizatorzy.

PZM to koalicja zrzeszająca pracowników ochrony zdrowia, której celem jest poprawa warunków pracy, zatrudnienia i leczenia w Polsce. W jej skład poza OZZL wchodzą, m.in. Ogólnopolski Związek Zawodowy Pielęgniarek i Położnych, Ogólnopolski Związek Zawodowy Pracowników Fizjoterapii, Krajowy Związek Zawodowy Pracowników Ratownictwa Medycznego oraz Krajowy Związek Zawodowy Pracowników Medycznych Laboratoriów Diagnostycznych.

Źródło: Deon.pl

U/0642
CHŁODNA MED
UROLOGIA
dr. R.MOLGA
CHIRURGIA
dr. R.KOZIEŁ
502 166 165
48 331 06 46
www.chlodnamed.pl

Przełom w rehabilitacji ręki spastycznej!

Dynamiczne ortezy Saebo są używane przez ponad 7000 terapeutów z całego świata w ponad 2000 Klinikach Rehabilitacyjnych. Stosuje się je w terapii pacjentów neurologicznych jako standard m.in. w USA, Kanadzie, Japonii, Anglii, Szwajcarii, Norwegii, Australii, Emiratach Arabskich.

W 2008 roku, amerykański Therapy Times przyznał produktom Saebo tytuł "Most Valuable Product" (najbardziej wartościowego produktu terapeutycznego). Ortezy Saebo są używane jako opcja terapii w ponad 1 000 klinikach i szpitalach Stanów Zjednoczonych włączając 22 z 25 najlepszych szpitali neurologicznych według U.S. News & World Report.

W 2016 roku dynamiczne ortezy Saebo otrzymały nagrodę za najbardziej innowacyjne rozwiązania w rehabilitacji neurologicznej na prestiżowych Neurological Rehabilitation Expo w Londynie 2016!

Dzięki rehabilitacji z dynamicznymi ortezami Saebo możliwe staje się ćwiczenie o niespotykanej w innych warunkach intensywności. Właśnie intensywność czyli duża liczba powtórzeń danego ćwiczenia uważana jest za podstawowy czynnik aktywujący proces plastyczności, który decyduje o wycofywaniu się niedowładu i powrocie funkcji.

Fizjoterapia wykorzystująca dynamiczne ortezy to doskonałe uzupełnienie aktualnie stosowanych odziaływań opartych o metody neurofizjologiczne. Likwiduje ograniczenie funkcji chwytnej u chorych ze spastycznością co przekłada się na znaczne zwiększenie zaangażowania pacjenta w rehabilitację swojej ręki i większą stymulację mózgu do odzyskiwania utraconych funkcji.

Dzięki używaniu w rehabilitacji dynamicznych ortez Saebo bardzo efektywnie pobudzamy procesy naprawcze mózgu zwane plastycznością poprzez spełnianie

trzech głównych warunków , które jak udowodniono naukowo ową plastyczność stymulują, są to: intensywność ćwiczeń, ilość powtórzeń, zadaniowość ćwiczeń.

Jakie zalety ma terapia ręki z ortezami dynamicznymi Saebo?

- Włączenie nowych doświadczeń ruchowych
- Duża ilość powtórzeń
- Rozdzielenie pracy kończyny od tułowia
- Wzmocnienie stabilizacji proksymalnej
- Możliwość samodzielnego ćwiczenia ręki z funkcją chwytu
- Zwiększenie zakresu ruchu, siły i kontroli w kończynie
- Poprawa regulacji napięcia mięśniowego
- Rozdzielenie pracy kończyny od tułowia

„ZAWSZE PRZY TOBIE„ Sp.z o.o.
oferuje usługi w zakresie
Hospicjum Domowego dla Dorosłych
bezpłatnie - refundacja NFZ
na obszarze Radomia,
powiatu radomskiego,
przysuskiego i szydłowieckiego.
Pielęgniarska Opieka Długoterminowa w domu chorego
Kontakt telefoniczny całodobowo
nr tel: 517 45 62 21,
501 741 118, 602 772 744
Gwarantujemy opiekę lekarza, pielęgniarki, psychologa, rehabilitanta, księdza oraz bezpłatnie sprzęt medyczny.
P/0516

NZOZ MAR-MED
PIELĘGNIARSKA DŁUGOTERMINOWA OPIEKA DOMOWA
Świadczymy usługi pielęgniarskie w domu pacjenta
BEZPŁATNIE NA PODSTAWIE UMOWY Z NFZ
PRYWATNE USŁUGI PIELĘGNIARSKIE
OPIEKA CAŁODOBOWA
RÓWNIEŻ W SOBOTY I NIEDZIELE
ZGŁOSZENIA TELEFONICZNIE CAŁĄ DOBĘ 509 514 811
P/0536

MOBILNA PIELĘGNIARKA
Specjalistyczne Usługi Pielęgniarskie w Miejscu Wezwania
mgr Paulina Szymańska
ŚWIADCZY USŁUGI:
- iniekcje (zastrzyki) domięśniowe,dożylne, 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
P/0629

NZOZ ESSAMED
Anna Sosińska
www.essamed.pl
Radom, ul. CHROBREGO 54 lok. 7
BEZPŁATNIE NA PODSTAWIE UMOWY Z NFZ
GABINET 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
P/0436

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

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

H/0448

Tel.: 48 383 66 72, 48 383 66 73
poniedziałek-piątek godz. 9^{00} - 17^{00}
Kom.: 608 206 472
www.odwyk.radom.pl

DZIENNY ODDZIAŁ TERAPII DLA OSÓB UZALEŻNIONYCH
PORADNIA LECZENIA UZALEŻNIEŃ

- Wzmocnienie stabilizacji proksymalnej
- Samodzielność w ćwiczeniach ręki z funkcją chwytu
- Wpływ na poprawę kontroli posturalnej
- Poprawa jakości życia
- Motywacja pacjenta
- Częstsze używanie kończyny
- Funkcjonalne i samodzielne zadania bilateralne
- Większa możliwość kontroli poszczególnych segmentów ciała

mgr Jacek Czarnek
specjalista fizjoterapii
tel. 602 660 944
ORTO-LIVE

J/0597

M. JANIK - PODGÓRSKA
ORTO-LIVE

Specjalista fizjoterapii
mgr Jacek Czarnek

FIZJOTERAPIA

Zgłoszenia tel. pn-pt w godz. 9-20.
602 660 944
Radom ul. Lekarska 2A

GABINET PSYCHOTERAPII
mgr Dominika Skupińska - Fila
PSYCHOLOG
terapia, porady i konsultacje dla dzieci, młodzieży i dorosłych
tel. 790 487 439

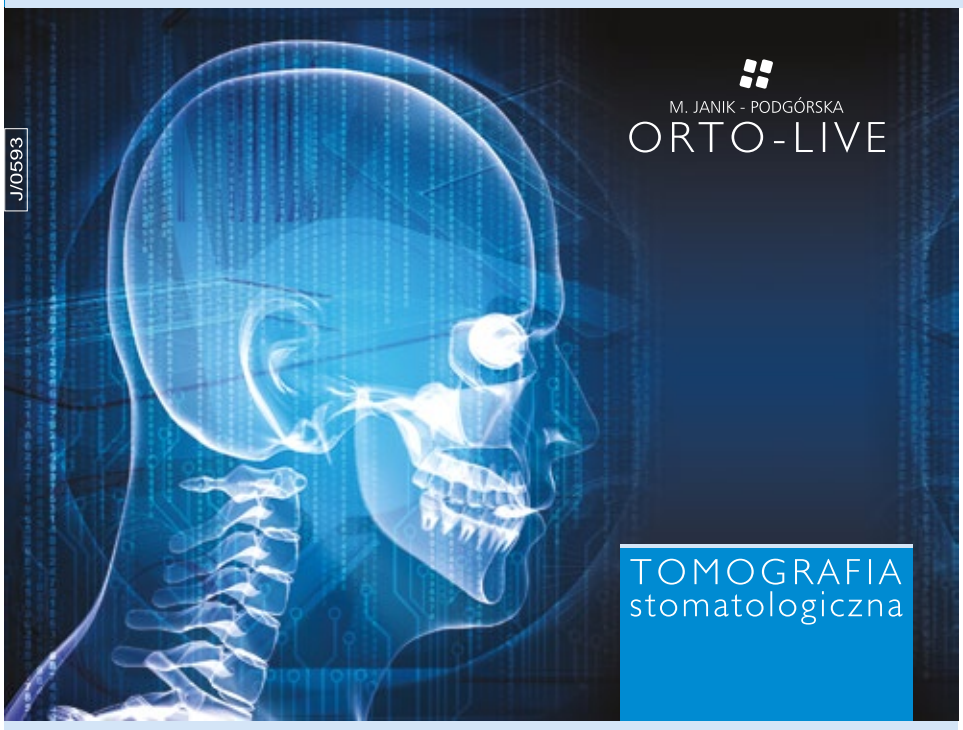
mgr Aleksandra Rajkowska-Szałas
PSYCHOLOG, PSYCHOTERAPEUTA
psychoterapia indywidualna dorosłych, terapia par i małżeństw, pomoc w sytuacji kryzysowej
tel. 510 159 249

H/0638

Halina Łopuszańska
specjalista psychiatra
przyjmuje:
Środa od 16.00
tel. 695 757 775

S/0362

PRACOWNIA RADIOLOGICZNA



J/0593

- Cyfrowe zdjęcia RTG:
  punktowe,
  pantomograficzne,
  cefalometryczne,
  stawów skroniowo-żuchwowych,
  zatok szczękowych
- Badania tomograficzne CBCT
  dla stomatologii
  i laryngologii
- Zdjęcia nosogardla
  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

specjalistyczna pracownia analiz lekarskich
mgr Krystyna Bałdys

LABORATORIUM MEDYCZNE
Radom, ul. Struga 19/21
tel. 48 363 45 66
CZYNNE CODZIENNIE 7 - 17
analizy_lekarskie@baldys-lab.eu

PUNKTY POBRAŃ

Radom, ul. Struga 19/21
codziennie 7-9.30,
sobota 8-9

ul. Czachowskiego 21 a pok 4
(C.M. Medjana)
codziennie 8-10

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

L/0149

więcej na: www.baldys-lab.eu

LABORATORIUM
LAB-MEDIC
mgr LENA KRAJEWSKA
mikrobiolog
L/0046
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
Labquality

Żywy pomnik Jana Pawła II

W Polsce, jak i na świecie, wiele jest różnych fundacji. Może wiele podobnych do siebie, ale jednak każda na swój sposób wyjątkowa. Ta jest taka bez wątpienia, a mowa o Fundacji „Dzieło Nowego Tysiąclecia", która wspomaga rozwój i edukację młodzieży z małych miejscowości, budując jednocześnie „żywy pomnik" Jana Pawła II.

Co czyni ją wyjątkową?

Fundacja z nazwy, a wielka wspólnota troszczących się o siebie ludzi w praktyce. Jej idea narodziła się po pielgrzymce Ojca Świętego Jana Pawła II do Polski w 1999 roku. Fundacja została powołana do życia rok później jako organizacja, której działalność ma upamiętniać pontyfikat Jana Pawła II przez promowanie nauczania Papieża i wspieranie określonych przedsięwzięć społecznych, głównie w dziedzinie edukacji i kultury. Cele Fundacji to wspieranie rozwoju kultury i nauki chrześcijańskiej oraz chrześcijańskich mediów w Polsce, podnoszenie szans edukacyjnych młodzieży z małych miast i wsi oraz upowszechnianie nauczania Papieża Jana Pawła II. Te cele spełniane są każdego dnia, poprzez program stypendialny. Polega on na przyznawaniu stypendiów szczególnie uzdolnionej i jednocześnie ubogiej młodzieży szkolnej. Obecnie programem stypendialnym objętych jest blisko 2500 stypendystów.

Stypendium w Fundacji to nie tylko pieniądze

Podczas każdego Dnia Papieskiego Fundacja zbiera datki na stypendia. Pieniądze trafiają co miesiąc do stypendystów, którzy dzięki nim rozwijają swoje zainteresowania i pasje, ale w wielu przypadkach dzięki tym stypendiom mogą kontynuować edukację w większym mieście. Sami stypendyści nie traktują jednak Fundacji jako zwykłej instytucji, od której co miesiąc otrzymują przelew środków finansowych. Fundacja to dla nich drugi dom, to rodzina, przyjaciele, znajomi – osoby, na które zawsze mogą liczyć. Stypendyści budują „żywy pomnik" Jana Pawła II. W codziennym życiu realizują Jego nauczanie, co nie oznacza jednak, że w każdej chwili mogą z pamięci wyrecytować treść jednej z papieskich encyklik. Nie o to w tym chodzi. Chodzi o świadectwo życia. Stypendyści spotykają się na wspólnych obozach, rekolekcjach, Mszach Świętych, spotkaniach fundacyjnych, ale i na nieoficjalnych wyjściach.

Paulina, stypendystka studiująca w Krakowie, tak wspomina swój pierwszy wyjazd na obóz: – *Pamiętam doskonale swój pierwszy obóz fundacyjny. Bałam się, że nie odnajdę się wśród tylu obcych dla mnie osób. Po przyjeździe przywitały mnie ciepłe uśmiechy opiekunów chętnie oferujących pomoc. Współlokatorki z pokoju również okazały się serdeczne i szybko znalazłyśmy wspólny język. Codzienne Msze Święte skupiały wszystkich stypendystów i skłaniały każdego z nas do duchowych przemyśleń, a także rozważań nad własnym życiem. Zwykle nie poświęcam na to czasu, pośród zabiegania i codziennych obowiązków nie potrafię zatrzymać się choć na chwilę, by zastanowić się nad tym, dokąd zmierzam. Fundacyjny wyjazd dał mi możliwość głębszych przemyśleń nad przyszłością, moją relacją z Bogiem i bliskim ludźmi.*

Zwrócił uwagę na ludzi, którymi się otaczam. Dzisiaj dziękuję Panu, że skierował mnie na ścieżki Fundacji, bo to najlepsze, co mnie spotkało.

Co roku stypendyści organizują Dzień Papieski i wspierają Orszak Trzech Króli. Włączyli się w tym roku w przygotowania do Światowych Dni Młodzieży, realizując przez to swoje pasje i rozwijając umiejętności. Byli wolontariuszami, ale z pieczęcią Jana Pawła II na plecach. *To zobowiązuje!* – potwierdza Kasia, stypendystka z Krakowa, która zaangażowała się w realizację projektu „Młodzi Misjonarze Miłosierdzia". *Święty Jan Paweł II, Święta Faustyna i jeszcze wielu, wielu innych świętych, do których codziennie się modlimy, nawoływało do realizowania uczynków miłosierdzia. Mam wrażenie, że my w dzisiejszych czasach po prostu o tym miłosierdziu zapominamy, a że czas to zmienić, to drużyna młodych misjonarzy postanowiła wziąć sprawy w swoje ręce. Ja jako stypendystka bardzo cieszę się, że przez udział w projekcie mogę realizować słowo, które kierował do nas – młodych - Jan Paweł II.*

Żywy przykład, że wspólnota łączy ludzi

Fundacja łączy, w każdy możliwy do zrozumienia sposób. Stypendyści należą do Fundacji przez cały okres studiów. To jednak nie oznacza, że kiedy kończy się ich przygoda ze studiowaniem, zrywają kontakt nie tylko z uczelnią, ale i z Fundacją. Funkcjonuje bowiem Stowarzyszenie Absolwentów Dzieło, które - jak sama nazwa wskazuje - zrzesza absolwentów Fundacji. Członkowie Stowarzyszenia to młodzi ludzie po studiach wchodzący w dorosłe życie. Połączeni zostali przez program stypendialny oraz poprzez wspólne wartości, które wyznają. Wszystkim członkom Stowarzyszenia szczególnie bliskie jest nauczanie Kościoła Katolickiego oraz Jana Pawła II. Jednym z przykładów ich działania jest znajdujący się na warszawskim Mokotowie punkt przedszkolny „LOLEK", który sami stworzyli od podstaw i który teraz sami prowadzą. Stypendyści – absolwenci w wielu przypadkach są już rodzicami, mają swoje rodziny, swoje życie, w którym miejsca na „Dzieło" nie brak, bo wspólne śluby, wesela, chrzciny to już chyba swego rodzaju tradycja.

PRACOWNIA RADIOLOGICZNA

IMPLANT DENTIST

Radiowizjografia	40 PLN
Pantomogram	60 PLN
Zdjęcia stawów skroniowo-żuchwowych	60 PLN
Tomografia do endodoncji 5x5 cm	110 PLN
Tomografia szczęki lub żuchwy 10 x 5 cm	140 PLN
Tomografia szczęki i żuchwy 10 x 10 cm	200 PLN
Tomografia stawów skroniowo-żuchwowych	100 PLN
Tomografia zatok przynosowych	120 PLN
Tomografia ucha środkowego	120 PLN

Wykształcony personel. Najniższe ceny.

Pracownia radiologiczna IMPLANT DENTIST
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

BADANIA www.zdrowko.com
BADANIA www.zdrowko.com
ZDROWIE www.zdrowko.com
BADANIA www.zdrowko.com
RADIOLOGIA www.zdrowko.com

Y/0631

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

Cztery sprawdzone sposoby na długowieczność

Co pomaga żyć długo i szczęśliwie w dobrym zdrowiu i niezachwianej kondycji? Podpowiadają eksperci.

1. Ogranicz ilość kalorii

Jedną z najskuteczniejszych strategii na przedłużenie sobie życia może być zmniejszenie liczby spożywanych kalorii – mówili uczestnicy debaty o sposobach na długowieczność. Stulatkowie z tzw. niebieskich stref, w których żyje ich najwięcej, jedzą około 1800 kcal dziennie, czyli 20-30 proc. poniżej zapotrzebowania kalorycznego.

O sposobach na zachowanie długowieczności podczas festiwalu Przemiany dyskutowali: badaczka kultury żywieniowej – dr Magdalena Tomaszewska-Bolałek, biolog – dr Barbara Pietrzak oraz dr n. med. Daniel Śliż.

W ostatnich stu latach średnia długość życia człowieka wzrosła o średnio 30 lat. Choć częściowo – jak podkreślała dr Barbara Pietrzak – to efekt zmniejszenia śmiertelności noworodków, to rzeczywiście takiego wydłużenia życia nie było dotąd w całym świecie zwierząt. „Śmiertelność ludzi w czasach przedprzemysłowych była bardziej zbliżona do śmiertelności w populacji innych człowiekowatych, np. szympansa. Poprzez zmiany kulturowe, postęp medycyny interwencyjnej, poprawienie jakości życia, w ciągu kilku – kilkunastu pokoleń pokonaliśmy dłuższą drogę niż wcześniej przez setki czy tysiące lat ewolucji" – mówiła biolog dr Pietrzak.

Nasza pokusa nieustannego wydłużania życia wciąż jednak rośnie, czego efektem są np. kolejne pomysły na zachowanie zdrowia, nowe rodzaje diet i wytyczne żywieniowe. „Tymczasem odpowiedź na pytanie: co jest dla nas dobre, jest zapisana w naszej historii ewolucyjnej. Odkąd udomowiliśmy zwierzęta i zaczęliśmy spożywać mleko, mutacje w naszych genach, pozwalające na trawienie go, pojawiły się przynajmniej dwukrotnie. To, co jest zapisane w genach, wciąż się zmienia, jednak większość naszej historii ewolucyjnej to czasy sprzed rolnictwa. To do tych czasów – w dużej mierze – nasz organizm jest przystosowany" – wyjaśniała dr Pietrzak.

2. Nie przesadzaj z cukrem

Jednym z przykładów trudności, z którymi obecnie musi zmierzyć się nasz organizm, jest zbyt duża ilość cukru, którego dostarczamy sobie każdego dnia. „Badania antropologiczne pokazały, że nasi przodkowie 10 tys. lat temu spożywali 200 gramów cukru na rok. Dzisiaj przeciętn

M/0630

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

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

DK SPECJALISTYCZNA PRAKTYKA LEKARSKA DK
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

ZABIEGI OPERACYJNE:
- usunięcie migdałka gardłowego/adenotomia/
- zmniejszenie migdałków podniebiennych/tonsillotomia/
- usuniecie 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

M/0130

Pracowania Doboru Aparatów Słuchowych
NS ZOZ "Olsztyńska"
Radom ul. Olsztyńska 33a
tel.: 48 3442078, 48 3440329, 666 128195
Zapraszamy od poniedziałku do piątku
w godzinach 9-16
- bezpłatne badanie słuchu
- wkładki uszne
- akcesoria
REFUNDACJA z NFZ
ZAPRASZAMY
tel.: 48 3442078, 48 3440329
M/0382

ZBIGNIEW KUPIS
- specjalista chirurgii ogólnej chirurgii naczyniowej i angiologii
Leczenie przewlekłej niewydolności żylnej i miażdżycy kończyn dolnych:
- Laserowe operacje żylaków kończyn dolnych.
- Laserowe operacje proktologiczne (hemoroidy przetoki).
- Badania - USG Color Doppler.
- Skleroterapia żylaków kończyn dolnych.
- Operacje klasyczne żylaków w ramach NFZ.
- Leczenie przewlekłych owrzodzeń kończyn dolnych.

F/0071

Centrum Medyczne "MedJana"
Radom, ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)
48 363 33 73
603 612 943

CENTRUM FLEBOLOGII I LASEROTERAPII Angiomedicus
www.angiomedicus.pl

GABINET CHIRURGII NACZYNIOWEJ
Sawoy Medicus, Radom, ul. Główna 11 lok. 16

- Laserowe operacje żylaków kończyn dolnych.
- Laserowe operacje proktologiczne (hemoroidy przetoki).
- Badania - USG Color Doppler.
- Skleroterapia żylaków kończyn dolnych.
- Operacje klasyczne żylaków w ramach NFZ.
- Leczenie przewlekłych owrzodzeń kończyn dolnych.

F/0071

NOWOCZESNE METODY LECZENIA CHORÓB NACZYŃ
Zbigniew Kupis
specjalista chirurgii ogólnej naczyniowej i angiologii
Konsultacje pon., pt. od -12.00; czw. od 16.00
Rejestracja: kom. 722 341 247, tel. 48 370 38 84

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

ny Amerykanin zjada 200 gramów cukru dziennie. Nie ma takiej możliwości, abyśmy zdołali się ewolucyjnie przystosować do takiej zmiany" – podkreślał dr n. med. Daniel Śliż.

Obecnie cukier jest niemal w każdym produkcie na sklepowych półkach, a ma działanie silnie uzależniające. Od cukru uzależniliśmy się tak bardzo, że bez niego wiele produktów zupełnie nam nie smakuje. „Tymczasem kiedyś słodycze robiono kilka razy do roku na specjalne okazje. Nikt sobie nie zjadał batonika, kiedy miał zły humor" – przypomniała dr Magdalena Tomaszewska-Bolałek.

Dokończenie na str. 20

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

BADANIE BIOREZONANSEM DIACOM:
- odnajduje źródło i przyczynę dolegliwości,
- precyzja urządzenia oceniana jest na około 97%,
- badanie odbywa się w sposób bezpieczny i zupełnie bezbolesny,
- kompleksowy obraz, który można uzyskać dzięki biorezonansowi pozwala leczyć przyczyny choroby, a nie jej objawy, niezależnie od tego, jak głęboko jest ona ukryta w organizmie,
- pozwala leczyć choroby jeszcze przed ich rozwinięciem,
- pozwala na indywidualny dobór suplementów diety,
- wykonujemy badania na nietolerancje pokarmowe.

Najnowsza technologia w diagnostyce i wspomaganiu leczenia XXI wieku
Analizuje i dokonuje terapii dla ponad 540 narządów, tkanek i kości.
ZA POMOCĄ URZĄDZENIA DIACOM OKREŚLAMY STAN ZDROWOTNY POSZCZEGÓLNYCH ORGANÓW, WYKRYWAMY PASOŻYTY, ICH RODZAJE ORAZ LOKALIZACJE, GRZYBY, BAKTERIE, WIRUSY I STANY ZAGROŻENIA ROZWOJEM CHOROBY.
DIACOM jest najnowocześniejszym oraz najskuteczniejszym urządzeniem diagnostycznym.
Zapisy na badanie pod nr tel. 506 183 797
www.facebook.com/diacom.solatiumnatural

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
AD/0214

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
F/0331
PRYWATNY GABINET CHIRURGII OGÓLNEJ, USG PIERSI, BIOPSJE
Dr nauk medycznych
Grzegorz Szczęśniak
specj. chirurgii ogólnej i onkologicznej
BIOPSJA MAMMOTOMICZNA PIERSI!
porady, konsultacje, drobne zabiegi chirurgicznejednego dnia, choroby piersi
www.euromed.radom.pl

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
F/0456
ul. Paderewskiego 21 lok. 4, Radom
tel. 48 364 55 52,
kom 603 091 129

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

CHIRURGIA www.zdrowko.com
CHIRURGIA www.zdrowko.com
CHIRURGIA www.zdrowko.com
CHIRURGIA www.zdrowko.com
ONKOLOGIA www.zdrowko.com

Cztery sprawdzone sposoby na długowieczność

Dokończenie ze str. 19

„Dziś dla naszego układu nerwowego cukier jest tak silnym bodźcem, że chcielibyśmy go ciągle jeść i jeść. Warto więc zrobić na sobie mały eksperyment: pozbawić się cukru prostego przez kilka dni – nie pić słodkich napojów, nie jeść słodyczy, białego pieczywa, aby poczuć zespół odstawienia: podenerwowanie, irytację" – mówi dr Śliż.

Dr Magdalena Tomaszewska-Bolałek zwróciła uwagę, że o ile dziś zazwyczaj lubimy wypróbowywać smaki, to kiedyś taka tegia była bez sensu mogła skończyć się chorobą lub śmiercią. „Dla naszych przodków smak gorzki zwiastował coś trującego" – powiedziała dr Tomaszewska-Bolałek. „Smak słodki oznaczał zaś obecność cukru, który jest wysokoenergetyczny i w żywności nieprzetworzonej było go bardzo mało. Był np. w dojrzałych owocach. Tak samo jest z alkoholem. W naturze go nie ma, z wyjątkiem przejrzałych, sfermentowanych owoców. Człowiek był wyczulony na wyszukiwanie takich smaków, bo oznaczały bogactwo energetyczne" – dodała dr Pietrzak.

Odczuwanie słodkiego smaku różni się jednak ze względu na region świata. Przeciętnych japońskich słodyczy właściwie nie nazwalibyśmy słodyczami. „A nasze słodycze wydają się nam słodkie, dopóki nie spróbujemy słodyczy hinduskich albo arabskich. Każdy kraj jest inny, jeśli chodzi o percepcję smaku słodkiego" – podkreśliła dr Tomaszewska-Bolałek.

3. Wzbogać dietę o rośliny

Cechą stałą naszej dietetycznej historii była też różnorodność zjadanych pokarmów. „Ludy pierwotne miały ogromne bogactwo roślin w swoim jadłospisie, choć nie w ramach jednego posiłku. Kiedyś nasza dieta była oparta na mozolnym zbieraniu różnych roślin. Nasza współczesna dieta jest zubożona, bo zdominowało ja zaledwie kilka z nich. W naszej części świata zdominowała ją pszenica" – podkreśliła dr Pietrzak.

Jak mówiła biolog, dominacja danej rośliny nie musi wynikać z tego, że akurat ona jest dla nas najzdrowsza. „Powszechność pszenicy może się wiązać z tym, że jest łatwa w hodowli; daje duży plon; jest stosunkowo odporna na pasożyty, czyli posiada związki trujące – trudne do strawienia. Oparliśmy więc naszą dietę na pszenicy i glutenie. Jednak jak to jest z glutenem? Tutaj badania nie są jednoznaczne. To znów (podobnie jak w przypadku cukru) może być kwestia nadmiaru: skupiliśmy się na jednym rodzaju białka – glutenu, które ma specyficzne właściwości" – opisała biolog.

Za to, że dana osoba nie toleruje glutenu, a inna np. laktozy, odpowiada kilka różnych czynników. Jak wyjaśniała dr Pietrzak, po pierwsze są to nasze geny, czyli scheda po naszych odległych przodkach; po drugie to efekt matczyny, co oznacza, że sposób funkcjonowania naszego organizmu zależy też od tego, jak odżywiała się nasza matka, a nawet babcia. Po trzecie to nasza własna historia, to czego doświadczyliśmy w życiu płodowym i wczesnym dzieciństwie.

4. Ogranicz czerwone mięso

Choć wydaje się, że nie ma jednej uniwersalnej diety i recepty na długie i dobrej jakości życie, to kilka prostych zasad wydaje się zaskakująco skutecznych. „Jeśli popatrzymy na wszystkie tzw. niebieskie strefy, w których odsetek stulatków jest największy, to okazuje się, że jedzą oni ok. 1800 kcal na dobę, czyli 20-30 proc. poniżej zapotrzebowania kalorycznego.

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
J/0043

M. JANIK - PODGÓRSKA
ORTO-LIVE
lekarz dentysta
Leszczyńska Agnieszka
STOMATOLOGIA ESTETYCZNA
Zgłoszenia tel. pn-pt w godz. 9-20.
602 660 944
Radom ul. Lekarska 2A
ortolive.janik@gmail.com, www.ortolive.pl
J/0602

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
J/0595

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
J/0596

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/0601

J/0294
Zapraszamy
pon-pt. 8.00 - 19.00
sobota 9.00-13.00
lek.stomatolog
Hubert Szwede
SZWEDENTAL
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

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

NZOZ profildent 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
RTG zębowy
Czynne: pn-pt w godz. 9-18, DYŻUR sobota 14-18
J/0402

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

To biedne regiony, w których je się proste, lokalne produkty. W tych miejscach zachowane są też bardzo silne więzi społeczne. Oni pracują razem, razem wychowują dzieci, zaczynają i kończą dzień stadnie. To coraz ważniejszy element stylu życia, o który powinniśmy dbać" – podkreślił dr Śliż.

Jedzmy więc mniej, ograniczajmy czerwone mięso, sięgajmy po jak najwięcej warzyw i owoców, nie palmy papierosów i ograniczajmy alkohol. „To bardzo proste rzeczy, które możemy zrobić, aby zmniejszyć ryzyko zawału mięśnia sercowego czy udaru mózgu" – radził dr Śliż.

Powodzenia!

Źródło: Deon.pl

LUXDENT
Gabinet Stomatologiczny
Dariusz Szydło
Radom, ul. Struga 54 Lok 7
(wejście z tyłu budynku)
- Leczenie dorosłych i dzieci
- Bezbolesne usuwanie zębów
- Usuwanie kamienia nazębnego - piaskowanie
- Lakierowanie zębów - u dzieci i młodzieży do 18 roku życia
- Wybielanie zębów
- Protezy zębowe
- Korony, mosty - porcelanowe
Godziny przyjęć: pn. pt. 9.00 do 18.00, sobota 9.00 do 14.00
Informacje i zapisy: 695 726 422, 48 360 64 36
J/0543

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

NZOZ DENT-ARTIS
lek. stom. Bożena Domańska
lek. stom. Anna Domanska
Radom,
ul. Waryńskiego 9a lok7 I piętro
tel.: 48 334 14 25, 604 481 599
Czynne codziennie
sobota po wcześniejszym uzgodnieniu
LECZENIE:
Zachowawcze
dzieci i dorosłych,
protetyczne,
chirurgia stomatologiczna,
profilaktyka,
rtg zębów.
LECZENIE BEZ BOROWANIA
metodą abrazji wodno-powietrznej
J/0498

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

eDent Edyta Frysiak
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

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!

Ruszają 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 **IVEdycję 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!**

Optymista narażony na depresję? Naukowcy już wiedzą

Czy wśród ludzi pesymiści są bardziej narażeni na depresję? Bardzo trudno to sprawdzić. Odpowiedź przybliżyć mogą jednak badania na szczurach. Bo okazuje się, że wśród nich również bywają optymiści i pesymiści. A w dodatku u szczura można wywołać objawy przypominające depresję.

„Zajmujemy się eksperymentalną psychologią. W moich badaniach staram się modelować na zwierzętach procesy poznawcze powiązane z chorobami psychicznymi, w tym m.in. z depresją" – mówi w rozmowie z PAP dr hab. Rafał Ryguła z Instytutu Farmakologii PAN w Krakowie. Za pracę habilitacyjną na ten temat badacz otrzymał jedną z nagród prezesa Rady Ministrów. W swoich badaniach naukowiec skupił się na związkach między tendencyjnością poznawczą, przejawiającą się optymizmem bądź pesymizmem, a chorobami psychicznymi. „Chcemy m.in. wiedzieć, czy zwierzęta pesymistyczne są bardziej wrażliwe na wywołane stresem objawy depresji, niż optymiści – a także, czy zwierzęta optymistyczne i pesymistyczne różnie reagują na leczenie lekami antydepresyjnymi" – podsumowuje dr Ryguła.

Szczur optymista i szczur pesymista?

Dr Ryguła opowiada, że dopiero od niedawna (rok 2004) wiadomo, jak można badać optymizm i pesymizm u szczurów. Gryzonie uczone są reakcji na dźwięki: wysoki i niski. Kiedy pojawia się dźwięk wysoki, zwierzę musi nacisnąć dźwignię po lewej stronie, aby uzyskać nagrodę. Jeśli zaś szczur usłyszy dźwięk niski, musi nacisnąć prawą dźwignię, aby uniknąć kary. „Kiedy gryzonie już się tego nauczą, puszczamy im dźwięk pośredni – między dźwiękiem wysokim a niskim. Optymizm można zmierzyć, obserwując, jak szczury oceniają niejednoznaczny sygnał. Optymistyczny szczur zareaguje tak, jakby miał

PRZYCHODNIA SŁONECZNA
www.przychodniasloneczna.pl

tak jak chcesz!
Bez kolejek, bez stresu!

PODSTAWOWA OPIEKA ZDROWOTNA NFZ Narodowy Fundusz Zdrowia
Gabinety Lekarzy Rodzinnych, Gabinet Zabiegowy, Poradnia Dziecięca, Poradnia Internistyczna, Punkt Szczepień, Wizyty Domowe

PORADNIE SPECJALISTYCZNE
Chirurgii Ogólnej, 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

C/0420

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 9-16[30], sob. 9-12[30]
tel. 509 979 162

www.medicon.com.pl
MEDICON
PRZYCHODNIA & SZPITAL

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

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

- *leczenie chorób oczu u dzieci i dorosłych*
- *leczenie zeza i niedowidzenia*
- *leczenie wad wzroku*
- *badania do praw jazdy i szkoły*
- *aplikacja soczewek kontaktowych*
- *bezkontaktowy pomiar ciśnienia wewnątrzgałkowego*

Radom
ul. Żeromskiego 62
pn., śr., pt. od 15

zapisy na telefon:
606 689 450

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/0493

OPTYK OKO ZAKŁAD OPTYCZNY
GABINET REFRAKCJI

Dorota Miszczak
optyk dyplomowany
refrakcjonista

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

okodorota_wm@wp.pl

czynny: codziennie 9.00 - 17.30, soboty 10.00-13.00

O/0467

dostać nagrodę. A pesymistyczny – jakby miał dostać karę" – wyjaśnia badacz.

Optymizm i pesymizm u szczurów, podobnie jak u ludzi, może być przejściowym stanem lub trwałą cechą osobnika. To, że pesymizm i optymizm u szczurów może być ich trwałą cechą, opisali właśnie badacze z IF PAN.

Badacze sprawdzali też, czy tendencyjnością poznawczą szczurów można manipulować – a więc na przykład czy optymizm albo pesymizm można wywołać farmakologicznie. „Badaliśmy też, czy optymizm można wywołać poprzez emocje... I tak na przykład gilgotaliśmy szczury, żeby zobaczyć, czy szczęśliwe zwierzęta będą bardziej optymistyczne w swoich decyzjach. Były" – zdradza naukowiec.

Dr Ryguła z zespołem postanowił też sprawdzić, czy pesymistyczne szczury będą bardziej wrażliwe na stres i na depresję. Była to słuszna hipoteza. „Wykazaliśmy, że pesymizm jako cecha może determinować wrażliwość zwierzęcia na wywołaną stresem anhedonię, czyli jeden z głównych objawów depresji" – informuje naukowiec.

Depresja u szczura to bzdura?

Z badaniem depresji na modelu szczurzym jest jednak pewien kłopot. „Badacze nie są zgodni. Niektórzy uważają, że szczur może cierpieć na depresję – inni, że to bzdura. Mamy jednak modele, które w znaczącym stopniu przypominają to, co charakteryzuje depresję u ludzi.

Dokończenie na str. 24

NZOZ Usługi Rentgenowskie
Rezonans Magnetyczny

Kompleksowe badanie
REZONANSEM MAGNETYCZNYM
na aparacie SIMENS MAGNETOM ESSENZA 1,5 Tesli

L/0553

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

OKULISTYKA www.zdrowko.com
OPTYK www.zdrowko.com
OKULISTYKA www.zdrowko.com
ZDROWIE www.zdrowko.com
BADANIA www.zdrowko.com

Optymista narażony na depresję? Naukowcy już wiedzą

Dokończenie ze str. 23

Możemy więc niejako modelować na szczurach aspekty psychologiczne, które występują u chorych ludzi" – opowiada naukowiec.

„Jednym z głównych objawów depresji jest patologiczna niezdolność do odczuwania przyjemności. Chorym na depresję przestaje więc zależeć na fajnej zabawie, spotkaniach ze znajomymi, dobrym jedzeniu czy na seksie. A naukowcy z IF PAN specjalizują się w modelowaniu podobnej anhedonii u zwierząt. Potrafią doprowadzić zwierzę do stanu, w którym nie odczuwa już ono przyjemności" – mówi naukowiec. Wyjaśnia, że u zwierząt taki stan objawia się chociażby tym, że gryzoń nie preferuje przysmaku – wody z cukrem – od zwykłej niepsłodzonej wody.

Naukowiec wyjaśnia, że badania nad wywoływaniem anhedonii u szczurów ewoluowały. „Pierwsze modele z lat 60. polegały na fizycznym stresowaniu gryzoni.

Z czasem u osobników takich obserwowano bezradność i anhedonię. Chociaż jednak objawy przypominały depresję, to ich źródło w niczym depresji nie przypominało – u ludzi depresja nie wynika przecież z fizycznego stresu. Eksperymenty nie były więc dość wiarygodne. W nowszych eksperymentach symuluje się więc u szczurów «niedogodności życia codziennego» – np. przekrzywia się im klatkę albo moczy się im ściółkę" – opowiada badacz. Wyjaśnia, że takie utrudnienia stosowane przez dłuższy czas dają się we znaki i szczury wykazują objawy depresji.

Skąd bierze się depresja?

„U ludzi depresja często wynika ze stresu psychosocjalnego, więc u szczurów próbuje się symulować te warunki, np. izolując je albo umieszczając w klatce z nieznanym osobnikiem. To rodzaj socjalnego stresu, więc wiarygodność badań jest wtedy wyższa" – tłumaczy naukowiec.

„Z naszych badań wynika po pierwsze, że pesymistyczna tendencyjność poznawcza może być markerem chorób depresyjnych. Po drugie wydaje się, że można wywołać optymizm i pesymizm, oddziałując farmakologicznie na neuroprzekaźniki, które są zaangażowane w depresję. Jest więc jakaś część wspólna między pesymizmem i depresją. A po trzecie leki, które modulują optymizm u zwierząt, mogą zostać zastosowane u ludzi w leczeniu depresji" – podsumowuje naukowiec IF PAN.

Jak przyznaje, wskazanie związków między pesymizmem a depresją u ludzi byłoby niezmiernie trudne. „Aby powiązać cechę pesymizmu z późniejszym prawdopodobieństwem wystąpienia depresji, trzeba byłoby standardowo badać całą populację. A teraz nie mamy dostępu do takich badań i stąd konieczność prowadzenia eksperymentów na zwierzętach. Być może kiedyś, jeśli potwierdzi się, że pesymizm może być predyktorem wystąpienia depresji u ludzi, badania pesymizmu i optymizmu u ludzi staną się powszechne" – kończy.

Źródło: Deon.pl

INFANT
Poradnia Wspomagania Rozwoju dla dzieci
Radom ul. 11-go Listopada 2/4
oferujemy:
-Terapia neurorozwojowa: NDT- Bobath i Vojta
- Ocena niemowląt met. Prechtla
- Integracja Sensoryczna
- Kinesiotaping
- Ortezy termoplastyczne ORFIT
- Terapia Logopedyczna i Pedagogiczna
tel. 570 911 949; www.infant.com.pl
Zapraszamy!
Y/0643

NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ
PRZYCHODNIA "GOŁĘBIÓW"
Radom, ul. Paderewskiego 6
(Gołębiów)
tel./fax 48 364-63-71
tel. 48 344-76-51
www.nzoz.radom.pl
Przyjmują lekarze:
Jolanta Kopeć – specj. med. rodzinnej - pediatra
Leszek Kopeć – specj. med. rodzinnej, lek. med. ogólnej
Wojciech Pacholicki – specj. medycyny rodzinnej
Wojciech Czekaj – specj. med. rodzinnej, specj. chorób wewn.
Joanna Słowińska – specjalista chorób dziecięcych - nefrolog
Anna Zielińska-Pacholicka – specj. psychiatra II°
Dariusz Lańczyk – specj. ginekolog położnik
Paweł Mazur – dr n.med. specj. ginekolog - położnik
Mirosław Kupidura – specj. ginekolog - położnik
czynne codziennie w godz. 8.00-18.00
Poradnie specjalistyczne:
- Ginekologiczna
- Psychiatryczna
Świadczymy usługi medyczne bezpłatne w oparciu o umowę z NFZ
OFERUJEMY RÓWNIEŻ BADANIA WSTĘPNE i OKRESOWE DO PRACY, BADANIA KIEROWCÓW
POSIADAMY CERTYFIKAT ISO 9001 - 2000
C0269

PZG Specjalistyczny Ośrodek Diagnozy i Rehabilitacji Dzieci i Młodzieży z Wadą Słuchu
tel. 48 362 84 74, 48 362 250 02
ZAKRES DZIAŁALNOŚCI:
- DIAGNOZA I REHABILITACJA: LOGOPEDYCZNA, PSYCHOLOGICZNA, PEDAGOGICZNA
- BADANIA SŁUCHU, DOBÓR APARATÓW SŁUCHOWYCH U DZIECI I DOROSŁYCH
- POMOC RODZINIE
- TURNUSY REHABILITACYJNE
- LOGORYTMIKA
- REHABILITACJA RUCHOWA
- TERAPIA SI
BEZPŁATNE BADANIE SŁUCHU KONSULTACJE LARYNGOLOGICZNE
Zaopatrzenie w środki wspomagania słuchu (aparaty słuchowe, wkładki uszne, systemy wspomagające słyszenie, baterie)
Usługi i świadczenia dla DZIECI I DOROSŁYCH realizowane w ramach NFZ i komercyjnie
PRZYJMUJĄ SPECJALIŚCI:
- logopeda
- psycholog
- pedagog
- terapeuta SI
- lekarz rehabilitacji medycznej
- logorytmik
- rehabilitant ruchu
- lekarz otolaryngolog
- protetyk słuchu
Nowo otwarta PORADNIA OTOLARYNGOLOGICZNA
Małgorzata Mikulska – lek. laryngolog spec. foniatra – poniedziałki od godz. 15
Danuta Kacprzykowska-Drotkiewicz – lek. laryngolog – wtorki w godz. 14-16
BEZPŁATNIE NFZ
zgłoszenia telefoniczne: 48 362 84 74, 48 362 50 02
ZAPRASZAMY, RADOM ul. Wjazdowa 4
M/0451

SALON MEDYCZNY
ARMED-ORT
ARMED ORT RADOM
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
AA/0323

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

www.nzoz-srodmiescie.pl
ŚRÓDMIEŚCIE 1
NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ Sp. z o.o.
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 Krąpiec - 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
Z/0262

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

Jubileusz Miłosierdzia 2015 - 2016

Gdy piszę te słowa, siedzę sobie w nadmorskiej parafii, gdzie zastępuję przez pewien czas mego przyjaciela – miejscowego proboszcza.

Życie płynie – jak w każdej parafii – swoim normalnym parafialnym rytmem, choć trudno zapomnieć o tym, że w pobliżu fale rozbijają się o brzeg, a owe uroki – mimo września – nadal ściągają wielu wczasowiczów. Pobyt tutaj pozwala mi jednak odpocząć od bardzo trudnej codzienności, na którą w Radomiu składa się przede wszystkim posługa w konfesjonale. Większość ludzi bowiem nie zdaje sobie sprawy jak trudna jest ta „praca".

Od pewnego czasu staram się – w tym miejscu – uświadamiać czytelnikom, jak wielu podchodząc do konfesjonału, jest nie przygotowanym do tego wydarzenia. Jak wielu nie „robi" rachunku sumienia, ograniczając swoje zamyślenie nad czasem jaki upłynął od ostatniej spowiedzi (pytanie czy ważnej) do tego, co im akurat przyszło do głowy, w oczekiwaniu na swoją kolej. Prosty przykład.

Ktoś podchodzi do konfesjonału po wielu latach i wymienia 3 lub 4 grzechy, stwierdzając, że więcej grzechów to on nie pamięta. Nie pamięta, czy raczej nie „zrobił" po latach uczciwego – wobec Boga i siebie samego – rachunku sumienia.

Kiedy przychodzą do spowiedzi ludzie, którzy z reguły spowiadają się w miarę regularnie, ich rachunek sumienia jest stosunkowo prosty, gdyż pamięć raczej nas nie zawodzi, gdy mowa na przykład o miesiącu. Jednakże po np. 10 latach z tą pamięcią jest dużo gorzej, nie mówiąc o tym, że owi ludzie są zagubieni i od dawna niewiele mają wspólnego z sakramentem pokuty. Nawet jednak po miesiącu można zapomnieć o wielu sprawach lub ich nie zauważać w pobieżnym rachunku. By tego uniknąć powinniśmy korzystać – choćby od czasu do czasu – z pomocy np. pewnych wzorcowych rachunków sumienia, które bez trudu można odnaleźć w Internecie (także na radom.jezuici.pl – zakładka spowiedź) albo w tradycyjnych książeczkach do nabożeństwa. Ilu bowiem z nas przykładowo potrafi wymienić choćby przykazania kościelne. Jeżeli ich nie pamiętasz, to skąd wiesz czy nimi żyjesz? – ale jak twierdzisz zrobiłeś rachunek ze swego życia. Czyżby!?

Spowiednika nie „wykańcza" spowiedź człowieka, który uczciwie się do tego przygotował. Co jednak powiedzieć, gdy co chwila, podchodzi ktoś zupełnie nie przygotowany: albo po wielu latach nieobecności, albo ktoś kto od 30-40 lat powtarza te same 3 lub 4 „dyżurne" grzechy, przychodząc regularnie, co miesiąc!

Tak więc, choć życie parafialne płynie swoim rytmem, ja jednocześnie odpoczywam, nie spędzając dyżurnych godzin w konfesjonale, choć i tu do konfesjonału siadam i spotykam... podobnie nieprzygotowanych penitentów.

JT TJ

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

więcej na **www.radom.jezuici.pl**

CENTRUM ZAOPATRZENIA ORTOPEDYCZNO-MEDYCZNEGO

ort-med

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

WÓZKI INWALIDZKIE
- AKTYWNE
- SPECJALNE
- DZIECIĘCE
- ELEKTRYCZNE
- STANDARDOWE

PIONIZATORY I ORTEZY
STABILIZATORY
ŁÓŻKA REHABILITACYJNE
ARTYKUŁY PRZECIWODLEŻYNOWE
ROTORY I ROWERY REHABILITACYJNE
URZĄDZENIA DO TRANSPORTU CHORYCH
SPRZĘT MEDYCZNY

Fachowy dobór oraz doradztwo!
Bezpłatny dojazd i prezentacja sprzętu na terenie całego kraju.

MEYRA

Realizujemy dofinansowania: PCPR MOPS NFZ

SKLEP MEDYCZNY

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

ZTM Stymat

REFUNDACJA - umowa z NFZ

AA/0076

CYFROWE APARATY SŁUCHOWE I WSZELKIE AKCESORIA

* Sprzęt ortopedyczny i rehabilitacyjny
* Pieluchomajtki * Sprzęt stomijny
* Wózki inwalidzkie * Laski, kule,
* balkoniki * Peruki * Protezy piersi
* Obuwie i wkładki ortopedyczne
* Materace i poduszki przeciwodleżynowe
* 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

SKLEPY MEDYCZNE

P.H.U. Dental-Med

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

NFZ

AA/0639

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

REFUNDACJA NARODOWEGO FUNDUSZU ZDROWIA
Realizujemy wnioski na pieluchomajtki, worki stomijne, przedmioty ortopedyczne

KOZIENICE
ul. 15 Stycznia 2
pn-pt 8-17, sob. 9-13
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

Światowe Dni Młodzieży

Fragmenty homilii Papieża Franciszka na ŚDM w Polsce. 30 lipca (sobota) 2016 r.

Drodzy młodzi, wspaniale jest być z wami na tym czuwaniu modlitewnym (...) zachęcam was do wspólnej modlitwy z powodu cierpienia tak wielu ofiar wojny, abyśmy raz na zawsze mogli zrozumieć, że nic nie usprawiedliwia krwi brata, że nic nie jest bardziej cennego od osoby stojącej obok nas. (...)

Teraz nie zabierzemy się do wykrzykiwania przeciw komuś, nie zabierzemy się do kłótni, nie chcemy niszczyć. Nie chcemy pokonać nienawiści większą nienawiścią, przemocy większą przemocą, pokonać terroru większym terrorem. A nasza odpowiedź na ten świat w stanie wojny ma imię: nazywa się przyjaźnią, nazywa się braterstwem, nazywa się komunią, nazywa się rodziną. Świętujemy fakt, że pochodzimy z różnych kultur i łączymy się, żeby się modlić. Kiedy modliliśmy się, przyszedł mi na myśl obraz apostołów w dniu Pięćdziesiątnicy. Jest to scena, która może nam pomóc w zrozumieniu tego wszystkiego, czego Bóg pragnie dokonać w naszym życiu, w nas i z nami. Tego dnia uczniowie byli zamknięci z obawy. Czuli się zagrożeni ze strony środowiska, które ich prześladowało, które zmuszało ich do pozostawania w małym pomieszczeniu, bezczynnie jakby byli sparaliżowani. Opanował ich lęk. W tym kontekście, stało się coś spektakularnego, coś wielkiego. Przyszedł Duch Święty i języki jakby z ognia spoczęły na każdym z nich, pobudzając ich do przygody, o której nigdy nie marzyli.

(...)A kiedy strach ukrywa się w zamknięciu, to zawsze idzie w parze ze swoim „bliźniakiem", paraliżem; poczucie, że jest się sparaliżowanym. Jednym z najgorszych nieszczęść, jakie mogą się przydarzyć w życiu, jest poczucie, że w tym świecie, w naszych miastach, w naszych wspólnotach nie ma już przestrzeni, by wzrastać, marzyć, tworzyć, aby dostrzegać perspektywy, a ostatecznie, aby żyć. Paraliż sprawia, że tracimy smak cieszenia się spotkaniem, przyjaźnią, smak wspólnych marzeń, podążania razem z innymi.

Ale jest też w życiu inny, jeszcze bardziej niebezpieczny paraliż, często trudny do rozpoznania, którego uznanie sporo nas kosztuje. Lubię nazywać go paraliżem rodzącym się wówczas, gdy mylimy SZCZĘŚCIE z KANAPĄ! Sądzimy, że abyśmy byli szczęśliwi, potrzebujemy dobrej kanapy. Kanapy, która pomoże nam żyć wygodnie, spokojnie, całkiem bezpiecznie. Kanapa – jak te, które są teraz, nowoczesne, łącznie z masażami usypiającymi – które gwarantują godziny spokoju, żeby nas przenieść w świat gier wideo i spędzania wielu godzin przed komputerem. Kanapa na wszelkie typy bólu i strachu. Kanapa sprawiająca, że zostajemy zamknięci w domu, nie trudząc się ani też nie martwiąc.

„Kanapaszczęście" jest prawdopodobnie cichym paraliżem, który może nas zniszczyć najbardziej; bo po trochu, nie zdając sobie z tego sprawy, stajemy się ospali, ogłupiali, otumanieni, podczas gdy inni – może bardziej żywi, ale nie lepsi – decydują o naszej przyszłości. Z pewnością dla wielu łatwiej i korzystniej jest mieć młodych ludzi ogłupiałych i otumanionych, myślących szczęście z kanapą; dla wielu okazuje się to wygodniejsze, niż posiadanie młodych bystrych, pragnących odpowiedzieć na marzenie Boga i na wszystkie aspiracje serca.

(...) To bardzo smutne, kiedy przechodzimy przez życie nie pozostawiając śladu. A gdy wybieramy wygodę, myląc szczęście z konsumpcją, wówczas cena, którą płacimy, jest bardzo i to bardzo wysoka: tracimy wolność.

Właśnie tutaj mamy do czynienia z wielkim paraliżem, kiedy zaczynamy myśleć, że szczęście jest synonimem wygody, że być szczęśliwym to iść przez życie w uśpieniu albo narkotycznym odurzeniu, że jedynym sposobem, aby być szczęśliwym jest trwanie jakby w otępieniu. To pewne, że narkotyki szkodzą, ale jest wiele innych narkotyków społecznie akceptowanych, które w ostateczności czynią nas bardzo, a przynajmniej bardziej zniewolonymi. Jedne i drugie ogałacają nas z naszego największego dobra: z wolności.

Przyjaciele, Jezus jest Panem ryzyka, tego wychodzenia zawsze „poza". Jezus nie jest Panem komfortu, bezpieczeństwa i wygody. Aby pójść za Jezusem, trzeba mieć trochę odwagi, trzeba zdecydować się na zamianę kanapy na parę butów, które pomogą ci chodzić po drogach, o jakich ci się nigdy nie śniło, ani nawet o jakich nie pomyślałeś, po drogach, które mogą otworzyć nowe horyzonty, nadających się do zarażania radością, tą radością, która rodzi się z miłości Boga, radością, która pozostawia w twoim sercu każdy gest, każdą postawę miłosierdzia.

(...)Możecie mi powiedzieć: Ojcze, ale to nie jest dla wszystkich, to tylko dla wybranych! Tak, a ci wybrani to ci wszyscy, którzy są gotowi dzielić swoje życie z innymi.

(...)Bóg czegoś od ciebie oczekuje, Bóg czegoś od ciebie chce, Bóg czeka na ciebie. Bóg przychodzi, aby złamać nasze zamknięcia, przychodzi, aby otworzyć drzwi naszego życia, naszych wizji, naszych spojrzeń. Bóg przychodzi, aby otworzyć wszystko, co ciebie zamyka. Zaprasza cię, abyś marzył, chce ci pokazać, że świat, w którym jesteś, może być inny. Tak to jest: jeśli nie dasz z siebie tego, co w tobie najlepsze, świat nie będzie inny.

Czasy w których żyjemy nie potrzebują młodych kanapowych, ale młodych ludzi w butach, najlepiej w butach wyczynowych. Akceptują na boisku jedynie czołowych graczy, nie ma na nim miejsca dla rezerwowych. Dzisiejszy świat chce od was, byście byli aktywnymi bohaterami historii, bo życie jest piękne zawsze wtedy, kiedy chcemy je przeżywać, zawsze wtedy, gdy chcemy pozostawić ślad. Historia wymaga dziś od nas, byśmy bronili naszej godności i nie pozwalali, aby inni decydowali o naszej przyszłości.

Dzisiaj my, dorośli, potrzebujemy was, byście nas nauczyli żyć razem w różnorodności, w dialogu, w dzieleniu wielokulturowości nie jako zagrożenia, lecz jako szansy: miejcie odwagę nauczyć nas, że łatwiej jest budować mosty, niż wznosić mury!

(...)Dzisiaj Jezus, który jest drogą, wzywa ciebie do pozostawienia swojego śladu w historii. On, który jest życiem, zachęca ciebie do zostawienia śladu, który wypełni życiem twoją historię, a także dzieje wielu innych ludzi. On, który jest prawdą, zaprasza ciebie do porzucenia dróg separacji, podziału, bezsensu. Czy pójdziesz? Co twoje ręce i nogi odpowiedzą Panu, który jest drogą, prawdą i życiem.

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

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

Informacje i przyjmowanie ogłoszeń:
Redakcja: Radom, ul. Kusocińskiego 7a/18,
tel. 48 33 11 259 lub 601 319 048
internet: www.zdrowko.com zakładka cennik,
e-mail: **zbigum@op.pl**
lub przez przedstawiciela
Jacka Gumińskiego tel.: **603 401 024**

Wydawca nie ponosi odpowiedzialności za treść ogłoszeń i reklam

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

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
Sob8-14

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.: 7^{00} - 18^{00}
Sob.: 8^{00} - 14^{00}

A/0568

APTEKA

Radosław 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

Gabinet lekarski do wynajęcia.

Pow. 90 m^2 + parking.
Zlokalizowany 5 km. od Radomia - w Mleczkowie.
Tel. kontaktowy 505902959

Y/0645