

ZDRÓWKO

INFORMATOR BEZPŁATNY

Smaki i kolory lata zamknięte w słoikach

Przygotowanie przetworów na zimę wymaga dużo pracy, chęci i czasu. Podstawa to znalezienie dobrej jakości produktów. Szukać można na bazarze, działce czy w lesie. Kolejny krok to przetworzenie zebranych warzyw i owoców. W dobie Internetu na wszystko można znaleźć dobry przepis. Jednak najbardziej cenione są receptury przekazywane

z pokolenia na pokolenie. I chociaż dzisiaj na półkach sklepowych można znaleźć wszystko, to jednak smak własnych sorbetów, galaretek, powideł, kompotów, soków, kiszzonek i nalewek, przygotowywanych po swojemu, jest jedyny i niepowtarzalny.

Bo najlepsze jest to, co domowe.

Z.G.



foto. Magda Skrok.

ARTYKUŁY:

Chirurgia Onkologiczna w Radomskim Centrum Onkologii

Czytaj na stronie 4.

Bogactwo natury – pigwa

Czytaj na stronie 11.

Badania genetyczne wcześniaków

Czytaj na stronie 12.

Nie pij za jego zdrowie

Czytaj na stronie 14.

Bezpłatne szkolenia z technik samoobrony

Czytaj na stronie 18.

Jak schudnąć bez stosowania diety

Czytaj na stronie 21.

Co siódme dziecko na świecie oddycha zatrutym powietrzem

Czytaj na stronie 24.

Adwentowy Dzień Skupienia

Czytaj na stronie 27.

Biuro Obsługi Działalności Medycznej s.c.

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

UWAGA: przeniesione z ul. Granicznej

Gwarantujemy fachową i miłą obsługę

Możliwość skorzystania z porad prawnych

Oferuje usługi dla podmiotów prowadzących działalność medyczną:

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

USŁYSZ
WYRAŹNIE
20 GŁOSÓW
ŚPIEWAJĄCYCH
STO LAT!

STUDIO PROTETYKI SŁUCHU
MORSE



PRZETESTUJ APARAT SŁUCHOWY ZA DARMO

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

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

ZBADAJ SŁUCH ZA DARMO!

Ruszą Czwarte Radomskie Badania Słuchu

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

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

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

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

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



SPIS OGŁOSZEŃ

LEKARZE SPECJALIŚCI

Alergologia – str. 10
Chirurgia – str. 19,
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. 12
Psychiatria – str. 10, 15
Psychologia – str. 15
Rehabilitacja – str. 5, 6, 19
Stomatologia – str. 9, 13, 15, 17
Urologia – str. 11

USŁUGI MEDYCZNE

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

SKLEPY MEDYCZNE

– str. 25, 26

DIAGNOSTYKA

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

ZDROWIE I URODA

– str. 12, 13,

MEDYCYNĄ PRACY – str. 12, 13

PROFILAKTYKA

Ośrodki – str. 13, 14, 19

Przychodnie – str. 13, 15

WETERYNARIA – str. 16

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

ZAPRASZAMY

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



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

Zabiegi okulistyczne usunięcia zaćmy - płatne.

Operacje wraz z zespołem wykonuje

Lek. med. Kiciak Zbigniew

Ordynator Oddziału Okulistyki

Mazowieckiego Szpitala Specjalistycznego

- **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

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

MEDICA

laboratorium analiz medycznych

Oferujemy badania z zakresu:

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

Nowe badania:

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

*Profesjonalna obsługa
Zawsze wiarygodne wyniki*

Radom, ul. Słowackiego 48

tel./fax 48/36-54-933

www.medica.radom.pl

medica@medica.radom.pl

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

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

Oddział Chirurgii Onkologicznej w RCO



Rozmowa
z Prof. Zoranem
Stojčevem
– Ordynatorem
Oddziału
Chirurgii Onko-
logicznej w Ra-
domskim Cen-
trum Onkologii

- Panie profesorze jest Pan Ordyna-
torem w niedawno otwartym szpitalu
onkologicznym w Radomiu. Dlaczego wy-
brał Pan akurat Radom?

- Zawsze chciałem pracować w no-
woczesnym ośrodku. W takim, który leczy
pacjenta kompleksowo – ma w jednym
miejscu radioterapię, chemioterapię i chi-
rurgię. Gdzie pracują specjaliści z różnych
dziedzin, którzy się uzupełniają, tworzą
zgrany zespół. Tylko wtedy możliwe jest
nowoczesne leczenie chorych na nowo-
twory na europejskim poziomie.

A więc kiedy dowiedziałem się, że
w Radomiu powstał nowy ośrodek, który
spełnia te warunki, bardzo się ucieszyłem.
Kiedy poproszono mnie, żebym przyje-
chał i zobaczył jak to wygląda na miejscu,

nie miałem już wątpliwości. Zobaczyłem
szpital nie tylko piękny wizualnie i dopra-
cowany w każdym detalu, ale także nowo-
cześnie wyposażony. Ale mury i sprzęt to
nie wszystko – przekonał mnie skład za-
trudnionego tu zespołu radioterapeutów
i onkologów klinicznych. To specjaliści wy-
sokiej klasy.

I wtedy nie miałem już wątpliwości.
To mnie zmotywowało, żeby zmienić coś
w swoim życiu. I tak właśnie trafiłem tu,
do Radomia. Zresztą coraz sprawniej już
się tu poruszam i coraz lepiej odnajduję,
bo to miasto ma swój urok.

Centrum Medyczne **DIABETIKA**
Prywatny Gabinet Lekarski

Dorota Młodawska-Chołuj

Specjalista chorób wewnętrznych
Diabetolog

tel. 606 668 344

26-600 Radom, ul. Focha 12/4 (parter)

AE/0651

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

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

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

**Diagnostyka i leczenie
zaburzeń rytmu serca**

dr n. med. Piotr Łodziński

kardiolog

specjalista chorób wewnętrznych

Warszawski Uniwersytet Medyczny
European Surgical Institute Hamburg

**Kwalifikacja do leczenia
zabiegowego arytmii**

Przychodnia Słoneczna
ul. Staroopatowska 1a
26-600 Radom

tel. 48 362 10 11

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

- Jest Pan chirurgiem z ogromną praktyką- wykonał Pan w życiu ponad 13 tysięcy operacji. W jaki sposób chirurgia pojawiła się w Pana życiu i dlaczego właśnie chirurgia onkologiczna?

To bardzo proste. Należę do ludzi, którzy wymyślili sobie swój zawód już w podstawówce. Byłem trochę inny niż koledzy, bo nie chciałem być policjantem czy strażakiem. Ja od zawsze chciałem być chirurgiem. I odkąd sobie to uświadomiłem, zacząłem robić wszystko, żeby tak się stało. A dlaczego akurat chirurgia onkologiczna? Bo to najtrudniejsza część chirurgii. Tu nic nie jest przewidywalne, każdy przypadek jest inny i za każdym razem gra toczy się o ludzkie życie i często od jakości wykonanej operacji zależy rokowanie choroby nowotworowej.

- Czy tu w Radomskim Centrum Onkologii również będzie Pan operował pacjentów z nowotworami?

Właśnie po to trafiłem do Radomia. Zostałem zaproszony do szpitala i tworzę tu zespół, a warunki mam do tego idealne – nowoczesne sale operacyjne, specjalistyczny sprzęt – idealne warunki do wykonywania najbardziej specjalistycznych operacji. Prowadzimy jeszcze rozmowy z kilkoma osobami, bo chcę żeby zespół składał się z najlepszych ludzi.

- Oprócz tego, że jest Pan chirurgiem, słynie Pan z prowadzenia Usteckich Dni Onkologicznych. Co to takiego?

W 2002 roku zorganizowałem VIII Zjazd Polskiego Towarzystwa Chirurgii Onkologicznej w Ustce. Po tym kongresie który co roku jest organizowany w innym mieście zdecydowałem organizować co roku konferencję naukowo szkoleniową pod nazwą „Usteckie Dni Onkologiczne”. Na te spotkania przyjeżdżają wybitni specjaliści z kraju jak i zagranicą. Zawsze staramy się tak dobrać tematykę tych spotkań, żeby łączyć chirurgię z onkologią jak i innymi dziedzinami medycyny. Co roku jest u nas 400-500 osób. Zorganizowałem już 13 takich spotkań. Te spotkania to już tradycja w naszym środowisku.

- A jak widzi Pan współczesną onkologię? Czy szpitale w Polsce leczą nowotwory na takim samym poziomie jak najlepsze placówki na świecie, czy wciąż próbujemy dogonić najlepszych?

W Polsce mamy sporo świetnych ośrodków onkologicznych, które leczą na poziomie światowym. Są jednak rejony, gdzie nadal brakuje oddziałów radioterapii czy chemioterapii, co obniża kompleksowy dostęp chorych do leczenia. Pacjentów z chorobami nowotworowymi z roku na rok przybywa i nie wszystkie ośrodki są w stanie zapewnić im najlepszą opiekę jak najbliżej ich miejsca zamieszkania. Wiem, że w Radomiu jest już chirurgia na dobrym poziomie, natomiast powstanie naszego szpitala udostępni pacjentom dodatkowe miejsce do leczenia, dzięki temu nie będą musieli jeździć do innych miast.

Masz problem z transportem chorego? Zadzwoń do nas!

PRYWATNY TRANSPORT MEDYCZNY



☎ 519 179 707
☎ 515 341 100

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

deltamed
transport+raounictwo medyczne

Radom, ul. Żeromskiego 94 www.deltamed.com.pl

DELTAMED UCZESTNICZY W PROGRAMIE „RADOMSKA KARTA SENIORA”

Pamiętajmy, że pobyt w szpitalu na oddziale radioterapii, chemioterapii czy chirurgii, często trwa długo i bardzo ważną częścią tego leczenia jest możliwość przebywania z najbliższą rodziną, blisko domu. To zdecydowanie poprawia stan chorego i przyspiesza proces leczenia.

Dokończenie na str. 6.

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



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

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

PRZYCHODNIA SŁONECZNA www.przychodniasloneczna.pl

tak jak chcesz!
Bez kolejek, bez stresu!

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

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

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

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

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

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

RÓŻNE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

REHABILITACJA
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

RÓŻNE
www.zdrowko.com

Oddział Chirurgii Onkologicznej w RCO

Dokończenie ze str. 5.

A rozmawiamy o najcięższej chorobie – pacjentach z nowotworami.

Gdy jednak nie będziemy mogli po-

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

Pielęgniarska Opieka Domowa NFZ
Poradnia Rehabilitacji NFZ i odpłatnie

specjalista rehabilitacji medycznej

- **Krystyna Gamecka-Stanisławek** - wtorki

- **Andrzej Kozera** - czwartki

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

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

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

móc komuś u nas, mamy możliwość leczenia guzów mózgu także we współpracującym z nami Centrum Gamma Knife w Warszawie. Tamtejsi neurochirurdzy i radioterapeuci przy pomocy noża Gamma leczą już ponad 4 tysiące pacjentów, najwięcej w Polsce. Ta możliwość jest otwarta także dla pacjentów z Radomia.

- Podobno oprócz bycia lekarzem ma Pan też inne pasje. Co robi Pan w wolnych chwilach, po ciężkim dyżurze w szpitalu?

- Od 40 lat ćwiczę karate. I wiem że

w Radomiu jest bardzo dobry Klub Sportowy OYAMA KARATE. Liczę, że jak się tu zadamowię to będę mógł uczestniczyć w ich zajęciach. Oprócz tego moją pasją są podróże, wtedy najlepiej odpoczywam i nabieram sił do pracy. Zresztą sił nigdy mi nie brakowało, jestem w tej chwili gotowy na nowe wyzwania i czekam na nie z niecierpliwością.

- Dziękuję za rozmowę.



DOM OPIEKI POD ŻŁOTYM DĘBEM

Dom Pod Żłotym Dębem

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



Dom oferuje również pielęgniacyjne pobyty poszpitalne.

RADOM UL. BIAŁA 2

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

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

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

I/0522

RADOMSKIE TOWARZYSTWO DOBROCZYNNOŚCI

NZOZ
**ZESPÓŁ DŁUGOTERMINOWEJ
OPIEKI ZDROWOTNEJ**

Radom

ul. Czachowskiego 42

od pon. do pt. 8-15

tel. 48 384 7876, 48 364 4703

ul. 1905 Roku 20 p. 316

pn. czw. 14-16; wt. śr. pt. 8-9¹⁵

tel. 0 515 176 236

świadczy bezpłatne usługi w ramach



**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 pielęgniacyjne 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

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



**Samodzielny Wojewódzki Publiczny Zespół Zakładów Psychiatrycznej Opieki Zdrowotnej
im. dr Barbary Borzym w Radomiu**

realizuje projekt pn.:

„Termomodernizacja budynku pawilonu szpitalnego nr 1 wraz z wymianą oświetlenia wbudowanego na energooszczędne”



zmniejszeniu zużycia energii cieplnej i elektrycznej.

W ramach realizacji III etapów projektu wykonane zostaną prace termoizolacyjne ścian i dachów budynków, wymianie ulegnie stolarka okienna i drzwiowa, zmodernizowane zostaną instalacje wewnętrzne centralnego ogrzewania i ciepłej wody użytkowej. Istniejące oświetlenie zostanie zastąpione energooszczędnymi światłami

typu LED, a za produkcję energii odpowiadać będą zainstalowane na dachach budynków ogniwa fotowoltaiczne o łącznej mocy 120KW.

Poprzez fundusze EOG i fundusze norweskie, Islandia, Liechtenstein i Norwegia przyczyniają się do zmniejszania nierówności społecznych i ekonomicznych oraz wzmacniania relacji dwustronnych z państwami beneficjentami w Europie.

Te trzy państwa ściśle współpracują z Unią Europejską na podstawie Porozumienia o Europejskim Obszarze Gospodarczym (Porozumienie EOG).

W okresie 2009–2014 wartość funduszy EOG i funduszy norweskich wynosi 1,79 miliarda euro. Norwegia zapewnia około 97% łącznego finansowania. Fundusze są dostępne dla organizacji pozarządowych, instytucji badawczych i szkół wyższych, sektora publicznego i sektora prywatnego w 16 krajach. W ich ramach ma miejsce szeroka współpraca z podmiotami z państw darczyńców, a przedsięwzięcia mogą być wdrażane do 2017 r.

Najważniejsze obszary wsparcia obejmują ochronę środowiska i zmiany klimatyczne, badania i stypendia, społeczeństwo obywatelskie, ochronę zdrowia i wsparcie dla dzieci, równość płci, sprawiedliwość i dziedzictwo kulturowe.

Projekt dofinansowany przez Islandię, Liechtenstein i Norwegię ze środków Mechanizmu Finansowego Europejskiego Obszaru Gospodarczego 2009-2014 (fundusze EOG).

Wartość projektu - 7 341 256,00 PLN

Kwota dofinansowania z funduszy EOG: 5 852 043, 00 PLN

Okres realizacji projektu: 1 września 2014 roku – 30 kwietnia 2017 roku

Celem głównym projektu jest poprawa efektywności energetycznej i ekologicznej sześciu budynków szpitalnych. Cel zostanie osiągnięty dzięki ograniczeniu emisji szkodliwego dwutlenku węgla do atmosfery oraz



Osoba do kontaktu w sprawie projektu: Marcin Jonczyk, tel. 48 332-46-97

Adres: ul. Krychnowicka 1, 26-607 Radom

e-mail: szpital@szpitalpsychiatryczny.radom.pl

www.szpitalpsychiatryczny.radom.pl

**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

ANDRZEJ BORYSOWICZ
LEKARZ SPECJALISTA NEUROLOG

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

N/0415

Pracownia EMG
spec. neurolog Grzegorz Jurkiewicz

telefoniczna rejestracja pacjentów
codziennie w godzinach 15 - 19

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, przeziemiączkowe,
stawów biodrowych, kolanowych,
kolor doppler i inne

BIOPSJE: gruczołów piersiowych,
tarczycy, prostaty

Radom, ul. Żeromskiego 64
tel. 48 364-22-66

695434813

Nowy Aparat VOLUSON 730

B/0335



**SPECJALISTYCZNY
GABINET
NEUROLOGICZNY**

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

PRZYJMUJE:

poniedziałki 16 - 18

Centrum Medyczne

MED JANA

Radom, ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)

wtorki 16 - 18

Przysucha, ul. Warszawska 25

tel. 0606731821

N/0316

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

**GABINET LEKARSKI
NEUROLOGICZNY**

Dr n. med. **KRZYSZTOF NADGRODKIEWICZ**
specjalista neurolog

Radom, ul. Żeromskiego 65
pokój 107

zapisy pon. - pt. 8 - 17

tel. 697060807

przyjmuje:
poniedziałki i środy
od godziny 17

N/0387

**GABINET
NEUROLOGICZNY**

Radom, ul. KellesKrauz 32

poniedziałek 16-17

Marina Chojnacka
neurolog

604 994 824

tel.pryw. 48 384 89 04

N/0247


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

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

**JAROSŁAW
KOSOWSKI**

specj. NEUROLOG

Radom,
ul. Focha 12/7

rejestracja:

tel. **608460030**

przyjmuje
w poniedziałki i środy od godz. 16

N/0290

B/0602

BADANIA
www.zdrowko.com

BADANIA
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

NEUROLOGIA
www.zdrowko.com

NEUROLOGIA
www.zdrowko.com

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

lekarz specjalista psychiatra

lekarz specjalista psychiatra

tel: 506 472 466

tel: 502 258 348

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

S/0308

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

tel. 600 466 638,

e-mail: centiped@poczta.fm

S/0573

CENTRUM MEDYCYNY KOBIET

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

lek. med. **Zygmunt Jacek Nita**

Specjalista Ginekolog - Położnik

gabinet czynny: wtorek, 17 - 19

tel. kom. 601 950 410

G/0102

WROMED

PRAKTYKA LEKARSKA

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

lek. med.

Sławomir Wróblewski

specjalista ginekolog-położnik

ENDOKRYNOLOG

szczepienia przeciwko rakowi szyjki macicy

lek. med.

Iwona Wróblewska

specjalista chorób wewnętrznych

ENDOKRYNOLOG

lekarz medycyny estetycznej

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

zapisy od godziny 10

Badania USG

- gruczoły piersiowe
- ginekologia i położnictwo 3/4D

Biopsje pod kontrolą USG

- tarczycy
- gruczołów piersiowych
- EKG

ZAAWANSOWANE TECHNIKI LECZENIA NIEPŁODNOŚCI**Gabinet Medycyny Estetycznej**

- **Laseroterapia** - usuwanie zbędnego owłosienia i zmian naczyniowych
- **Peelingi lecznicze** - usuwanie zmarszczek, blizn potrądzikowych
- **Mezoterapia** - leczenie rozstępów, cellulitu, łysienia, biorewitalizacja skóry
- **Stosowanie wypełniaczy z kwasu hialuronowego** - wypełnianie zmarszczek, modelowanie i powiększanie ust, wypełnianie bruzd nosowych, opadających kącików ust, modelowanie owalu twarzy, powiększanie i modelowanie piersi.
- **Leczenie zmarszczek mimicznych preparatem BOTOX**
- **Makijaż permanentny**

**Laserowe usuwanie tkanki tłuszczowej
i modelowanie sylwetki Laser SlimLipo 3D**

G/0526

Ginekolog - położnik**Małgorzata Hejnar - Szczerbińska**

Radom, ul Szewska 5

tel.: 602 288 359, 48 363 15 52

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

H/0480

ADAM KRAJEWSKIspecjalista dermatolog
specjalista alergolog

przyjmuje

pon. wt. czw. 14-17

Radom, ul. Żeromskiego 92, lok. 1A

tel. 48 362 12 25

D/0047

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

PRZYJMUJE:

codziennie 9-12

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

PRZYJMUJE:

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

www.usgradom.pl

G/0343

"AGAMED"
CENTRUM MEDYCZNE

(przeniesione z ul. Kelles-Krauzza 32)

NOWA SIEDZIBA: ul. Miła 4/8

tel. 48 360-25-53

STOMATOLOGIAlek. stom. **Czubak Przemysław**lek. stom. **Domańska Bożena**lek. stom. **Chrzanowska Joanna****RTG zębów**

protetyka, wybielanie zębów

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

badania wstępne i okresowe

Pytel Anna

lek. chorób wewnętrznych, specj. medycyny pracy

Y/0156

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

Bogactwo natury – pigwa

Pigwa pospolita (*Cydonia oblonga*)

jest uprawiana jako roślina ozdobna w sadach, przydomowych ogródkach, parkach i działkach. Owoce pigwy dojrzewają jesienią – we wrześniu i październiku. Są żółte, duże i kształtem przypominają małe gruszki lub jabłka, dlatego często nazywa się je „owocami jabłkowymi”. Owoce pigwy nie nadają się do je-



denia na surowo, ponieważ są twarde i kwaśne (dlatego nazywane bywają polską cytryną), jednak można z nich przygotować wiele przetworów o zaletach zarówno smakowych, jak i zdrowotnych: miód, marmolady, dżemy, powidła, kompoty, soki, pasty, nalewki oraz wina. Ze względu na wygląd pigwa pospolita często jest mylona z pigwowcem japońskim (*Chaenomeles japonica*), jednak owoce pigwowca są wyraźnie mniejsze, twardsze i kwaśniejsze niż owoce pigwy, ale jednocześnie bardziej aromatyczne. To właśnie ich kwaskowy smak można odnaleźć w klasycznej nalewce zwanej pigwówką. Jednak w kuchni oba rodzaje owoców można stosować zamiennie i wytwarzać na ich bazie liczne przetwory.

Pigwa na grypę i przeziębienie.

Pigwa prócz cukrów i kwasów organicznych zawiera także garbniki, pektyny i olejki lotne. Ze wszystkich witamin najwięcej zawiera witaminę C (15 mg w 100 g), która wzmacnia układ odpornościowy. W okresie jesienno-zimowych zachorowań organizm wspomagają także zawarte w pigwie witaminy z grupy B. Ponadto owoce pigwy zawierają wiele

związków mineralnych, takich jak: wapń, potas, żelazo, miedź, magnez i fosfor, które są niezbędne do wzmocnienia naturalnej obrony organizmu. Dlatego współczesna fitoterapia poleca spożywanie owoców pigwy w postaci soku z dodatkiem miodu przy suchym kaszlu, przeziębieniu, grypie i jesiennym przesileniu.

Pigwa na dolegliwości ze strony

układu pokarmowego.

Surowcem leczniczym są również

nasiona pigwy. Macerat lub napar z nasion pigwy złagodzi niestrawności, a także pomoże pozbyć się zgagi i refluksu. Są zalecane również przy nadmiernej fermentacji jelitowej i stanach zapalnych przewodu pokarmowego, nieżyłku żołądka i jelit, uszkodzeniach śluzówki żołądka.

Zarówno owoce, jak i nasiona pobudzają trawienie oraz wpierają przemianę materii, dlatego często polecane są jako suplement diety odchudzającej. Wzmocniają również wątrobę, dlatego mogą je spożywać osoby zażywające leki.

Z kolei z pestek pigwy, które również mają wiele właściwości zdrowotnych (w tradycyjnej medycynie ludowej to lek na poprawę apetytu), można przygotować nalewkę zwaną pestkówką lub wyciąg z nich dodać do herbaty.

Źródło: www.poradnikzdrowie.pl



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
- pedagogzy • surdopedagodzy
- psychologowie • fizjoterapeuci
- 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 Klonowicą,
wejście z tyłu budynku, drugie drzwi za apteką

OFERTA DLA DZIECKA MAŁEGO

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

OFERTA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY:

- diagnoza i terapia logopedyczna, pedagogiczna, psychologiczna,
- programy terapeutyczne, programy modyfikacji zachowań niepożądanych, terapia behawioralna,
- trening umiejętności społecznych dla dzieci z zaburzeniami neurorozwojowymi,
- terapia młodzieży z trudnościami w funkcjonowaniu językowym, wsparcie w procesie edukacji, wzmocnianie 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



CHŁODNA
MED

UROLOGIA
dr. R. MOLGA

CHIRURGIA
dr. R. KOZIEŁ

502 166 165
48 331 06 46

www.chlodnamed.pl

ZDROWIE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

RÓŻNE
www.zdrowko.com

RÓŻNE
www.zdrowko.com

UROLOGIA
www.zdrowko.com

Nowatorskie badania genetyczne wcześniaków

119 wcześniaków z Polski przebadali lekarze, szukając genetycznych przyczyn przewlekłej choroby płuc i retinopatii wcześniaczej.

„Organizmy tych dzieci w zależności od stopnia dojrzałości produkowały inne zastawy białek, a to może mieć wpływ na ich dalszy rozwój” – mówili w poniedziałek (24.10.2016 – przyp. red.) specjaliści.

W ramach polsko-norweskiego projektu badawczego NEOMICS przebadano dzieci urodzone przed 30 tygodniem ciąży w Krakowie i w Warszawie. Najmniejsze z nich ważyło 500 g, największe mniej niż 1400 g.

„Postanowiliśmy sprawdzić, dlaczego dzieci, mimo że są urodzone w tym samym wieku płodowym, jedne chorują, a drugie nie, u jednych objawy są bardziej nasilone, u innych są łagodne lub nie ma ich wcale” – mówił na konferencji prasowej w Uniwersyteckim Szpitalu Dziecięcym kierownik projektu prof. Jacek J. Pietrzyk. „Badamy, które geny u noworodków urodzonych przedwcześnie stają się aktywne na jakim etapie rozwoju dziecka, i jaki jest produkt tych genów, czyli białka w komórkach” – wyjaśnił.

Jak dodał profesor, badaczy interesował szczególnie wpływ podawania wcześ-

niakom tlenu na ich rozwój. Badano krew pobraną od dzieci i obserwowano, jak jej komórki reagują na różne czynniki, jakie mają mechanizmy obronne. „Możemy już dziś powiedzieć, że w zależności od stopnia dojrzałości, dzieci produkowały inne zastawy białek, a to może mieć wpływ na ich dalszy rozwój” – mówił kierownik Kliniki Chorób Dzieci CM UJ w Uniwersyteckim Szpitalu Dziecięcym prof. Przemko Kwinta.

Dodał, że dzięki zastosowaniu nowatorskiej metody badań, niedostępnej jeszcze kilka lat temu – mikromacierzy – mając zaledwie kilka kropli krwi, robiono badania laboratoryjne mówiące o całym genomie dziecka.

„Próbujemy znaleźć odpowiedź, co wpływa na rozwój retinopatii i na uszkodzenie płuc, i dlaczego u jednych dzieci jest to takie ciężkie, a inne wychodzą bez szanku. Mamy nadzieję, że odczytując siłę działania poszczególnych genów i innych czynników wpływających na działanie tych genów, będziemy w stanie skutecznie pomóc dzieciom” – mówił prof. Mirosław Bik-Multanowski, kierownik Zakładu Genetyki Medycznej UJ CM.

Noworodki uczestniczące w badaniach przez kilka lat pozostaną pod opieką Poradni Zaburzeń Rozwoju Dzieci, gdzie przechodzą szczegółowe badania okulistyczne, neurologiczne i badania funkcji płuc.

Eksperymentalna część badań była prowadzona na zwierzętach. Naukowcy w laboratorium Instytutu Pediatrii Rikshospitalet Uniwersytetu w Oslo poddawali noworodki myszy działaniu zwiększonej ilości tlenu i sprawdzali, jaki ma to wpływ



na rozwój ich płuc oraz tworzenie się naczyń w tylnej części oka.

W badaniach, które potrwać do kwietnia 2017 r., uczestniczą specjaliści z Uniwersytetu w Oslo, Kliniki Chorób Dzieci Instytutu Pediatrii CM UJ w Uniwersyteckim Szpitalu Dziecięcym w Krakowie i z Kliniki Neonatologii Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego.

Projekt uzyskał 4 mln zł z Norweskiego Mechanizmu Finansowego. Po jego zakończeniu lekarze będą pracować nad przełożeniem wyników badań na praktykę i nad ewentualną modyfikacją standardów leczenia wcześniaków. „Chcemy na podstawie tych badań wybrać 2-3 takie białka, które mogłyby być wskaźnikami, że dane dziecko należy potraktować inaczej niż pozostałe wcześniaki, jeśli białka te występują u niego w dużym stężeniu. Być może będzie ono potrzebowało innej ilości tlenu, innego pokarmu albo leków” – mówił prof. Kwinta. „Już dziś widzimy, że te dzieci muszą być traktowane bardzo indywidualnie, każde z nich inaczej” – podkreślił.

Źródło: Deon.pl

 **Madam**
Specjalistyczny Gabinet
Podologiczny

Zadbaj o swoje stopy

Odwiedź gabinet podologiczny

- Diagnostowanie
- Profilaktyka
- Pielęgnacja stóp

Pedicure specjalistyczny
Bezpłatne konsultacje
Usuwanie brodawek wirusowych
Usuwanie nadmiernych zrogowaceń (odcisków, nagniotków, modzeli)
Pielęgnacja pęknięć i rozpadlin
Profilaktyka stopy cukrzycowej
Korekcja wrastających paznokci

Godziny Otwarcia
Pon. - Pt. 8.00 - 18.00
Sob. 8.00 - 14.00

tel. 48 312 17 33 kom. 697 078 042
ul. Kościuszki 1A, Lokal 104, Piętro I
26-600 Radom
www.madamradom.pl

SPECJALISTYCZNY GABINET PEDIATRYCZNY

lek. med. Piotr Słyk
specjalista chorób dziecięcych, radiolog

BADANIA USG
również
WIZYTY DOMOWE

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

wtorek 14⁰⁰ - 15⁰⁰ środa 15³⁰ - 17⁰⁰

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

 **ORTO-LIVE**
M. JANIK - PODGÓRSKA

specjalista dermatologii i wenerologii
lek. med. **Katarzyna Żorawicz**
MEDYCYNĄ ESTETYCZNĄ

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

J/0294

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

lek.stomatolog
Hubert Szwe

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**

NZOZ profident PRYWATNY GABINET STOMATOLOGICZNY

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

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

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

Możliwość leczenia w ramach NFZ
dzieci i młodzieży

Bezpłatne profilaktyczne lakierowanie zębów stałych u dzieci i młodzieży

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

RTG zębów



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**



IMPLANT DENTIST HEALTHCARE SERVICES

STOMATOLOGIA NA NAJWYŻSZYM POZIOMIE



choroby
stawu
skroniowo-
żuchwowego.



dr Grzegorz Romaszekiewicz

Specjalista chirurgii stomatologicznej i chirurgii szczękowej.

- rekonstrukcja koci i dziąsła wyrostka żębodołowego
- pokrywanie recesji dziąsłowych
- implantologia, paradontologia, protetyka

dr Błażej Szczerbaniewicz

Do 2001 roku nauczyciel akademicki Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Zakładzie Protetyki, autor publikacji naukowych, tłumacz literatury medycznej, konsultant i wykładowca Kwintesencji, Hager Polonia, itd. Organizator kursów doszkalaających dla lekarzy, w latach 2012, 2013 Prezydent elekt European Academy of Craniomandibular Disorders. Od roku 2014 przewodniczący sekcji bólu Jamy ustnej i Twarzy - Polskiego Towarzystwa Bólu.

- dysfunkcje stawów skroniowo-żuchwowych /ssz/
- zaburzenia krążka stawowego, trzaski i przeskakowania w ssz
- bruksizm i zaciskanie zębów, bóle mięśniowo-powięziowe
- przebudowa zgryzu, szyny relaksacyjne i pozycjonujące
- diagnostyka różnicowa, leczenie interdyscyplinarne bólów twarzy

dr n. med. Michał Bartczak

Specjalista ortodoncji. Do 2008 roku nauczyciel akademicki na Łódzkim Uniwersytecie Medycznym. Autor publikacji naukowych. Specjalizuje się w przebudowie zgryzu u pacjentów z dolegliwościami stawu skroniowo-żuchwowego oraz trudnych przypadkach ortodontycznych wymagających leczenia zespołowego.

Przygotowanie pacjentów do zabiegów ortognatycznych.

dr Agnieszka Romanik - 10 lat praktyki w leczeniu pod mikroskopem

dr Ewelina Jakubowska Tkaczyk - endodoncja, zachowawcza

dr Natalia Pięta - skaling, piaskowanie, wybielanie zębów

mgr Anna Kowalczyk - fizjoterapeuta,
dyplomowana asystentka stomatologiczna

Patrycja Kruk - dyplomowana higienistka stomatologiczna,
dyplomowany technik dentystyczny

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

e-mail: gabinet@implant-dentist.pl
www.implant-dentist.pl
tel: 607 576 849

J/0640

Nie pij za jego zdrowie

„Nie piję za jego zdrowie” – hasło reklamowe jednej z kampanii, promującej kilka lat temu abstynencję w czasie ciąży. Kampania dawno się skończyła, jednak jej przesłanie nadal jest aktualne. Niestety wiele matek nie zwróciło uwagi na wielkie bilbordy krzyczące na ulicach polskich miast.

Poziom świadomości na temat wpływu alkoholu na rozwój płodu nadal pozostawia wiele do życzenia. Doskonale widać to również w kontakcie z kandydatami na rodziców adopcyjnych. W ich wyobrażeniach do domów dziecka trafiają biedne sierotki, które straciły rodziców w tragicznym wypadku. Tymczasem w większości przypadków dzieci, które zostają zakwalifikowane do adopcji, pochodzą z rodzin dysfunkcyjnych, patologicznych, których rodzice zrzekli się praw rodzicielskich, bądź którym,

z powodu rażących zaniedbań, niewydolności wychowawczej lub nadużyć te prawa odebrano. Dzieci te często już w okresie prenatalnym narażone były na utratę zdrowia lub życia przez nieodpowiedzialne i ryzykowne zachowania ich matek, co skutkuje wieloaspektowymi trudnościami w późniejszym życiu. Dlatego znaczną część szkolenia przygotowującego kandydatów do rodzicielskich ról zajmuje problematyka Alkoholowego Zespołu Płodu.

Co to jest FAS?

FAS (od ang. FetalAlcohol Syndrom) jest najcięższą formą uszkodzeń płodu w wyniku spożywania alkoholu przez matkę w czasie ciąży. Oznacza zespół wad wrodzonych somatycznych i neurologicznych, wywołanych na skutek prenatalnej ekspozycji na działanie alkoholu. Pełnoobjawowy FAS charakteryzuje się:

- specyficznymi deformacjami twarzy (opadające powieki, krótkie szpary powiekowe, szeroko rozstawione oczy, krótki zadarty nos, brak czerwieni wargowej, wolniejszy rozwój środkowej części twarzy, wygładzona rynienka nosowa i wąska górna warga, słabo rozwinięta żuchwa, a także nisko osadzone uszy, krótka szyja, niedorozwój płytki paznokciowej, anomalie kości i stawów);
- spowolnionym rozwojem fizycznym (za-

równie przed urodzeniem, jak i po – niska waga urodzeniowa, mała głowa, niski wzrost, niska waga w porównaniu z wiekiem rozwojowym, opóźnienia rozwojowe);

- zaburzeniami wskazującymi na uszkodzenia centralnego układu nerwowego (zaburzenia motoryki dużej i małej, zaburzenia sensoryczne, problemy z koncentracją, trudności w uczeniu się, kłopot z rozumieniem pojęć abstrakcyjnych, problemy w zakresie komunikacji i posługiwania się językiem).

Pełnoobjawowy FAS stanowi 10% wszystkich przypadków zaburzeń rozwoju wynikającego z działania etanolu. Alkoholowy Zespół Płodu zaliczany jest do tzw. Spektrum Alkoholowych Uszkodzeń Płodu FASD, co oznacza, że postaci zaburzeń, wynikających ze spożywania alkoholu w czasie ciąży przez matkę, może być kilka. Należy bowiem pamiętać, że skutki działania alkoholu obserwuje się nie tylko w postaci anomalii fizycznych, ale także w formie zmian w obrębie układu nerwowego (sfera intelektualna, poznawcza). By doszło do uszkodzeń i deformacji fizycznych, ilość spożytego alkoholu musi być duża, uszkodzenie mózgu natomiast może nastąpić już po wypiciu nawet niewielkiej ilości alkoholu. Z tego względu oprócz FAS-u wyróżniamy kilka innych zespołów, zaliczanych do Spektrum Alkoholowych Uszkodzeń Płodu FASD:

- FAE (FetalAlcoholEffect) – Alkoholowy Efekt Płodowy, który stosowany jest przy opisie zaburzeń podobnych do FAS, jednak bez wystąpienia charakterystycznych deformacji fizycznych tego zespołu;
- PFAS (PartialFetalAlcohol Syndrom) –



Specjalistyczne Usługi Pielęgniarskie w Miejscu Wezwania

mgr Paulina Szymańska

ŚWIADCZY USŁUGI:

- iniekcje (zastrzyki)
- domięśniowe, dożylnie, podskórne
- założenie wenflonu i podłączenie kroplówki
- cewnikowanie kobiet i mężczyzn
- zakładanie sondy do żołądka
- lewatywa
- toaleta drzewa oskrzelowego
- edukacja zdrowotna
- bańki lekarskie
- pobieranie krwi (współpraca z Chłodnamed)
- inne czynności pielęgniarskie

tel. 609-114-136

P/0629

NZOZ ESSAMED
Anna Sosińska
www.essamed.pl

Radom, ul. CHROBREGO 54 lok. 7

BEZPŁATNIE NA PODSTAWIE UMOWY Z

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

OSOBISTO: pn - pt w godz. 9-16

P/0430

„ZAWSZE PRZY TOBIE,, Sp.z o.o.

oferuje usługi w zakresie

Hospicjum Domowego dla Dorosłych

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

Pielęgniarska Opieka Długoterminowa w domu chorego

Kontakt telefoniczny całodobowo

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

501 741 118, 602 772 744

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

P/0516

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 DOBĄ 509 514 811

P/0536



opieka.radom.pl

Sprawiamy, że znalezienie
lepszego opiekuna dla Twoich bliskich
jest łatwe jak nigdy dotąd!

Tel.: 507 833 390

info@opieka.radom.pl | www.opieka.radom.pl



I/0650

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

Częściowy Zespół Alkoholowy Płodu opisuje niektóre charakterystyczne dla FAS zmiany fizyczne oraz trudności wskazujące na uszkodzenie CUN, takie jak problemy z nauką lub zaburzenia zachowania;

- ARBD (AlcoholRelatedBirthDefects) – Poalkoholowy Defekt Urodzeniowy określa wady rozwojowe (fizyczne anomalie), związane z działaniem alkoholu, takie jak niewłaściwa budowa szkieletowa, uszkodzenie serca, zaburzona mała i duża motoryka, zaburzenia widzenia i słyszenia;

- ARND (AlcoholRelatedNeurodevelopmentDisorders) – Poalkoholowe Zaburzenia Układu Nerwowego definiują zaburzenia neurologiczne związane z używaniem alkoholu

Ciąg dalszy na str. 16.

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

UZALEŻNIENIA OD SUBSTANCJI PSYCHOAKTYWNYCH
(alkohol, narkotyki)
UZALEŻNIENIA OD CZYNNOŚCI
(hazard, komputer, jedzenie, zakupy)

UZALEŻNIENIE - JEST WYJŚCIE

Tel.: 48 383 66 72, 48 383 66 73
poniedziałek-piątek godz. 9⁰⁰ - 17⁰⁰

Kom.: 608 206 472

www.odwyk.radom.pl

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

H/0448

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

J/0597

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

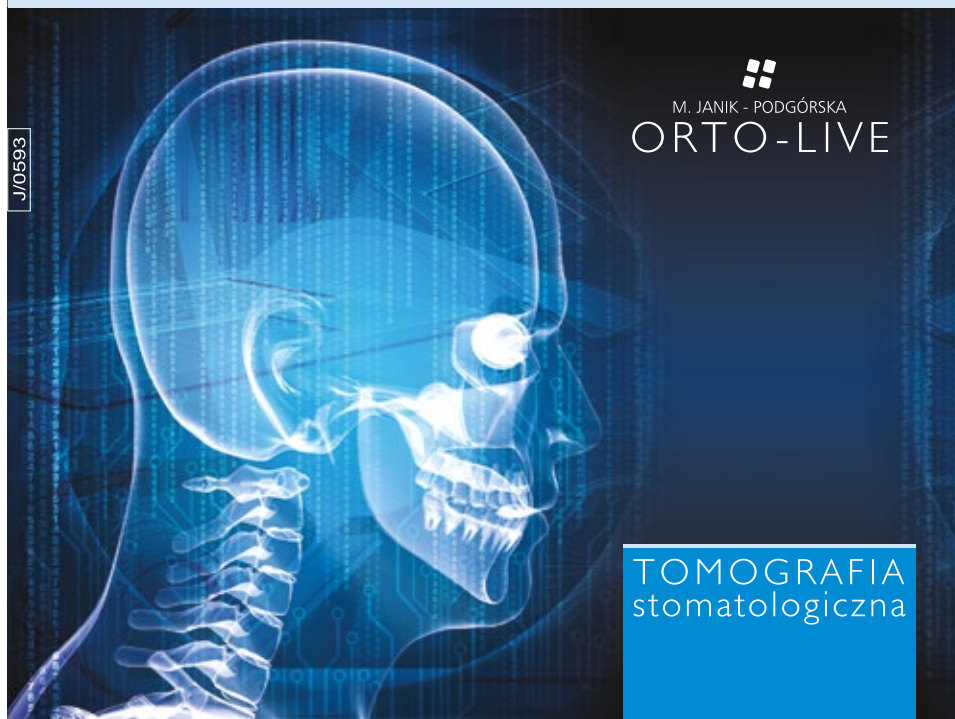
przyjmuje:

Środa od 16.00

tel. 695 757 775

S/0362

PRACOWNIA RADIOLOGICZNA



M. JANIK - PODGÓRSKA
ORTO-LIVE

**TOMOGRFIA
stomatologiczna**

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



ul. Lekarska 2A, 26-600 Radom

tel. 602 660 944

www.ortolive.pl

ortolive.janik@gmail.com

PSYCHIATRIA

PSYCHOLOGIA

ZDROWIE

BADANIA

BADANIA

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com



specjalistyczna
pracownia analiz
lekarskich
mgr Krystyna Baldys

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

więcej na: www.baldys-lab.eu

Nie pij za jego zdrowie

Ciąg dalszy ze str. 15.

przez matkę podczas ciąży, przejawiające się u dziecka w problemach z nauką, trudnościami z pamięcią i koncentracją, słabą kontrolą impulsów, niewłaściwym osądem sytuacji oraz zachowaniami nieakceptowanymi społecznie.

Spożywany alkohol może prowadzić do uszkodzeń na poziomie mikro lub makro na każdym etapie ciąży. Nie ma „bezpiecznego czasu” na spożycie lampki wina czy małego piwa. W pierwszym bowiem trymestrze ciąży alkohol uszkadza mózg dziecka, zaburza prawidłowy rozwój i migrację komórek, ponadto może dojść do uszkodzeń serca i wątroby oraz deformacji twarzy. U wielu kobiet dochodzi także do poronienia, zwłaszcza na bardzo wczesnym etapie ciąży. W drugim trymestrze alkohol w dalszym ciągu zagraża poronieniem, ponadto osłabia rozwój mózgu, a także może prowadzić do uszkodzeń komórek mięśniowych, skóry, wielu gruczołów i kości. Trzeci trymestr wcale nie jest „bezpiecznym” czasem, choć wiele kobiet uważa, że skoro wszystkie

struktury i narządy zostały już rozwinięte, to dziecku nic nie grozi. Nic bardziej mylnego. W tym czasie alkohol może doprowadzić do opóźnienia wzrostu wagi dziecka, przedwczesnego porodu, może znacząco wpłynąć na rozwój zdolności poznawczych, koncentracji uwagi oraz myślenia przyczynowo-skutkowego.

Dlaczego tak się dzieje?

Wielu uważa, że szkodliwość tych „niewielkich” ilości to mit. Tymczasem regularnie przyjmowane „niewielkie” ilości etanolu z czasem się sumują i to w całkiem sporą ilość alkoholu, który nie pozostaje obojętny na rozwijające się dziecko. Zarówno w pierwszym trymestrze, jak i tuż przed porodem. Im wcześniejsza faza ciąży i częstsze picie, tym więcej głębszych uszkodzeń, które zachodzą u dziecka. Nawet najmniejsza ilość przyjętego alkoholu może szkodzić dziecku, ponieważ alkohol bez problemu przenika przez łożysko i już po ok. 40 minutach od momentu spożycia przez matkę, jego stężenie u dziecka jest zbliżone do stężenia we krwi matki. Efektem tego może być właśnie rozwój FAS, a w najlepszym wypadku innych, łżejszych postaci zaburzenia. Nawet jeśli nie dojdzie do anomalii fizycznych, najbardziej wrażliwym na zmiany narządem jest mózg. Najbardziej narażone na działanie alkoholu obszary mózgu to z kolei: ciało modzlowate (odpowiada za współpracę półkul, przekaz informacji przy podejmowaniu codziennych czynności), mózdzek (sprawuje kontrolę nad motoryką), zwoje podstawy (odpowiada za pamięć i procesy poznawcze), hipokamp (bierze udział w procesach uczenia się i pamięci) oraz płaty czołowe (odpowiedzialne za funkcje wykonawcze, kontrolę impulsów i osąd).

Jak często występuje?

Częstotliwość występowania FAS-u szacowana jest średnio na 3-9 przypadków na 1000 żywych urodzeń, przy czym jest ona róż-

LABORATORIUM LAB-MEDIC

mgr Lena Krajewska

Radom,

ul. Żeromskiego 92, lok 1A
tel./fax 48 362 12 25

zapraszamy

pn. - pt. 7.00-18.00,
w soboty 8.00-9.00

Badania analityczne
Mikrobiologia - wymazy, hormony

LABQUALITY - HELSINKI

ISO 9002

www.lab-medic.pl



na w różnych krajach. W USA ok. 3 przypadki na 1000 żywych urodzeń, we Francji 4,8 na 1000 żywych urodzeń, ale w RPA już 40 na 1000 żywych urodzeń. W Polsce właściwie tylko na podstawie ankiet dotyczących spożycia alkoholu oraz wiedzy na temat jego szkodliwości w okresie ciąży możemy wnioskować o skali zjawiska. Dotychczas nie przeprowadzono oficjalnych badań epidemiologicznych. Ale dane szacunkowe wskazują, że na 1000 żywych urodzeń ok. 3 dzieci rodzi się z pełnoobjawowym FAS-em (ok. 1000 dzieci rocznie). Szacuje się także, że 3% noworodków dotkniętych jest pozostałymi zespołami alkoholowymi. Jednak realna ocena częstości spożywania i nadużywania alkoholu przez kobiety w ciąży jest trudna, ponieważ wiele z nich nie przyznaje się do tego z obawy przed krytyką ze strony środowiska. Wiele z nich nie posiada wiedzy na temat szkodliwości alkoholu dla rozwijającego się dziecka. Trudno się temu dziwić, skoro wielu ginekologów nie informuje swoich pacjentem o teratogennym wpływie alkoholu. Zdarzają się także przypadki namawiania pacjentek do przysłowiowej lampki wina, która rzekomo ma zmniejszać napięcie, redukować stres, a nawet znosić czynność skurczową macicy.

Fakty i mity

Potwierdzają to badania przeprowadzone przez jedną z polskich fundacji, która w 2005 roku zapytała 1000 Polaków w wieku powyżej 15 roku życia o wpływ alkoholu spożywanego w ciąży. Nieco ponad 30% badanych stwierdziła, że niewielka dawka alkoholu

PRZYCHODNIA WETERYNARYJNA



+48 627 81 81

www.vetcareradom.pl

USG i RTG
system radiografii cyfrowej
diagnostyka laboratoryjna
stomatologia / profilaktyka / chirurgia

PON.-PT. 9⁰⁰-20⁰⁰/SOB.10⁰⁰-14⁰⁰
ND. 10⁰⁰-12⁰⁰

ul. Rapackiego 12 lok U6

W0632

"DORadca"

Kancelaria Doradztwa Podatkowego
Dorota Nowak

nr wpisu 10411

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

Prowadzenie:

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

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

tel.kom. 793027097, tel. 48 3602761

AD0548



DIACOMTM TECHNOLOGY

**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.**

Zapisy na badanie pod numerem telefonu
506 183 797

www.facebook.com/diacom.solatiumnatural

L/0646

spożywanego w ciąży, może mieć korzystny(!) wpływ na matkę i jej nienarodzone dziecko. Zapytani o to, gdzie spotkali się z informacją o korzystnym wpływie regularnie spożywanego czerwonego wina przez kobiety w ciąży, wśród źródeł wiedzy na ten temat, oprócz rodziny, prasy i mediów, wymieniali także lekarzy(!).

Dokończenie na str. 18.



affidea
—najważniejsze jest zdrowie

rezonans magnetyczny

Umów się na badanie:
 affidea.pl
 22 44 11 111
Odbierz wyniki online:
 affidea.pl/wyniki-online

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

dia nosis

**BEZPŁATNIE
NA PODSTAWIE UMOWY Z NFZ
PIELĘGNIARSKA OPIEKA DOMOWA**

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

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

PRACOWNIA RADIOLOGICZNA

Najnowszy sprzęt tomografii cyfrowej CBCT



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.

Najwyższa jakość badań RADIOLOGII CYFROWEJ

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

BADANIA
www.zdrowko.com

BADANIA
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

BADANIA
www.zdrowko.com

RADIOLOGIA
www.zdrowko.com



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



Nie pij za jego zdrowie

Dokończenie ze str. 17.

Wprawdzie dwie trzecie ankietowanych miała świadomość szkodliwości spożywania alkoholu w ciąży, to najbardziej niepokojący jest fakt, że ponad 30% kobiet w wieku prokreacyjnym (18-40 lat), które urodziły dzieci, przyznaje, że piła w ciąży alkohol w niewielkich ilościach. Większość z nich spożywała alkohol nie wiedząc jeszcze, że spodziewa się dziecka, a więc w czasie, gdy najintensywniej dokonują się wszystkie zmiany, gdy już rozwija się pod sercem mamy nowe życie.

Należy podkreślić, że FAS jest problemem, który dotyczy całego społeczeństwa,

wbrew pozorom, bez względu na status społeczny czy ekonomiczny. W grupie kobiet spożywających alkohol w czasie ciąży znajdują się zarówno te uzależnione od alkoholu, które ze względu na rozbudowane mechanizmy uzależnienia nie zachowują abstynencji w czasie ciąży, jak również te niedojrzałe, nie myślące o konsekwencjach, pijące nadmiernie w ramach rozrywki. Ale są także i takie kobiety, które traktują ciążę jako nieszcześnie, sytuację niepożądaną i niemożliwą do zaakceptowania, przez co alkohol i jego nadmierne ilości wypijane w ciąży stanowią sposób poradzenia sobie z obniżonym nastrojem oraz stają się środkiem wczesnoporonnym.

Na uwagę zasługuje również fakt, że brak świadomości szkodliwości alkoholu na rozwijający się płód, a co więcej – przekonanie o pozytywnym wpływie lampki czerwonego wina na poprawę krążenia, sprawia, że również dojrzałe, zaradne, zamożne kobiety dość powszechnie sięgają po alkohol w towarzystwie lub po męczącym i stresującym dniu. Również

w okresie ciąży. Natomiast spożywany alkohol w równym stopniu wpływa negatywnie na rozwój dziecka u wykształconej i dobrze sytuowanej kobiety, co u niedojrzałej i nieświadomej ubogiej dziewczyny. Często zapominamy, że ilość czystego alkoholu etylowego (standardowa porcja 10 g), zawarta w kieliszku wódki, jest taka sama co w lampce wina i równoważna ilości alkoholu w jednym piwie. Nie ma więc znaczenia, czy kobieta pije czystą wódkę, sący piwo, czy delectuje się winem. Sposób i okoliczności picia alkoholu nie mają znaczenia – za każdym razem ciężarna dostarcza dziecku taką samą porcję alkoholu. Choć wielu kobietom wydaje się, że jednak istnieje różnica między kieliszkiem wódki a lampką wina. Dlatego właśnie w grupie kobiet o wyższym statusie społecznym i ekonomicznym najtrudniej i najpóźniej diagnozuje się u dzieci zaburzenia z grupy Spektrum Alkoholowych Uszkodzeń płodu FASD, ponieważ często nawet nie odważy się zapytać podczas wywiadu o spożywanie alkoholu w czasie ciąży.

Skutki działania alkoholu na płód są nieodwracalne. FAS-u nie można wyleczyć, można jedynie podjąć szereg działań terapeutycznych.

M. JANIK - PODGÓRSKA
ORTO-LIVE

Michał Wieczorski

SPECJALISTA
OTOLARYNGOLOG

Zgłoszenia tel. pn-pt w godz. 9-20.

602 660 944

Radom ul. Lekarska 2A

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

M/0630

GABINET LARYNGOLOGICZNY

**MAŁGORZATA
MIKULSKA**

lekarz laryngolog specjalista foniatra

Przyjmuje: wtorek 17.00 - 19.00

Radom, ul. Główna 12

rejestracja codziennie

tel. 48 331 20 19

tel. dom. 660 426 797

M/0306



SPECJALISTYCZNA PRAKTYKA LEKARSKA

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



dr n. med. Danuta Kucharska

specjalista otolaryngolog

tel. prywatny: 604 226 118

DIAGNOSTYKA I LECZENIE AMBULATORYJNE

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

DIAGNOSTYKA I LECZENIE

zaburzeń słuchu u dzieci i dorosłych

zaburzeń głosu i mowy u dzieci i dorosłych

ENDOSKOPOWA OCENA MIGDAŁKA GARDŁOWEGO

przy pomocy endoskopu giętkiego

DIAGNOSTYKA I LECZENIE ZAWROTÓW GŁOWY

VNG

M/0130

ZABIEGI OPERACYJNE:

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

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



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

Radom ul. Olsztyńska 33a

tel.: 48 3442078, 48 3440329, 666 128195

Zapraszamy od poniedziałku do piątku
w godzinach 9-16

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

REFUNDACJA z NFZ

ZAPRASZAMY

tel.: 48 3442078, 48 3440329

M/0382

ZBIGNIEW KUPIS

- specjalista chirurgii ogólnej
chirurgii naczyniowej i angiologii

**Leczenie przewlekłej niewydolności żyłnej
i miażdżycy kończyn dolnych:**

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

F/0071

NOWOCZESNE METODY LECZENIA CHOROBY 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, tel. 602 66 88 31 po godz.19

**USG
DOPPLER naczyń
operacje żyłaków
skleroterapia
termoablacja
RF-celon**

F/0061

nych, wspierających poprawę funkcjonowania dziecka. Dlatego tak ważna jest wczesna diagnostyka i szybka interwencja, by zminimalizować stopień zaburzeń poprzez korektę deficytów. Jednak tej nieuleczalnej chorobie można zapobiegać i to w 100% – utrzymując abstynencję w czasie trwania ciąży. A także przed planowanym powiększeniem rodziny.

Dlatego właśnie nie piję za jego zdrowie.

**Literatura:*

Banach M. (red.), (2011), *Alkoholowy Zespół
Płodowy. Teoria. Diagnostyka. Praktyka*, Kraków:
Wyższa Szkoła Filozoficzno-Pedagogiczna
„Ignatianum” i Wydawnictwo WAM.
Źródło: Deon.pl

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

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

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

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
chirurgiczne jednego dnia, choroby piersi

www.euromed.radom.pl

PROKTOLOGIA CHIRURGIA

ZBIGNIEW KOTUR

specjalista chirurgii ogólnej i onkologicznej
proktolog

www.kotur.pl, gabinet@kotur.pl

- choroby odbytu i odbytnicy
- nowoczesne bezbolesne leczenie żyłaków odbytu metodą HEMORON
- wzrastające paznokcie
- usuwanie zmian skórnych, kaszaków, znamion
- diagnostyka i leczenie zmian w piersi (gruczolaki, torbiele itp.)
- leczenie stulejki
- Porady lekarskie, konsultacje, wizyty domowe

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

F/0456

Porady chirurgiczne i onkologiczne

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

SZCZEGÓLNE CHOROBY PIERSI

PORADY I ZABIEGI

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

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

G/0045

CHIRURGIA
www.zdrowko.com

CHIRURGIA
www.zdrowko.com

CHIRURGIA
www.zdrowko.com

CHIRURGIA
www.zdrowko.com

ONKOLOGIA
www.zdrowko.com



Radom, ul. Bernardyńska 3A,

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

LEKARZE
SPECJALIŚCI

511 511 234
48 386 95 00

Jak schudnąć bez stosowania diety

Chcesz schudnąć, ale słowo „dieta” wywołuje w tobie skrajne emocje. Kojarzy ci się z wyrzeczeniami, odmawianiem sobie żywieniowych przyjemności, momentami głodu i uczuciem ogólnego niezadowolenia. Zamiast drastycznych i radykalnych zmian, poznaj 9 trików, które pozbawią cię niechcianego tłuszczu.

Metody: „MŻ” („mniej żreć”) lub „nie jedz tego, bo przytyjesz, a od tamtego schudniesz” niestety nie wpływają za dobrze na twoje samopoczucie i kojarzą ci się jednoznacznie i źle – z dietą odchudzającą.

Diet takich powstało w ostatnich czasach co najmniej kilkaset i każda z nich ma inne założenia. Jedne wykluczają produkty danej grupy pokarmowej, a inne wskazują na składniki sprzyjające odchudzaniu.

Jak się w tym nie zgubić? Czy da się przeżyć na diecie? Co jeść, a czego unikać? Jak długo stosować dietę i którą wybrać?

- Przede wszystkim należy pamiętać, że dieta to indywidualna kwestia każdej osoby, dlatego powinna być dopasowana personalnie, czy to z pomocą dietetyka, czy też trenera, który zna się na rzeczy

i dopasuje dietę do twoich potrzeb – mówi ekspert z portalu PoProstuZdrowo.pl

Dobra dieta powinna być dopasowana do twojego indywidualnego zapotrzebowania na energię, wieku, stylu życia (praca w ruchu lub siedząca, praca w systemie zmianowym itd.) i celu.

Jednak **zamiast dokonywać radykalnych zmian, które często są niemożliwe do wykonania i utrzymania przez dłuższy czas, na dobry początek zacznij od zmiany kilku nawyków żywieniowych. Stopniowe zmiany są łatwiejsze do zaakceptowania i dają trwalszy efekt.**

Na początek najłatwiej znaleźć zamienniki dla kilku kalorycznych potraw, sosów i innych „smakołyków”, aby odrobić „odchudzić” dzienny jadłospis i wyeliminować przy okazji zbędne tłuszcze zwierzęce, które tak nie sprzyjają zdrowiu serca i całego układu krwionośnego.

Oto kilka prostych trików, zamien-

Barbara Węgrzycka
Specjalista chorób płuc
Pulmonolog

Radom, ul. Bernardyńska 3A



CENTRUM
BERNARDYŃSKA

511 511 234
48 386 95 00

Y/0649

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

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

ników, które zmniejszą kaloryczność twoich posiłków i z powodzeniem odejmą zbędny tłuszcz z bioder oraz brzucha:

1. Miód zamiast cukru – każdy chyba zdaje sobie już sprawę z tego, że zwykły biały cukier jest kaloryczny, a w dodatku pozbawiony wszelkich wartości odżywczych. To samo jest ze sztucznymi słodzikami i innymi wynalazkami, typu brązowy cukier, który tak naprawdę jest cukrem białym, lecz barwionym. Miód natomiast zawiera naturalne cukry i z powodzeniem może zastąpić zwykły cukier do słodzenia herbaty, a przy tym zawiera mikroelementy oraz niektóre witaminy (A, witamina z grupy B, kwas foliowy). Wspaniale komponuje się z białym serem, a także z masłem orzechowym i z bakaliowymi mieszankami.

2. Majonez zastąp jogurtem naturalnym (ew. greckim lekkim) lub musztardą. Jogurt naturalny z powodzeniem możesz dodawać do sałatek zamiast tłustych sosów lub do zup zamiast śmietany (wtedy możesz użyć jogurtu greckiego o obniżonej zawartości tłuszczu). Nie martw się, że od razu musisz dokonać takiej zmiany, jeśli bardzo lubisz majonez. Przyzwyczaj się do niej stopniowo. Początkowo możesz mieszać majonez z jogurtem i stopniowo zwiększać proporcję jogurtu. Do zagęszczania sosów możesz używać duszonych i zmielonych warzyw, najlepiej do tego nadaje się seler z marchewką i cebulą.

3. Zamiast pocieszenia w jedzeniu ulubionych smakołyków, sprawiasz sobie małe przyjemności codziennie. Relaksująca kąpiel w obfitej pianie, nowy manikiur u kosmetyczki, gorąca sauna po całym dniu, czy relaksujący prysznic z masażem. Zamiast dogadzać sobie jedzeniem, na inne przyjemności związane z pielęgnacją twojego ciała, a odwiedzając ci się za to biodra i brzuch, które nie będą obrastały w tkankę tłuszczową.

4. Pogaduchy przy kawie z ciastkiem zamiast na aktywny spacer po okolicy – zawsze gdy umawiasz się z przyjaciółką na kawę, zwykle temu towarzyszy jakiś słodki smakołyk.

Dokończenie na str. 23.

NZOZ DENT-ARTIS
lek. stom. **Bożena Domańska**
lek. stom. **Anna Domanska**
Radom,
ul. Waryńskiego 9a lok 7 I piętro
tel.: 48 334 14 25, 604 481 599

Czynne codziennie
sobota po wcześniejszym uzgodnieniu

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

LECZENIE BEZ BOROWANIA
metodą abrazji wodno-powietrznej

GABINET STOMATOLOGICZNY
lek.stom.
Aneta Safin - Makowska
Radom ul Katowicka 14
tel. 661 310 099

AURUM DENT
RADOM UL. PAMIĘCI KATYŃIA 12A/1
TEL. 530 704 300
48 369 99 00
www.aurumdent.pl

GABINET DENTYSTYCZNY
LEK.STOM. MAREK ZATORSKI
KOMPLEKSOWE LECZENIE - NOWOCZESNA PROTETYKA

unident
JAWORSKY EDYTA I RADOSŁAW

- stomatologia estetyczna
- implantologia
- leczenie chirurgiczne
- RTG panoramiczny i punktowy

Zapraszamy codziennie 8 - 20, w soboty 9 - 12
Radom, ul Piłsudskiego 4/2,
tel./faks 48 362 19 40 www.unident.radom.pl

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

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

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

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

STOMATOLOGIA
www.zdrowko.com

STOMATOLOGIA
www.zdrowko.com

STOMATOLOGIA
www.zdrowko.com

RÓŻNE
www.zdrowko.com

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

endomed®

ul. Ks. Sedlaka 4/6/8
kom. 604 058 628
tel. 48 365 44 72
www.endomed.radom.pl

⊕ PODSTAWOWA OPIEKA ZDROWOTNA NFZ

lek. Anna Frydryk • spec. chorób wewnętrznych, diabetolog
lek. Ewa Modrzewska-Lesisz • spec. chorób wewnętrznych, endokrynolog
dr n. med. Violetta Wilk • spec. chorób wewnętrznych, endokrynolog
dr n. med. Karolina Furman-Kuklińska • spec. chorób wewnętrznych, nefrolog
lek. Anna Malinowska • spec. chorób wewnętrznych, hipertensjolog
lek. Ewa Molenda • spec. chorób wewnętrznych,
lek. Roman Horbacz • spec. chorób wewnętrznych, nefrolog
lek. Mirosława Jastrzębska-Pasierb • spec. pediatra, diabetolog
lek. Grzegorz Walczyński • spec. pediatra
lek. Monika Ociesa • spec. pediatra
lek. Paulina Kozińska • pediatra
lek. Iwona Kędzior-Biedrzycka • spec. pediatra, kardiolog

GABINET ZABIEGOWY - EKG

PUNKT SZCZEPIEŃ

LABORATORIUM ANALITYCZNE

⊕ PORADNIE SPECJALISTYCZNE

NFZ Gastroenterologiczna • lek. Janusz Romanowski, lek. Marek Stankiewicz, lek. Ewa Tylec-Osóbka,
lek. Jacek Sobaszek, Lek. Jacek Kuta
NFZ Gastroenterologiczna dla dzieci • lek. Lesław Syczewski
NFZ Onkologiczna • dr n. med. Robert Wiraszka, dr n. med. Milena Szacht, lek. Jacek Jodłowski
NFZ Proktologiczna • lek. Jacek Sobaszek, lek. Sebastian Grudziński
Chirurgiczna / naczyniowa • lek. Jacek Sobaszek, lek. Artur Żuchowski, lek. Bolesław Sprawka
Chirurgiczna dla dzieci • lek. Ewa Elertowska
Diabetologiczna • lek. Anna Frydryk, lek. Mirosława Jastrzębska-Pasierb
Endokrynologiczna • dr n. med. Violetta Wilk, lek. Krzysztof Bocheński, lek. Ewa Modrzewska-Lesisz
Hepatologiczna • dr n. med. Grzegorz Stolarek
Kardiologiczna • lek. Maciej Wiosna
Nefrologiczna • dr n. med. Karolina Furman-Kuklińska, lek. Roman Horbacz
Neurologiczna • lek. Elżbieta Przepiórka
Neurochirurgiczna • lek. Krzysztof Zakrzewski
Ortopedyczna • lek. Tomasz Romaniuk
Pulmonologiczna • lek. Mariusz Korzeniowski
Urologiczna • lek. Radosław Molga, lek. Antoni Nierubca
Zdrowia Psychicznego • lek. Małgorzata Nagadowska-Nojek
Psychologiczna • mgr Ewelina Wróbel
Dietetyczna • mgr dietetyk kliniczny Małgorzata Janusz

⊕ DIAGNOSTYKA OBRAZOWA

Tomograf komputerowy 64-rzędowy
RTG cyfrowy - najwyższej klasy brivo
USG - jama brzuszna, przeziemięczkowe, tarczyca, piersi, BIOPSJE
dr n. med. Jarosław Więckowski, lek. Iwona Foremniak, lek. Beata Majewska, lek. Wioletta Nierubca,
lek. Elżbieta Nowaczek-Dziocha, lek. Marta Szram-Sprawka, lek. Kamila Jodłowska
USG - ortopedyczne / preluksacyjne lek. Tomasz Romaniuk
USG doppler szyi • lek. Iwona Jasiuk
USG doppler kończyn dolnych • lek. Bolesław Sprawka, lek. Artur Żuchowski

⊕ ENDOSKOPIA

NFZ gastroscopia, kolonoskopia, polipektomia z oceną histopatologiczną, rektoskopia
możliwość badań w znieczuleniu pod opieką anestezjologa

⊕ Innowacyjne leczenie przewlekłego i ostrego bólu pleców

KONSULTACJE NEUROCHIRURGICZNE

ZABIEGI celowane ostrzyknięcia okołokorzeniowe
pod kontrolą tomografu komputerowego

⊕ PARTNERZY MEDYCZNI:



Jak schudnąć bez stosowania diety

Dokończenie ze str. 21.

Wiadomo, że nie sposób oprzeć się pokusie czegoś słodkiego do kawy, a w dodatku w towarzystwie przyjaciółki. Zamień ten nawyk na spacer po parku albo aktywność na świeżym powietrzu, np. nordic walking czy rolki. Na pewno to lepsze rozwiązanie zarówno dla zdrowia, jak i figury, zamiast przesiadywanie w zamkniętej przestrzeni. Nie dość, że dostarczacie sobie tlenu, słońca i wraz z nim mnóstwo witaminy D, to jeszcze spalacie zbędne kalorie w miłym towarzystwie.

5. Do posiłku wybierz wino, które wspomaga trawienie. Ze wszystkich alkoholi piwo ma najwięcej kalorii. Poza tym przyczynia się do szybszego odkładania tłuszczu wewnątrz jamy brzusznej (tzw. tłuszcz trzewny). Jeśli nie chcesz całkowicie rezygnować z alkoholu, najlepszym zamiennikiem będzie białe wino. Nie będziesz odstawać na imprezie, a w dodatku polepszysz swoje trawienie i spożyjesz o wiele mniej kalorii niż pijąc piwo czy wódkę.

6. Przegrzaj orzechy zamiast chipsów – migdały, orzechy laskowe, włoskie czy nawet suszone owoce zawierają mnóstwo błonnika i zdrowych tłuszczów omega-3 i są o wiele zdrowszą przekąską, niż smażone w głębokim tłuszczu chipsy i słone przekąski.

7. Zamiast ciastka zjedz czekoladę o dużej zawartości kakao – chęć na słodkie czasem bywa bardzo silna, każdy o tym wie. Wręcz trudno jej sobie odmówić. Jest na to prosty sposób. Zamiast kolejnej paczki wafelków lub kruchych ciastek wybierz czekoladę o dużej zawartości kakao. Zawiera ona przeciwutleniacze, które korzystnie działają na Twoje serce,

a poza tym jest bogatym źródłem magnezu, żelaza i potasu.

8. Pij owocową herbatę zamiast soku z kartonu – soki z kartonu albo wszelkie kolorowe i gazowane napoje typu cola zawierają najczęściej tony cukru i słodzików oraz konserwantów i barwników. Niezbyt to zdrowe dla Twojego organizmu. Ale bez obaw, nie jesteś skazana jedynie na wodę niegazowaną.

Możesz równie dobrze przygotować własny orzeźwiający napój. Zaparz ulubioną herbatę (owocową, zieloną lub inną). Do tak przygotowanego naparu możesz dodać kostki lodu, miętę, cytrynę albo imbir i miód. Tak przygotowany napój możesz spożywać zarówno w chłodne jak i ciepłe dni. Na chłodne jesienne wieczory wybierz wersję z imbirem i miodem. Na gorące kostki lodu i cytrynę. Życzę smacznego.

9. Zaczynaj stosować formy relaksacji – medytacja oraz różnego rodzaju techniki oddechowe są fantastycznym wyjściem, jeśli negatywne emocje i stres zajądasz jedzeniem i ulubionymi smakołykami. Zamiast ten przyjemny, aczkolwiek nie upiększający sposób rozładowywania napięcia prostymi ćwiczeniami oddechowymi lub nauką medytacji. Znajdź formę, która będzie ci odpowiadała, a negatywne emocje przestaną popychać cię w kierunku jedzenia. Zobaczysz też, że wszelkie życiowe zawirowania zaczniesz odbierać

w zupełnie inny sposób, a twoje ciało odwdzięczy ci się za to piękną, smukłą sylwetką.

Źródło: Deon.pl



www.medicon.com.pl

Zabiegi usunięcia zaćmy przy użyciu najnowszego sprzętu i technik operacyjnych

- zabiegi płatne.

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

Lek. med. Kiciak Zbigniew

- Kierownik Oddziału Okulistyki w Mazowieckim Szpitalu Specjalistycznym w Radomiu.

Zapisy oraz dodatkowe informacje można uzyskać w gabinecie nr 20 I piętro, Rejestracji POZ oraz Specjalistycznej lub pod numerem telefonu:

48 367-15-16 lub kom. 790-610-790

email: ewelinawojtowicz@medicon.com.pl

od pn. do pt. w godzinach od 8.00 – 16.00

Serdecznie Państwa zapraszamy

O/0073

OKULISTA & OPTYK LIKOWSCY

Radom ul Słowackiego 8

Okulista Elżbieta Likowska

godziny przyjęć

pon, wt, śr, pt 10-14, 16-18

czw 16-18

sobota na zapisy

tel. 48 36 00 327, 600 390 740

Zakład Optyczny czynny codziennie 10 - 18 sobota 10 - 13

O/0403

OPTYK OKO
ZAKŁAD OPTYCZNY
GABINET REFRAKCJI

Dorota Miszczak
optyk dyplomowany
refrakcjonista
okodorota_wm@wp.pl

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

czynny: codziennie 9.00 - 17.30, soboty 10.00-13.00

O/0467

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

Radom

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

zapisy na telefon:
606 689 450

O/0303

Hanna Małecka
specjalista chorób oczu
PRZYJMUJE:
Radom ul Mireckiego 10 - NEL-MED
II piętro gab. 11
w pon. i śr. od godz. 16.00, rejestracja tel. 604 529 306
Białobrzegi, ul. 11 listopada 33
(wejście od ul. Rzemieślniczej)
wtorki w godz. 16.00 - 18.00

O/0053

OPTYK PŁASKOCIŃSKI

KOMPUTEROWE BADANIE WZROKU
W CENIE OKULARÓW
APLIKACJA SOCZEWEK KONTAKTOWYCH

O/0060

**RABATY
NA SOCZEWKI**



**OPTYK
PŁASKOCIŃSKI**

RADOM,
ul. Traugutta 14 A
od pon. do pt 9.30-17.30
tel. 48 363 37 15

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

Co siódme dziecko oddycha zatrutym powietrzem



Co siódme dziecko oddycha powietrzem, którego zanieczyszczenie sześciokrotnie przekracza normy WHO – stwierdza specjalny raport, który UNICEF opublikował w poniedziałek, na tydzień przed rozpoczynającą się 7 listopada światową konferencją klimatyczną w Marrakeżu.

Oznacza to, że niemal 300 milionów dzieci na naszym globie, w tym 220 milionów w południowej Azji, jest narażonych na choroby układu oddechowego, upośledzające m.in. rozwój układu krążenia i mózgu dziecka.

Dyrektor wykonawczy UNICEF Anthony Lake powiedział w związku z ogłoszeniem dokumentu: „Zanieczyszczenie powietrza jest co roku główną przyczyną zgonów ok. 600 000 dzieci do piątego roku życia i zagraża milionom innych”.

Małe dzieci – dodaje Lake – oddychają szybciej niż dorośli. Ich drogi oddechowe nie są jeszcze całkowicie ukształtowane i są bardziej podatne na choroby spowodowane zanieczyszczeniem powietrza.

Zanieczyszczone powietrze szczególnie szkodzi dzieciom żyjącym w biedzie – podkreśla Nicholas Rees, specjalista UNICEF do spraw klimatu.

Eksperti Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) stwierdzają, że w 2012 roku zatrute powietrze zabiło 3,7 miliona ludzi, w tym 127 000 dzieci poniżej piątego roku życia. Wśród źródeł zanieczyszczenia wymieniają przede wszystkim tradycyjne elektrownie, pojazdy spalinowe, kurz i produkty spalania śmieci.

W krajach rozwijających się źródłem zanieczyszczeń, według raportu UNICEF, jest często spalanie węgla i drewna do ogrzewania i celów kuchennych.

Raport skierowany do uczestników konferencji w Marrakeszu, w Maroku, na której w dniach 7-18 listopada spotkają się przedstawiciele ok. 200 rządów, zaleca przede wszystkim zastępowanie paliw kopalnych czystą energią wiatru i słońca.

Źródło: Deon.pl



Poradnia Wspomagania Rozwoju dla dzieci

Radom ul. 11-go Listopada 2/4

oferujemy:

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

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

Zapraszamy!

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 Łańczyk
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 bezpłatnie
w oparciu o umowę
z NFZ**

**OFERUJEMY RÓWNIEŻ
BADANIA WSTĘPNE I OKRESOWE DO PRACY,
BADANIA KIEROWCÓW**

POSIADAMY CERTYFIKAT ISO 9001 - 2000

C/0269



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

ZAKRES DZIAŁALNOŚCI:

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

**BEZPŁATNE
BADANIE SŁUCHU
KONSULTACJE
LARYNGOLOGICZNE**

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

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

PRZYJMUJĄ SPECJALIŚCI:

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

Nowo otwarta PORADNIA OTOLARYNGOLOGICZNA

Małgorzata Mikulska
lek. laryngolog spec. foniatra
poniedziałki od godz. 15

Danuta Kacprzykowska-Drotkiewicz
lek. laryngolog
wtorki w godz. 14-16

**BEZPŁATNIE
NFZ**

zgłoszenia
telefoniczne:
48 362 84 74
48 362 50 02

ZAPRASZAMY, RADOM ul. Wjazdowa 4

M/0451

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

SALON MEDYCZNY ARMED-ORT



Radom, ul. Bernardyńska 1

☎ 48 340 29 03

Radom, ul. Piastowska 1 A

☎ 48 363 30 34

infolinia 8.00 - 16.00

☎ 48 360 10 26

☎ 725 222 500

czynne: pon-pt 8-18
soboty 9-13

Profesjonalny dobór zaopatrzenia
ortopedycznego i pomocniczego

Wykonywanie wkładek
ortopedycznych

Darmowe badania podoskopowe

wykonywane przez

inżyniera biomedycznego
i technika biomechaniki

Fachowy personel

**PUNKT ZAOPATRZENIA
STOMIJNEGO**

czynny

od poniedziałku do piątku 8-18

www.armed-ort.pl

**Gabinet
INTERNISTYCZNO-
HEMATOLOGICZNY**

Jolanta Wójcik
hematolog

Radom, ul. Prażmowskiego 33a, p.208

wtorek, czwartek 16-18

tel. 608490043

AF/0338

KOLPORTAŻ

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

Wydawca nie ponosi odpowiedzialności za treść ogłoszeń i reklam

www.nzoz-srodmiescie.pl



Niepubliczny Zakład
Opieki Zdrowotnej

„ŚRÓDMIEŚCIE 1”

Radom, ul. Staszica 6/8

tel. 48 363 46 14, tel/fax: 48 36 267 28

poradnia dla kobiet - tel.: 48 321 33 63

e-mail: **info@nzoz-srodmiescie.pl**

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

ŚWIADCZYMY USŁUGI MEDYCZNE

BEZPŁATNIE

W OPARCIU O UMOWĘ Z NFZ

Podstawowa Opieka Zdrowotna

Przyjmują lekarze:

Bożena Batory	lek. chorób dziecięcych, neurolog dziecięcy
Agnieszka Godek	spec. med. rodzinnej
Wiesława Korycka	lek. ch. wewn., specj. med. rodz.
Agnieszka Lengowska	specj. ch. wewn., specj. med. rodz.
Piotr Liss	lek. ch. wewn., specj. med. rodz.
Marzena Maksym	specj. ch. dziecięcych, alergolog
Iwona Orczykowska	lek. ch. wewn., specj. med. rodz.
Barbara Skowrońska-Juskiewicz	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 Krapięć - specjalista psychiatra

PRACOWNIA USG

lek. Janusz Wieczorek - chirurg radiolog

- poniedziałki

lek. Elżbieta Nowaczek-Dziocha - specjalista radiolog

- czwartki

KOMERCYJNE BADANIA USG

(Aparat Logic F6)

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

OFERUJEMY

**BADANIA WSTĘPNE I OKRESOWE
DO PRACY**

20202

Jubileusz Miłosierdzia 2015 - 2016



Wraz z końcem roku liturgicz-
nego – 20 listopada br. w Uroczystość
Chrystusa Króla Wszechświata –
dobiegne kresu nadzwyczajny
Jubileusz Miłosierdzia, ogłoszony
przez papieża Franciszka w 2. rocz-
nicę Jego wyboru, a który rozpoczął
się w Uroczystość Niepokalanego
Poczęcia NMP – 8 grudnia 2015 roku,
w pięćdziesiątą rocznicę zakończenia
Soboru Watykańskiego II w 1965 roku.

Listopad to dobry czas na podsumowanie minio-
nego okresu. Według ostatnich danych w rzymskich uro-
czystościach Roku Świętego wzięło już udział prawie
20 mln wiernych. Jednak najważniejsze nie jest to, ilu
ludzi przybyło do Rzymu, choć jest to bardzo wymierne
kryterium. O wiele ważniejsze jest to, co dokonało się
w sercach ludzi przez ten czas. Ilu z nas zrozumiało,
czym naprawdę jest miłosierdzie okazywane nam przez
Stwórcę i ilu z nas otworzyło się na przyjęcie tego daru.

Jan Paweł II w encyklice „Dives in misericordia”
pisał: „Kościół żyje swoim autentycznym życiem, kiedy
wyznaje i głosi miłosierdzie (...) i kiedy ludzi przybliża
do (...) źródeł miłosierdzia” (13).

To tak jak wówczas, gdy otrzymujemy jakąś dobrą
wiadomość lub gdy przeżywamy jakieś dobre doświad-
czenie. Jest rzeczą naturalną, że odczuwamy potrzebę
podzielenia się tym także z innymi. Czujemy w naszym
wnętrzu, że nie możemy powstrzymać radości, która
została nam dana, i chcemy ją rozprzestrzenić. Wzbu-
dzona radość jest tak wielka, że inspiruje nas, by ją prze-
kazywać dalej.

Podobnie jest, kiedy spotykamy Jezusa; kiedy
dotyka nas Jego miłość, Jego miłosierdzie i radość
spotkania z Nim. Znakiem bowiem tego, że naprawdę
spotkaliśmy Jezusa, jest radość jaką odczuwamy, gdy
mówimy innym o Nim. Jest nim również przekazywa-
nie – dzielenie się darem miłosierdzia jakiego doświad-
czyliśmy od Pana, spotkawszy Go, jak np. uczniowie
w Emaus.

Jeżeli nie ma w nas tej radości spotkania, jeżeli nie
mamy czym dzielić się z innymi, jeżeli nie możemy prze-
kazać daru na zasadzie „daję ci to, co mnie daje radość”
(papież Franciszek) – to może Rok Miłosierdzia, który
z wolna się kończy, okaże się dla nas rokiem straconym?

Dzielenie się radością spotkania, miłością i miło-
sierdziem – to było doświadczenie pierwszych uczniów
Chrystusa, a ślady tego doświadczenia z łatwością
odnajdujemy na kartach Ewangelii. Miłość, radość,
miłosierdzie, którego doświadczyliśmy, które otrzymali-
śmy, „nie jest bowiem nam dane jako prywatne pocie-
szenie, ale czyni nas narzędziami, aby także inni mogli
otrzymać ten sam dar” (papież Franciszek). U końca
Roku Miłosierdzia, może warto zapytać siebie o to, jakim
„narzędziem” w rękę Boga dziś jestem ja.

JT TJ

W Radomiu w ciągu dnia okazja do spowiedzi
w Katedrze i u Ojców Bernardynów oraz:

Jezuici - Radom - Kościół św. Trójcy.

Plac Jana Kazimierza (przy rondzie)

Całodzienna adoracja Najświętszego Sakramentu.

Spowiedź 6.30 – 12.00 i 15.00 – 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 PRZECIWDŁĘŻYNOWE

ROTORY I ROWERY REHABILITACYJNE

URZĄDZENIA DO TRANSPORTU CHORYCH

SPRZĘT MEDYCZNY



Fachowy dobór oraz doradztwo!

Bezpłatny dojazd
i prezentacja sprzętu
na terenie całego kraju.



Realizujemy dofinansowania:



SKLEP MEDYCZNY

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



REFUNDACJA
- umowa z



CYFROWE APARATY SŁUCHOWE I WSZELKIE AKCESORIA

- * Sprzęt ortopedyczny i rehabilitacyjny
- * Pieluchomajtki
- * Sprzęt stomijny
- * Wózki inwalidzkie
- * Laski, kule,
- * balkoniki
- * Peruki
- * Protezy piersi
- * Obuwie i wkładki ortopedyczne
- * Materace i poduszki przeciwdłężynowe
- * Ciśnieniomierze
- * Inhalatory
- * Ssaki

BEZPŁATNE

badanie słuchu, laryngolog-konsultacje
porady i konsultacje pielęgniarki stomijnej

ZAPRASZAMY:

www.stymat.pl

stymat.radom@vp.pl

Pon. - Czw. 9 - 17,

Pt. 9 - 16,

So. 9 - 13

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

tel. 601 275 742



SKLEPY MEDYCZNE

P.H.U. Dental-Med

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



REFUNDACJA NARODOWEGO FUNDUSZA ZDROWIA

Realizujemy wnioski na pieluchomajtki, worki stomijne, przedmioty ortopedyczne

WYPOŻYCZAMY SPRZĘT REHABILITACYJNY

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



Sprzęt rehabilitacyjny dostarczamy
na miejsce po uzgodnieniu telefonicznym

KOZIENICE

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

ADWENT.

W niedzielę 30 listopada w Kościele katolickim rozpoczyna się Adwent.

Jest to bogaty w symbolikę, czterotygodniowy okres przygotowania do Bożego Narodzenia oraz wzmożonego oczekiwania na koniec czasów i ostateczne przyjście Jezusa Chrystusa. Czterotygodniowy czas adwentu, który nie jest okresem pokuty ale radosnego oczekiwania, obfituje w zwyczaje i symbole. Jest podobny do całego ludzkiego życia, które jest oczekiwaniem na pełne spotkanie z Bogiem.

Najbardziej charakterystycznym zwyczajem adwentowym, zwłaszcza w Polsce są Roraty.

Roraty to Msza św. sprawowana ku czci najświętszej Maryi Panny, zwykle bardzo wcześnie rano. Wierni, często w ciemnościach przenikniętych jedynie blaskiem trzymany w ręku świec, razem z Maryją czekają na wybawienie jakiegoś świata przyniosły narodziny Zbawiciela.

Świeca roratnia (zwana też roratką). Ta płonąca biała świeca, ozdobiona często niebieską (lub białą) wstążką, przypomina nam postać Maryi, Matki Jezusa, która jest dla nas najlepszym przykładem gotowości na przyjęcie oczekiwanego Mesjasza. Świeca ta zapalana podczas Mszy św. Roratnich jest dla nas symbolem Maryi, która - podobnie jak jutrenka wyprzedza wschód słońca - poprzedziła przyjście Jezusa.

Lampiony adwentowe

Podobnie jak świeca roratnia są przejawem adwentowej liturgii światła. Wykonuje się je z kartonu, przyozdabia symbolami chrześcijańskimi, a od wewnątrz podkleja fioletową bibułką. W środku umieszcza się świeczkę (zamiast świeczki można użyć żarówki i baterii od latarki). W wielu parafiach istnieje piękny zwy-

Zapraszamy Pracowników Służby Zdrowia na Adwentowy Dzień Skupienia.

Sobota 10 grudnia 2016 godzina 10.00.

Do Międzynarodowego Centrum Wolontariatu "Arka", ul. Kelles-Krauz 19.

"Miłosierdzie i Sprawiedliwość"

- Dwa wymiary tej samej tajemnicy miłości.

Nauki wygłosi ks. Dariusz Kowalczyk - Przewodniczący Fundacji Dzieło Nowego Tysiąclecia.

Program:

10:15 - konferencja I

10:45 - przerwa na kawę

11:15 - konferencja II

11:45 - nabożeństwo i spowiedź

12:30 - Msza Święta w kościele Świętej Rodziny.

Po Mszy św. zapraszamy na wspólny posiłek.



czaj, że na roraty dzieci przychodzą z zapalonymi lampionami.

Wieniec adwentowy

Wieniec adwentowy posiada bogatą symbolikę: światło, zieleni i krąg, które oznaczają wspólnotę oczekującą na miłość i radości na przyjście Pana. Ten niemiecki zwyczaj znany jest w Polsce od ponad 160 lat. Na zielonym wieńcu umieszcza się 4 świece. Cała rodzina gromadząc się w kolejne niedziele adwentu przy wspólnej modlitwie zapala kolejne świece jako znak czuwania i gotowości na przyjście Jezusa.

Wędrująca figurka Matki Bożej

Zwyczaj ten praktykowany jest w wielu polskich parafiach. Polega na przyjmowaniu figury Matki Bożej z kościoła po roratach do tej rodziny, której dziecko wyciągnęło szczęśliwy los. Najczęściej rodzina ta wraz z dziećmi przyjmuje figurę Matki Bożej na jeden dzień. Przyjmując posąg Matki Bożej celebrować wszyscy rodzinną liturgię, śpiewając pieśni adwentowe i maryjne, czytając i rozważając Pismo Święte oraz odmawiając różaniec i inne modlitwy.

Ta forma adwentowego przeżycia daje bardzo dużo możliwości wprowadzenia do rodziny ducha modlitwy i adwentowego nastroju. Rodzina w znaku figury zaprasza Maryję do swego domu.

Rekolekcje i spowiedź adwentowa

Warto skorzystać z rekolekcji adwentowych i sakramentu pokuty, przystępować do Komunii św. Możemy też we wspólnocie rodzinnej śpiewać pieśni adwentowe, razem modlić się i czytać Pismo Święte lub książki religijne i na ich temat rozmawiać. Warto też wyciszyć się, zrezygnować choć trochę ze słuchania muzyki czy oglądania telewizji i w adwencie uczynić więcej dobrego niż to zwykle czynimy.

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.

SPOWIEDZ: 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

SPOWIEDZ: 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

SPOWIEDZ: codziennie w kaplicy lub na oddziale

KAPELANI: ks. M. Kszczot, ks. K. Wójcik



Pielgrzymka FATIMA – 100 lecie objawień Maryi

Samolotowo – autokarowa 11 do 21 października 2017 roku

Sanktuarium Maryjne Europy: Madryt, Awila, Fatima, Aljustrel, Batalha, Nazare, Porto, Santiago de Compostela, Oviedo, Llimpias, Azpetia, Lourdes, Carcassonne, Avignon, Grenoble, La Salette, Kahlenberg, Brno

Program:

1 dzień godz. 18.30 spotkanie na lotnisku Warszawa (Modlin), odlot (Ryanair Fr1063)

godz. 20.20, lądowanie na lotnisku w Madrycie około godz. 23:55. Przejazd do hotelu. Nocleg.

2 dzień Przejazd do Madrytu. Zwiedzamy miasto (program do ustalenia). Msza Święta. Powrót do hotelu.

3 dzień Przejazd do Avila. Sanktuarium Świętej Teresy. Msza Święta. Przejazd do Fatimy. Zakwaterowanie

w hotelu. Udział w wieczornej procesji różańcowej na Błękitnym Placu 21:30.

4 dzień Msza Święta. Cały dzień spędzamy w Fatimie. Droga krzyżowa do Aljustrel – wioski, w której żyły dzieci

Fatimskie, zwiedzanie Sanktuarium. Czas wolny na prywatną modlitwę. Wieczorna procesja różańcowa 21.30.

5 dzień Msza Święta. Przejazd do Sanktuarium Matki Bożej Zwycięskiej w Batalha, następnie zwiedzimy Nazare.

Po południu plażowanie nad Oceanem Atlantyckim. Powrót do Fatimy. Kolacja, 21:30 Procesja Maryjna. Czas wolny.

6 dzień Wyjazd do Porto. Krótkie zwiedzanie miasta. Przejazd do Santiago de Compostela. Grób Jakuba Apostoła.

Msza Święta w bazylice. Przejazd do Oviedo. Zakwaterowanie w hotelu. Kolacja. Czas wolny.

7 dzień Przejazd do Llimpias. Naturalnej wielkości postać Chrystusa na krzyżu w Agonii.

Przejazd do Sanktuarium Świętego Ignacego Loyola w Azpetia. Msza Święta. Wyjazd do Lourdes.

Zakwaterowanie w hotelu. Kolacja o 20:15 Czas wolny. Nocleg.

8 dzień Msza Święta. Śniadanie. Cały dzień spędzimy w Lourdes. Zwiedzimy miasto i sanktuarium. Droga Krzyżowa.

Po południu czas wolny. O 14.00 możliwość kąpiele w basenach z wodą lurdzką. Procesja Eucharystyczna.

17:00. Kolacja. 21.00 Procesja Różańcowa. Czas wolny. Nocleg.

9 dzień Przejazd do Carcassonne. Zwiedzimy najlepiej zachowany średniowieczny kompleks warowno-obronny

w Europie. Przejazd do Avignon. Katedra, Pałac Papieży. Msza Święta. Przejazd do Grenoble. Zakwaterowanie.

10 dzień Przejazd na La Salette. Msza Święta. Zapoznamy się z historią objawień i tego cudownego miejsca.

Oprowadzał nas będzie Ksiądz Saletyn, pracujący na stałe w tym Sanktuarium. Kolacja.

Wyjazd na drogę powrotną do Polski około 18:00. Przejazd nocny.

11 dzień Przejazd przez Włochy, Austrie, Msza Święta na wzgórzu Kahlenberg w polskiej parafii Świętego Józefa.

Przerwa na posiłek w Brnie. Powrót do Radomia około godziny 22:00.

Ubezpieczenie: koszty leczenia za granicą (w tym choroby przewlekłe), **Ubezpieczenie KRIT** – od Kosztów Rezygnacji

z Imprez Turystycznej na warunkach TUIR „AXA” – wliczone w cenę.

Pielgrzymka 11-dniowa w tym, 9 noclegów, 9 śniadań, 9 kolacji + 1 obiad. Noclegi w hotelach * lub ****,**

pokoje 2-osobowe lub 3-osobowe. Wszystkie pokoje wyposażane w łazienkę, toaletę.

Cena: 699,00 EUR

Zapisy: ks. Grzegorz te. 606-246-866.

APTEKA

MGR FARM. HELENA
BORYSEWICZ-PAWLIK



RADOM UL. CHROBREGO 9

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



48 364 07 07

A/0007

APTEKA

przy **OBI**

CZYNNA:

Poniedziałek-Sobota 8.00-21.00

Niedziela 10.00-18.00

tel: 48 334 01 05, 48 334 01 06

Radom

ul. Mireckiego 14

A/0266

fit

APTEKA

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

ul. Tochtermana 1

Pon-pt 8-20
Sob 8-15

ul. Główna 12

Pon-pt 8-20
Sob 8-14

ul. Traugutta 42

Pon-pt 7.30-19.30
Sob 8-14

ul. Królowej Jadwigi 13

Pon-pt 8-20
Sob 8-14

A/0004

APTEKA CAŁODOBOWA

CZYNNA 24 GODZINY

**W DNI POWSZEDNIE
NIEDZIELE I ŚWIĘTA**

tel.: 48 36 234 16

Radom, Pl. Konstytucji 3 Maja 5

A/0013



**APTEKA
OSIEDŁOWA**

tel. 48 332 07 29

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

OSIEDŁOWA 9

W BUDYNKU POLMEDIC'U

A/0036

SPRZEDAM GABINETY

- stomatologia
- lekarski
- ginekologia
- RTG zębowy

Więcej informacji pod numerem
tel. 509 158 081

w centrum Radomia
pow. **116 m²**

Y/0466

Gabinet lekarski do wynajęcia.

Pow. 90 m² + parking.

Zlokalizowany 5 km. od Radomia - w Mleczkowie.

Tel. kontaktowy 505902959

Y/0645