

ZDRÓWKO

INFORMATOR BEZPŁATNY

Wakacje okazją do odważnych zmian



foto: Szymbark, Walery.

Wakacyjne wyjazdy to okazja do poznawania ciekawych miejsc, nawiązywania nowych znajomości, a także dokonywania odważnych zmian w rytmie naszego życia.

Warto czasem postawić na głowie to, co wydaje się nam być absolutnie niezbędną podstawą: wyłączyć telefon, zapomnieć o telewizji, zamknąć komputer. A wszystko po

to, aby zobaczyć i usłyszeć świat w którym żyjemy, a którego przez codzienną gonitwę nie zauważamy, nie doświadczamy, nie znamy. Jeśli uda się nam pobyć spokojnie w towarzystwie przyrody, wtedy – ku naszemu zdziwieniu – zobaczymy, usłyszymy i pocujemy, w jak cudownym świecie przyszło nam żyć. Dobrych wakacji!

ZG



foto: Lipusz, Walery.

WYBRANE ARTYKUŁY:

Na wakacje do dziadków czy z dziadkami?

Czytaj na stronie 4.

Zabieg C-Peel z witaminą C

Czytaj na stronie 6.

Nowa metoda leczenia tętniaków mózgu

Czytaj na stronie 8.

RCO w sieci szpitali ogłoszonej przez NFZ

Czytaj na stronie 10.

Toksemia i oczyszczanie organizmu

Czytaj na stronie 12.

5 profitów z bycia wrażliwym

Czytaj na stronie 13.

Bogactwo natury – bratek

Czytaj na stronie 16.

9 tys. Polaków uchronionych przed rakiem jelita grubego

Czytaj na stronie 18.

Posługa Duszpasterska

Czytaj na stronie 27.

Biuro Obsługi Działalności Medycznej s.c.

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

UWAGA: przeniesione z ul. Granicznej

Gwarantujemy fachową i miłą obsługę

Możliwość skorzystania z porad prawnych

Oferuje usługi dla podmiotów prowadzących działalność medyczną:

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

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

IM0473

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

ZBADAJ SŁUCH ZA DARMO!

Ruszą Czwarte Radomskie Badania Słuchu

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

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

Z tą myślą wiosną tego roku serdecznie zapraszamy Szanownych Państwa na **V 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. 16
Chirurgia – str. 5, 19,
Dermatologia – str. 22
Endokrynologia – str. 4, 10
Ginekologia – str. 2, 10
Hematologia – str. 4
Internia – str. 4, 14, 26
Kardiologia – str. 4, 5, 7
Laryngologia – str. 2, 18, 22
Neurologia – str. 7, 8
Nefrologia – str. 8, 15
Okulistyka – str. 23
Onkologia – str. 5
Ortopedia – str. 13
Pediatria – str. 22
Psychiatria – str. 11, 22
Psychologia – str. 11, 15, 22
Rehabilitacja – str. 6, 15, 19, 26
Stomatologia – str. 19, 20, 21
Urologia – str. 22

USŁUGI MEDYCZNE

Apteki – str. 3, 5, 26, 28
Pielęgniarstwo – str. 6, 14, 26
Opieka długoterminowa – str. 6, 7, 14
NZOZ, Poradnie – str. 11, 15, 16, 24, 26

SKLEPY MEDYCZNE

– str. 24, 25, 26

DIAGNOSTYKA

Badania, USG – str. 4, 13, 22
Laboratoria – str. 3, 13, 17, 24
Radiologia – str. 13, 15, 16, 17

ZDROWIE I URODA

– str. 12, 13,

MEDYCYNĄ PRACY – str. 12, 13

PROFILAKTYKA

Ośrodki – str. 13, 14, 19

Przychodnie – str. 3, 7, 13, 15, 16, 25, 26

WETERYNARIA – str. 16

RÓŻNE

Usługi dla podmiotów
prowadzących działalność
medyczną – str. 2, 5, 11
Inne – str. 13, 12, 17, 18, 20, 26, 27

POSŁUGA DUSZPASTERSKA

w szpitalach – str. 25, 27

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

BO142



Radom, ul. Gagarina 1

☎ 48 367 15 10

Poradnie medycyny rodzinnej

☎ 48 366 81 51

Poradnie specjalistyczne

☎ 48 367 15 10

Leczenie szpitalne

Infolinia

790 602 603,

48 367 15 10

Zaćma

48 367 15 16, 790 610 790

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

leczenie szpitalne - krótkie terminy!

zespół chirurgii jednego dnia w zakresach:

- chirurgia ogólna i naczyniowa
- chirurgia plastyczna (komercja)
- ginekologia
- otorynolaryngologia
- urologia
- ortopedia i traumatologia narządów ruchu
- proktologia
- okulistyka – zabiegi usunięcia zaćmy



Komercyjne usługi medyczne

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

Z/0073

MEDICA

laboratorium analiz medycznych

Oferujemy badania z zakresu:

hematologii
koagulologii
analitikę ogólną
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

**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



PRYWATNA PORADNIA
KARDIOLOGICZNA

dr n. med. **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

Na wakacje do dziadków czy z dziadkami?

Ponad trzy czwarte seniorów uważa wspólny wyjazd ze swoimi wnukami za dobry pomysł na spędzenie wakacji – wynika z badań przeprowadzonych przez naukowców z University of Florida.

Najpopularniejsze cele wypraw dziadków lub wnuków to tzw. parki tematyczne, na przykład znany Walt Disney World. Ci, którzy wolą mocniejsze wrażenia, wybierają się nawet na safari.

Zainteresowanie spędzaniem czasu z wnukami zaczęło rosnąć za Oceanem w drugiej połowie lat 90. Wiązało się to również z modą na aktywną starość, która rozbudziła u seniorów chęć uczenia się, poznawania nowej rzeczywistości, w której wnuki czuły się znakomicie: umiejętności korzystania z komputera, te-

lefonu komórkowego i obsługi kont bankowych oraz korzystanie z kart kredytowych przez Internet. Wnuki, zwłaszcza te nieco starsze, potrafią być w tej materii bardzo pomocne.

Modę wykorzystali naturalnie touroperatorzy, czyli firmy planujące oraz organizujące imprezy turystyczne. Od dawna mają one w ofercie specjalne programy dla seniorów z wnukami. W Ameryce powstało nawet biuro o nazwie „Grandtravel”. Jego nazwa to zgrabna gra słów: „grand” oznacza, że podróż jest dla dziadków, a jednocześnie, że będzie wielka i wspaniała. Sprzedaje ono wycieczki nie tylko do ciekawych miejsc w USA, ale także

w Europie, Afryce i Australii. Biura turystyczne w USA, a także w Europie, zwróciły interes, bo seniorzy z bogatych krajów – nawet mimo kryzysu – mają za co podróżować.

Wspólnie spędzony czas przynosi korzyści wszystkim pokoleniom.

Dlaczego amerykańscy seniorzy chętnie wyjeżdżają z wnukami? Dlaczego dzieci mają ochotę na wakacje z dziadkami? Odpowiedź nie

jest trudna – bo taki wyjazd jest interesujący i korzystny dla wszystkich. Babcia i dziadek pozwalają na więcej niż rodzice i dlatego dzieci mają większy wpływ na to, dokąd pojadą i jak spędzą ten wspólny z dziadkami czas, a nawet na to, co będą jadły podczas wakacji – wynika z badań, które publikował serwis „thetourmarket.com”. Ale nawet bez badań wiadomo nie od dzisiaj, że pod każdą szerokością geograficzną dziadkowie uwielbiają rozpieszczać wnuki.

Wiadomo jaką korzyść ze wspólnych wakacji dziadków z wnukami mają rodzice. Święty spokój i poczu-

**Gabinet
INTERNISTYCZNO-
HEMATOLOGICZNY**

Jolanta Wójcik
hematolog

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

AF/0338

**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

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

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/0070

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

**Chirurgia Urazowa Narządu Ruchu
Ortopedia
Medycyna Sportowa**

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

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

AG/0636

cie, że dzieci są bezpieczne i dobrze się bawią. A co ze wspólnej eskapady mają dziadkowie? Przede wszystkim kontakt z wnukami, bliższe poznanie ich charakteru i potrzeb.

Mogą się też dowiedzieć, co nowego w świecie młodych. Jakie są trendy w modzie, muzyce i na co się chodzi do kina. Okazuje się, że dziadkowie często znacznie lepiej dogadują się z wnukami niż ich rodzice. Dziadków i wnuki łączy większa tendencja do życia aktywnego i poszukiwania przygód. Poza tym, jak twierdzi profesor Lori Pennington-Gray z University of Florida, dzisiejsi dziadkowie byli



pierwszym pokoleniem, w którym matki tak licznie decydowały się podejmować pracę. Teraz, będąc nadal aktywnymi, starają się dać wnukom to, czego być może nie mogli dać swoim własnym dzieciom – więcej uwagi i wspólnie spędzanego czasu.

KARDIOLOG

Lek. med. **Grzegorz Rak**

**Kozienice,
Spółdzielnia Inwalidów
ul. Lubelska 69a,**

**Środy w godz.
16,30 - 18**

tel. 602 665 828

IK/0070

PROKTOLOGIA CHIRURGIA ONKOLOGIA

dr n. med. Robert Rojewski

26-600 Radom ul. Bolesława Chrobrego 42

Rejestracja: poniedziałek – piątek w godz. 10.00 - 16.00

tel. 48 721 002 108 tel. prywatny 601 928 208

www.rrojewski.pl - UMÓW WIZYTĘ

Leczenie żylaków odbytu i kończyn dolnych najnowszą mało inwazyjną metodą RFITT CELON
Krótki i skuteczny zabieg! Bez bólu! Szybki powrót do aktywności!

- konsultacje z zakresu proktologii, chirurgii ogólnej, onkologicznej i naczyniowej

- leczenie chorób jelita grubego (hemoroidy, szczeliny, przetoki, świąd odbytu)
- usuwanie zmian skórnych, znamion, leczenie zmian w piersi,
- usuwanie wrastających paznokci, Esperal (Disulfiram)
- operacje stulejki
- zabiegi operacyjne przepuklin metodą beznapięciową (z siatką)

**BADANIE
USG**

Doppler żył, leczenie żylaków kończyn dolnych za pomocą mało inwazyjnych metod:
RFITT Celon, miniflebektomia oraz **klasyczne operacje żylaków kończyn dolnych**

F/0576

W Polsce pobyt u dziadków był, jest i chyba jeszcze długo będzie żelaznym punktem programu wakacji niemal w każdej rodzinie. Tyle, że u nas raczej jeździło się do dziadków

niż z dziadkami. A jeśli już z nimi, to też na wieś, do jakichś gospodarzy, rzadziej na wczasy. To raczej rodzice fundują sobie bardziej luksusowe wczasy, a dzieci posyłają na ten czas z dziadkami na tzw. letnisko.

Pani Józefa, dziś już ponadsiemdziesięcioletnia, ma wnuki, które zbliżają się do trzydziestki. Pamięta, jak przed laty córka z zięciem jeździli nad

Adriatyk, a ona zostawała w Rabie albo Szczawie z ich małymi dziećmi.

Trzeba było i uprać, i ugotować, i zakupy robić, co w tamtych czasach sprawiało sporo kłopotów. Nikt jej wtedy nie zapytał, czy nie pojechała by na Węgry albo do Bułgarii? – Myślałam sobie, że takie wojaże są dla młodych. Dzisiaj żałuję i korzystam z wyjazdów, na które mogę sobie pozwolić. Emeryturę mam niezbyt wysoką, ale jakoś się dało odłożyć na pielgrzymkę do Ziemi Świętej chociażby.

Tak czy inaczej polskie wnuki



Porady chirurgiczne i onkologiczne

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

**SZCZEGÓLNIENIE CHOROBY PIERSI
PORADY I ZABIEGI**

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

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

spędzają wakacje z dziadkami bardziej „stacjonarnie” od ich amerykańskich odpowiedników. Są to też nadal wakacje u babci i dziadka. W ostatnich latach zapracowani rodzice jednak coraz częściej wykupują zorganizowane wczasy, by wysłać dziecko na letni wypoczynek z dziadkami. W niektórych biurach turystycznych zdarzają się nawet oferty dla seniorów z wnukami. (...) W większości przypadków dziadkowie korzystają więc z uniwersalnych ofert turystycznych albo po prostu sami planują eskapady z wnukami.

A te bywają zazwyczaj bardzo udane. Bo mają coś z przygody, jak na przykład wspólne wędkowa-

nie nad jeziorem, spacer w górach, spływ kajakowy albo zwiedzanie ciekawych miejsc.

Źródło: Deon.pl

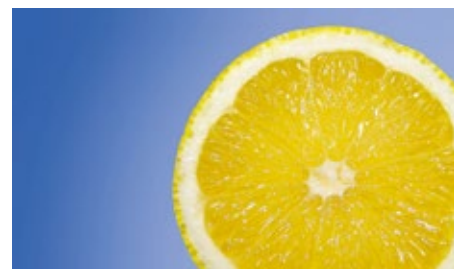
Zabieg C-Peel z witaminą C

Zabieg C-Peel polega na aplikacji serum opierającego się na właściwościach witaminy C. Preparat aplikuje się na twarz, szyję i dekolt. Jest to serum transportowe, wykorzystujące nanotechnologię, co pozwala na przenikanie składników aktywnych w głąb skóry. Połączenie aplikacji serum z peelingiem i innymi zabiegami stymulującymi regenerację skóry jest kompleksowym działaniem wspomagającym walkę ze starzeniem skóry. Ma również działanie odżywcze, nawilżające i rozjaśniające.

Jak wygląda zabieg C-Peel?

Najważniejszym punktem zabiegu C-Peel jest aplikacja serum, poprzedzona peelingiem. W różnych gabinetach stosowane są różne peelings, najczęściej

kawitacyjne. Różnią się też preparaty stosowane na zakończenie zabiegu, są to przykładowo kremy z kwasem hialuronowym, olejki lub ampułki witaminowe mające wzmocnić efekty działania serum.



Ilość i jakość preparatów są zależne od gabinetu, a także od wybranego wariantu zabiegu. Niektóre gabinety oferują zabieg C-Peel wzbogacony o kwas ferulowy, który wpływa stabilizująco i wzmacniająco na działanie witaminy C, jest antyoksydantem działającym przeciwstarzeniowo, chroni również skórę przed promieniowaniem UVA i UVB.

Zabieg C-Peel można wykonać jednorazowo lub w serii, dla wzmocnienia efektu. Najczęściej polecana jest seria czterech zabiegów powtarzanych co 7-10 dni. Cena zabiegu podstawowego zaczyna się od 160-200 zł. Rozszerzanie zabiegu o dodatkowe preparaty podnosi koszty do sumy ok. 300 zł.

Dla kogo jest zabieg C-Peel? Wskazania

Zabieg C-Peel wspomaga leczenie



DOM OPIEKI POD ŻŁOTYM DĘBEM

Dom Pod Złotym Dębem

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



Dom oferuje również pielęgnacyjne pobyty szpitalne.

RADOM UL. BIAŁA 2

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

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

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

I/0522

NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKUŃCZO LECZNICZY W STARYM GOŹDZIE

STARY GÓZD 35

17 km od Radomia w stronę Warszawy
(trasa E7)

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



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



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

I/0583

NZOS "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

R/0397

i rewitalizację skóry. Polecany jest osobom, które zauważyły u siebie: przebarwienia, rumień, szarą, zmęczoną, odwodnioną skórę. Jest odpowiedni dla osób z cerą wrażliwą, naczynkową, normalną i dojrzałą. Świetnie sprawdzi się po dłuższej ekspozycji na słońce.

Najważniejszym efektem jest rozjaśnienie skóry, za co odpowiada witamina C w stabilnej postaci glukozydu askorbylu. Witamina C jest silnym antyoksydantem, zwalcza wolne rodniki i chroni skórę przed czynnikami zewnętrznymi. W skład serum wchodzi również: kwas hialuronowy, ekstrakt z morwy, 3-trójpeptyd palmitylu i Pantenol.

Kwas hialuronowy nawilża skórę i wspomaga funkcjonowanie naturalnej bariery skórnej. Ekstrakt z morwy hamuje melanogenezę, czyli przebarwienia, zmiany pigmentacji skóry. 3-trójpeptyd palmitylu stymuluje syntezę kolagenu i elastyny oraz regeneruje macierz skórną. Pantenol ma właściwości łagodzące i wygładzające.

Podsumowując działanie składników, zabieg C-Peel daje następujące efekty: rozjaśnienie skóry, redukcja przebarwień, redukcja zmarszczek, głębokie nawilżenie skóry, regeneracja i ochrona przez czynnikami zewnętrznymi. Efekty zabiegu C-Peel są natychmiastowe, dlatego jest on uważany za jeden z tzw. zabiegów bankietowych, czyli poprawiających wygląd skóry przed ważnym wyjściem. Seria zabiegów wzmacnia efekt i sprawi, że utrzyma się on dłużej.

Przeciwwskazania do zabiegu C-Peel

Użycie serum C-Peel jest całkowicie bezpieczne i nie daje efektów ubocznych, ewentualne przeciwwskazania mogą

PRZYCHODNIA SŁONECZNA

www.przychodniasloneczna.pl

tak jak chcesz!
Bez kolejek, bez stresu!

PODSTAWOWA OPIEKA ZDROWOTNA

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia

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

PORADNIE SPECJALISTYCZNE

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

REHABILITACJA

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

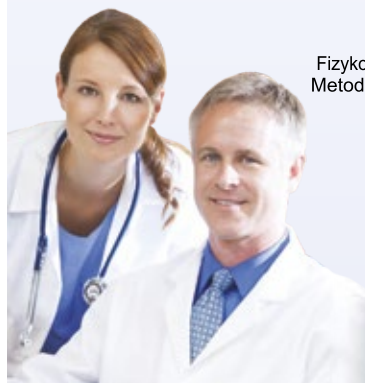
DIAGNOSTYKA

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

ul. Staroopatowska 1a, 26 – 600 Radom,

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

ZAPRASZAMY PN.-PT.: 8.00-18.00



prof. dr hab. n. med.

Jan Krzysztof Podgórski

NEUROCHIRURG

ORTO-LIVE

Radom ul. Lekarska 2A
wtorki w godz.: 17-21, środy 19-21

Zgłoszenia tel. pn-pt w godz. 9-20.

697 060 807, 602 660 944
532 004 781

dotyczyć peelingów stosowanych przed aplikacją serum. W przypadku alergii i mocnych podrażnień skóry należy skonsultować z lekarzem wszystkie etapy zabiegu.

Źródło: poradnikzdrowie.pl

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

NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ



NEUROPULS

Radom ul. Krakowska 5/7 lok.7

tel.: 48 331 19 58

PORADNIE

- NEUROLOGICZNA
- padaczki - zaburzeń pamięci

- PSYCHIATRYCZNA

- PSYCHOLOG

NFZ

DOPPLER COLOR

tętnic szyjnych i kręgowych
ECHO SERCA

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

EEG

PON. 8-18, WT. CZW. 13-18, ŚR.PT. 8-13

ZAPRASZAMY - KRÓTKIE TERMINY



SPECJALISTYCZNY GABINET NEUROLOGICZNY

lek.med. Ewa Dudzińska
specjalista neurolog

PRZYJMUJE:

poniedziałki 16 - 18

Centrum Medyczne

MED JANA

Radom, ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)

tel. 0606731821

N/0316

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

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. 103 NZOZ NOVOMED

Bracia z Polski dzięki swojej metodzie ratują pacjentów z tętniakami

Maciej i Marcin Misiowie stworzyli własną metodę leczenia tętniaków mózgu, bez konieczności otwierania czaszki. Dzięki temu uratowali życie 34-letniego mężczyzny, którego nikt nie chciał operować.

Marcin Miś jest radiologiem, Maciej Miś neurochirurgiem, są braćmi i działają razem. Zoperowali wspólnie skomplikowanego tętniaka mózgu Tomasza Sieradzkiego. Nikt przed nimi nie odważył się podjąć tego zadania.

– To był tak zwany tętniak złożony, z którego kopuły wychodziły trzy naczynia, które doprowadzały krew do zdrowego mózgu – wyjaśnia neurochirurg Maciej Miś. W operacji chodziło o to, by tętniaka wyłączyć, a jednocześnie umożliwić prze-

ływ krwi do ważnych naczyń krwionośnych.

– Rozrysowaliśmy sobie tego tętniaka, myśleliśmy, jak to rozwiązać, no i w pewnym momencie coś tam zaiskrzyło – mówią bracia. Całą operację przeprowadzili bez otwierania czaszki, do mózgu dostali się poprzez tętnicę udową. Lekarze stworzyli stelaż, rodzaj pomostów dla krwi, a powierzchnię tętniaka wypełnili platynowymi spiralami, dzięki temu nie pompował się już krwią.

– Po zabiegu to dobrze, bardzo dobrze się czuję – zapewnia ich pacjent.

„Teddy Bear Technic”

Operacja wykonana przez braci Miś stała się przełomowa i doczekała się nawet zagranicznej nazwy – „Teddy Bear Technic”. Metodę braci powtórzyli lekarze z Niemiec i również odnieśli sukces.

Źródło: Deon.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

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



GABINET NEUROLOGICZNY

Jakub Szymon Miś
specjalista neurolog

Radom, ul Witolda 7,
lok 1.09.6- Pawilony Rosa

tel. **601-497-118**
www.jsmista.pl

N/0663

GABINET NEUROLOGICZNY

Radom, ul.KellesKrauza 32

poniedziałek 16-17

Marina Chojnacka
neurolog

604 994 824

tel.pryw. 48 384 89 04

N/0247

GABINET NEUROLOGICZNY

MAŁGORZATA ZIOŁEK
lekarz specjalista neurolog

Przyjmuje:

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

N/0089

ANDRZEJ BORYSOWICZ LEKARZ SPECJALISTA NEUROLOG

Radom

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

N/0459

JAROSŁAW KOSOWSKI

specj. NEUROLOG

Radom,
ul. Focha 12/7

rejestracja:

tel. **608460030**

przyjmuje w poniedziałki i środy od godz. 16

N/0290

**EC FARMACJA**

KLINIKA OZONU I WITAMIN

26-600 Radom,
ul. Limanowskiego 52,
tel. 884 336 656

**CENTRUM MEDYCZNE**

lek. specjalista psychiatra

Ewa Kudas
tel. 507 445 691

1,3 mld ton żywności rocznie marnuje się na świecie

Rocznie w skali świata marnowane jest blisko 1,3 miliarda ton żywności. Banki Żywności realizują projekt MOST, którego celem jest zminimalizowanie marnowania żywności – poinformował w środę prezes Federacji Polskich Banków Żywności Marek Borowski.

W związku z tym – jak podkreślił Borowski podczas śniadania prasowego – Banki Żywności realizują projekt z wykorzystaniem innowacyjnego systemu MOST, mający na celu zminimalizowanie skali marnotrawstwa żywności z takich źródeł jak produkcja oraz dystrybucja żywności. Dodał, że swe działania kierują bezpośrednio do producentów i sprzedawców żywności.

Dodał, że celem współrealizowanego przez Banki Żywności projektu jest opracowanie i wdrożenie do przedsiębiorstw „łańcucha żywnościowego” – procedur ograniczenia strat i marnotrawstwa żywności z wykorzystaniem innowacyjnego systemu MOST (Model Ograniczenia Strat i Marnowania Żywności z Korzyścią dla Społeczeństwa). Jako przykład podał branżę mleczarską, produkującą towary o krótkim terminie przydatności do spożycia.

Borowski powiedział, że w ramach MOST-u Banki nawiązały współpracę z kilkoma sieciami handlowymi, które zobowiązały się informować i przekazywać im towary o dacie bliskiej przeterminowania. „Zachęcamy też producentów do współpracy z nami. Jesteśmy przygotowani do jej przechowywania i przewożenia w odpowiednich warunkach” – podkreślił.

Przypomniał, że na terenie całej Polski przez cały rok działają 32 Banki Żywności, które do tej pory przekazały potrzebną łącznie 758 ton żywności o wartości ponad 2 mld złotych. Dzięki temu udało się przygotować 1,5 mld posiłków.

Jak mówił Borowski, Banki Żywności od 20 lat ratują żywność przed zmarnowaniem, edukują i wspierają najbardziej potrzebujących. Dodał, że dzięki współpracy z sieciami handlowymi banki zbierają i magazynują żywność, którą następnie przekazują lokalnym organizacjom społecznym: hospicjom, domom samotnej matki, schroniskom dla ofiar przemocy, noclegowniom dla bezdomnych,

jadłodajniom dla ubogich, rodzinnym domom dziecka, świetlicom środowiskowym.

„W odniesieniu do skali marnowania żywności przez takie sektory spożywcze jak produkcja i sprzedaż, które odpowiadają za straty rzędu 21,5 mln ton żywności w Unii Europejskiej, Banki Żywności chcą dotrzeć ze swoją misją bezpośrednio do producentów i sprzedawców żywności. Bez podjęcia tych działań ilość nieracjonalnie wykorzystanej żywności będzie dalej rosła” – podkreślił Borowski.

„Podstawowym proponowanym rozwiązaniem i celem społecznym projektu jest przekazywanie żywności, w tym przede wszystkim produktów o krótkim terminie przydatności do spożycia do Banków Żywności. Dla zachowania bezpieczeństwa i jakości będzie się to odbywać dzięki wdrożeniu systemu MOST” – podkreślił Borowski.

Przedstawiciele Banków Żywności podczas spotkania podkreślali, że potrzebna jest duża kampania edukacyjna konsumentów, ponieważ w ich ocenie konsumenci „nie czytają daty ważności artykułów spożywczych, a bardzo często nie posiadają wiedzy na temat przechowywania żywności w domu”.

Podkreślali też, „polskie zakłady spożywcze mocno się zmodernizowały i straty żywności z tego tytułu są w Polsce niewielkie, a najwięcej marnowanej żywności jest przez konsumentów”.

Na pytanie PAP ile ton żywności rocznie marnowanych jest w Polsce, nikt z przedstawicieli Banków Żywności nie potrafił na nie odpowiedzieć, gdyż – jak mówili – w Polsce nie były w tym zakresie prowadzone szczegółowe badania.

Źródło: Deon.pl

PRYWATNE GABINETY LEKARSKIE

www.mojlekarzradom.pl

PUNKT KONSULTACYJNY

Szpitala Mazovia Warszawa i Warszawskiego Centrum Zdrowia

Oferujemy konsultacje lekarzy z zakresu:
neurologii, kardiologii, chorób wewnętrznych, rehabilitacji (masaże lecznicze),
a także badania diagnostyczne:
EKG, HOLTER EKG oraz HOLTER CIŚNIENIOWY.

Placówka Mój Lekarz Radom ma podpisane umowy na prowadzenie punktu konsultacyjnego:
SZPITALA MAZOVIA WARSZAWA – urologia – onkologia,
WARSZAWSKIEGO CENTRUM ZDROWIA – diagnostyka ogólna.

NASZ ZESPÓŁ
prof. zw. dr. hab. n. med. Igal Mor
 - współzałożyciel i dyrektor Szpitala Mazovia
lek. med. Izabela Jagusztyn
 - specjalista chorób wewnętrznych,
lek. med. Piotr Panin
 - pracuje w Oddziale Kardiologii MSS w Radomiu.
dr. n. med. Krzysztof Nadgrodkiewicz
 - specjalista neurolog, ordynator Oddziału Neurologii
lek. med. Tomasz Hernik
 - specjalista neurolog,
mgr Agnieszka Sajór-Rejmer
 - mgr fizjoterapii,

Zapraszamy:
Poniedziałek - Sobota
(po uzgodnieniu telefonicznym)

Tel. 694 88 00 44
Radom ul. Skrajna 113

Dyżur internistyczny w soboty od godziny 8 do 20

Y/0622

RCO w sieci szpitali ogłoszonej przez NFZ

Mazowiecki Oddział Narodowego Funduszu Zdrowia ogłosił wykaz placówek zakwalifikowanych do tzw. sieci szpitali. Listy będą obowiązywały od 1 października tego roku do 30 czerwca 2021 r.

Radomskie Centrum Onkologii znalazło się na tej liście.

Od 1 lipca 2017 Radomskie Centrum Onkologii rozszerza swoją działalność. Szpital podpisał umowę z Narodowym Funduszem Zdrowia na Poradnię Onkologiczną. To oznacza, że będzie świadczył usługi w zakresie onkologii – diagnostyki

onkologicznej oraz świadczeń pierwszorazowych (tomografia komputerowa, rezonans magnetyczny, USG, endoskopia, gastroskopia, kolonoskopia, bronchoskopia).

Kolejnym nowym świadczeniem wykonywanym w RCO od 1 lipca br. będzie Program Profilaktyki Raka Piersi – na etapie podstawowym oraz na etapie pogłębionej diagnostyki – to oznacza że kobiety w wieku 50-69 lat oraz te panie, u których wystąpił rak piersi wśród członków rodziny lub mutacja w obrębie genów BRCA1 lub

BRCA2, będą miały wykonywaną nieodpłatnie mammografię.

Kolejny program profilaktyczny w Radomskim Centrum Onkologii to Program Profilaktyki Raka Szyjki Macicy - etap pogłębionej diagnostyki. Od 1 lipca 2017 roku wykonywane będą badania kolposkopii oraz kolposkopii z celowanym pobraniem wycinków i badaniem histopatologicznym.

Przypomnijmy, że w tej chwili szpital ma również kontrakty z NFZ na chemioterapię w pełnym zakresie, teleterapię i brachyterapię. Do tej pory w Radomskim Centrum Onkologii udzielono ponad 5 tysięcy porad, hospitalizowano tu tysięcy pacjentów.

Poza świadczeniami kontraktowanymi przez NFZ szpital wykonuje też badania diagnostyczne na zasadach komercyjnych - TK, MR, PET-CT oraz mammografię i USG.

Radomskie Centrum Onkologii oficjalnie otwarto 14 czerwca 2016 roku. W czerwcu tego roku szpitalowi nadano imię Bohaterów Radomskiego Czerwca 76'. Uroczystość rozpoczęła cykl obchodów 41. rocznicy Wydarzeń Radomskich organizowanych przez Urząd Miasta pod patronatem Premier Beaty Szydło.

Radomskie Centrum Onkologii to nowoczesny, kompleksowy szpital, gdzie diagnozowane i leczone są m.in. nowotwory piersi, przewodu pokarmowego, układu moczowego, prostaty, narządów rodnych oraz płuc. Chorzy mają możliwość leczenia skojarzonego metodami radioterapii, chemioterapii i chirurgii onkologicznej. W strukturze radomskiego szpitala znajduje się również Centrum Gamma Knife z siedzibą w Warszawie, gdzie przeprowadzane jest małoinwazyjne leczenie wielu chorób nowotworowych i nienowotworowych mózgu.

Izabela Leśkiewicz
rzecznik prasowy RCO

ULTRASONOGRAFIA KOMPLEKSOWE LECZENIE

Witold Świechowski
specjalista ginekolog - położnik
zastępca kierownika oddziału

tel. 601 812 317
mariwit@op.pl

PRZYJMUJE:

Radom, ul. 25-Czerwca 4
pon. 18.30 - 19.30 czw. 18.00-19.00
Kozienice, ul. Radomska 11
śr. od 15.30
Warszawa, ul. Ciszewskiego 15
(CMP Ursynów)
pt. od 16.30, so. 9.30-12.00

G/0422

Katarzyna Molendowska

specjalista psychiatra
psychoterapeuta

Przychodnia "Zamłynie"
Radom ul. Klonowica 10/12

również
WIZYTY DOMOWE

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

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

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

lek. med.

Sławomir Wróblewski

specjalista ginekolog-położnik
ENDOKRYNOLOG

pn., wt., śr., czw. od godz. 15

lek. med.

Iwona Wróblewska

specjalista chorób wewnętrznych
ENDOKRYNOLOG

lekarz medycyny estetycznej

pn., śr., czw. od godz. 15

zapisy od godziny 10

ZAAWANSOWANE TECHNIKI LECZENIA NIEPŁODNOŚCI

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

AB/0136

Ginekolog - położnik

Małgorzata Hejnar - Szczerbińska

Radom, ul. Szewska 5

tel.: 602 288 359, 48 363 15 52

USG

G/0526

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

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

PRZYJMUJE:

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

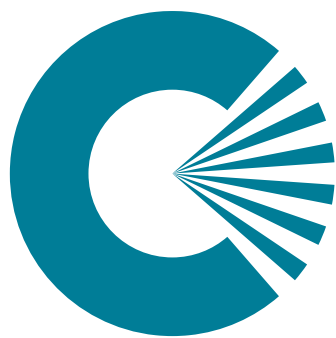
lek.med. Paweł Kucharski
specj. ginekolog-położnik

PRZYJMUJE:

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

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

G/0343



Radomskie Centrum Onkologii

im. Bohaterów Radomskiego Czerwca 76'



Radomskie Centrum Onkologii
w sieci szpitali ogłoszonej przez NFZ.
Od 1. lipca w szpitalu na Wacynie
działa Poradnia Onkologiczna.

Zapisy : 48 377 90 20
BEZ SKIEROWANIA.



REJESTRACJA: 48 377 90 20

MAIL: rejestracja@onkologiaradom.pl

GODZINY OTWARCIA PORADNI: 8.00-20.00

ul. Uniwersytecka 6, 26-600 Radom

Q/0644

Toksemia i oczyszczanie organizmu



Jest coraz więcej ludzi, którzy słyszą diagnozę „nic się z tym nie da zrobić, trzeba nauczyć się z tym żyć”, „tu już nic nie pomoże” itp. W związku z tym coraz więcej pacjentów poszukuje rozwiązań na własną rękę, opierając się na medycynie alternatywnej, różnych dietach i terapiach.

Klasyczna medycyna nadała chorobom różne nazwy, ich przyczyna jednak

u wszystkich jest ta sama. Jest nią naruszenie naturalnego działania organizmu i jego obciążenie toksyczne. Detoksykację można porównać do **higieny wewnętrznej**. Nie wyobrażamy sobie już dzisiaj, że moglibyśmy się nie myć. Wszyscy to wiemy. W umysłach ludzi powstał taki pogląd, że nasze wnętrze jest doskonałe i samo usuwa szkodliwe substancje. Tak jest tylko do pewnego stopnia i też nie zawsze. Przychodzi jednak taki moment, kiedy ciało już sobie nie radzi i zaczyna tworzyć chorobę. Dlatego większość ludzi umiera przedwcześnie z braku takiej właśnie **higieny wewnętrznej**. Z moich badań i doświadczeń wynika, że gdy sprawdzam toksemię, czyli zatoksyczenie ciała w skali liczbowej u moich klientów, wygląda to następująco: skala jest od 0 do 34 toksemii. Średnia liczba toksemii u ludzi to 15, 16, 17 – są to już choroby zdiagnozowane lub niezdiagnozowane, leczone lub nie. Problemy zaczynają się od 23 toksemii, jest to liczba ostrzegawcza, że w ciele zaczyna się już mocny proces chorobowy, który może doprowadzić np. do raka. Jeśli w tym momencie zareagujemy, wprowadzimy właściwe oczyszczanie wewnętrzne, pomożemy pomóc ciału i proces się zacznie cofać. Jeśli ktoś ma 28 toksemii, to jest już zaawansowany rak. Przy 33, 34 toksemiach ciało już nic nie może i następuje zgon.

Strażnikiem naszego zdrowia jest system odpornościowy, ale gdy jest on przeciążony stresem, negatywnymi emocjami, złą dietą, brakiem równowagi między pracą a wypoczynkiem, brakiem ruchu, nadmiarem przyjmowanych leków, toksynami zawartymi w żywności i w powietrzu, infekcjami itp., wtedy występuje choroba. W naszym ciele możemy znaleźć toksyny metali ciężkich, substancji promieniotwórczych, substancji chemicznych, środków do konserwacji żywności, antybiotyków, pestycydów, pleśni, bakterii (w tym tak popularnej teraz borrelii), zakażeń odzwierzęcych, wirusów, grzybów, szczepio-



nek, metabolitów, toksyn psychicznych itd. Warto dodać, że dzisiejsze badania laboratoryjne nie są w stanie wykryć wszystkich tych substancji.

Dr Josef Jonas, lekarz psychiatra, opracował metodę detoksykacji, tworząc nową technologię: odpowiednie ziołowe preparaty – krople, które mają za zadanie wyprowadzić szkodliwe substancje z organizmu człowieka, w przeciwieństwie do leków, które wprowadzają różne substancje do organizmu. Preparaty przy pomocy systemu odpornościowego działają na toksyny i infekcje, rozpuszczając je i wydalając. Jak mówi dr Jonas „Wszystkie problemy zdrowotne mają swą przyczynę w zanieczyszczeniu organizmu. Jeśli udało by się utrzymać go w czystości, żylibyśmy 120 lat. Inaczej mówiąc, jeśli człowiek potrafiłby utrzymać swój organizm w czystości, nie musiałby walczyć z żadną chorobą”. Przyjmowanie preparatów jest bardzo proste i można je stosować praktycznie w każdym wieku. Możemy zastosować je między innymi przy: osłabieniu systemu odpornościowego, alergii, astmie, egzemie, wypadaniu włosów, problemach systemu trawienno, bólach stawów, problemach ginekologicznych, schorzeniach płuc i oskrzeli, zmęczeniu, depresjach, schorzeniach sercowo-żylnych, nowotworach wszelkiego rodzaju, chorobie Parkinsona, Alzheimera, psychozach, łuszczycy itd.

Zapraszam więc do mojego gabinetu, celem sprawdzenia ilości toksemii, skontrolowania, oczyszczenia organizmu i nie dopuszczenia do rozwoju chorób.

Anna Żugaj
ALGORA Centrum Zdrowego Życia

ALGORA
Centrum Zdrowego Życia
Radom, ul. 1905 Roku 21 pok. 104,
Świadomy Oddech – sesje indywidualne i grupowe
Esencje energetyczne – terapia
Pulsing – terapia manualna
Konsultacje i doradztwo
w zakresie rozwoju osobowości
Body-Detox – detoksykacja i odtruwanie ciała
Kierowane i kontrolowane oczyszczanie organizmu
z toksyn metodą dr J. Jonasa
Kwantowa analiza zdrowia – badanie
Tel. 601239528
annasekret@op.pl
www.annazugaj.pl

Madam
Specjalistyczny Gabinet
Podologiczny
Zadbaj o swoje stopy
Odwiedź gabinet podologiczny
- Diagnostowanie
- Profilaktyka
- Pielęgnacja stóp
Pedicure specjalistyczny
Bezpłatne konsultacje
Usuwanie brodawek wirusowych
Usuwanie nadmiernych zrogowaceń (odcisków, nagniotków, modzelei)
Pielęgnacja pęknięć i rozpadlin
Profilaktyka stopy cukrzycowej
Korekcja wrastających paznokci
Godziny Otwarcia
Pon. - Pt. 8.00 - 18.00
Sob. 8.00 - 14.00
tel. 48 312 17 33 kom. 697 078 042
ul. Kościuszki 1A, Lokal 104, Piętro I
26-600 Radom
www.madamradom.pl

dobry dietetyk
POSTAW NA JAKOŚĆ I EFEKTY
CENTRUM DIETETYKI RADOM
ul. Zientarskiego 1A, Radom
tel. 574 705 145
centrumradom@dobrydietetyk.pl
Zakres pomocy
■ Terapia nadwagi i otyłości
■ Pomoc w niedowadze
■ Diety w chorobach
■ Żywnienie dzieci i młodzieży
■ Diety dla kobiet w ciąży
centrumradom.dobrydietetyk.pl



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

5 profitów z bycia wrażliwym

Mistrzynie ciętej riposty, kierowcy sprawni jak Hołowczyc, ludzie potrafiący rozpychać się łokciami – to osoby powszechnie pożądane. Co, jeśli tacy nie jesteśmy?

Powszechnie uważa się, że wrażliwcy mają ciężej w życiu. Bo bardziej się przejmują, dzielą włos na czworo i przez to mocniej cierpią. Ale to tylko część prawdy.

Pamiętacie tę baśń Andersena o księżniczce na ziarnku grochu? Przyszła teściowa chcąc sprawdzić, czy wybranka syna jest prawdziwą księżniczką, włożyła jej pod stos poduch malutkie ziarnko grochu. Gdy rano księżniczka poskarżyła się, jak straszną okazała się dla niej miniona noc, stara królowa już wiedziała, że oto stoi przed nią najlepsza kandydatka na żonę przyszłego króla. Czym księżniczka potwierdziła swoją szlachetność i wyjątkowość? Niczym innym jak wrażliwością i delikatnością. Czy w dzieciństwie wszystkie dziewczynki nie chciały okazać się prawdziwymi księżniczkami? A wszyscy chłopcy nie marzyli, że kiedyś zdobędą serce właśnie takiej księżniczki?

Dojrzeliliśmy i zaczęliśmy patrzeć na życie zgoła inaczej od tego, czym jeszcze zachwycał się Andersen. Dziś kobieta pożądana potrafi rozpychać się łokciami, jest mistrzynią ciętej riposty, jeździ co najmniej jak Hołowczyc suwem z napędem na cztery koła i roztacza wokół siebie zapach zwycięstwa. Niewiele zresztą się różni od współczesnego męskiego obiektu westchnień, prócz tego, że ten ostatni nie przyswoił

sobie jeszcze sztuki rodzenia dzieci.

A co, jeśli tak nie jest? Jeśli owe łokcie jakoś ciągle nie służą do rozpychania, gdy brakuje słów i cięta riposta najczęściej niewypowiedziana zawisa na końcu języka, na drodze raz po raz wygrywa się zawody, ale na kierowcę najbardziej ustepliwego, a zapach zwycięstwa roznosi się – tak, ale zwykle od innych?

Wrażliwość może być ciężarem. Jeśli w parze z nią idzie brak podstawowych mechanizmów obronnych, skazujemy sami siebie na nieustanne cierpienie. Faktem jest, że trzeba nauczyć się chronić tę miękkość w sobie, bo człowiek ciągle ranny nie jest w stanie dobrze funkcjonować.

A jest czego bronić, bowiem – jak każdy kij ma dwa końce – wrażliwość to także ogromny skarb.

Jasna strona medalu

Co takiego mają wrażliwcy, czego mogą im zazdrościć gruboskórni? Jeśli przyjrzeć się wrażliwości od strony pozytywów, okazuje się, że zawiera ich ona co najmniej kilka.

1. Empatia – „szósty zmysł”

Osoby wrażliwe charakteryzują się wysoką empatią. Potrafią wspaniale, jakby „szóstym zmysłem” odczytywać prawdziwe uczucia innych. Prześwietlają maski i pancerze. Widzą prawdziwą twarz człowieka obok siebie i nie jest to tylko intuicja, ale faktyczne współodczuwanie.

Dokończenie na str. 14

NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ



PRZYCHODNIA GOŁĘBIÓW

rejestracja on line
www.nzoz.radom.pl

Przychodnia znajduje się
w dwóch lokalizacjach:

Radom ul. Paderewskiego 26
(Gołębiów)

tel. 48 389-99-88

Radom ul. Paderewskiego 6
(Gołębiów)

tel. 48 383-62-52

czynne codziennie w godz. 8.00-18.00

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.

Krzysztof Bocheński

specjalista chorób wewnętrznych, endokrynolog

Agnieszka Kania

specjalista chorób dziecięcych

Anna Zielińska-Pacholicka

specj. psychiatra II

Dariusz Łańczyk

specj. ginekolog położnik

Paweł Mazur

dr n.med. specj. ginekolog - położnik

Mirosław Kupidura

specj. ginekolog - położnik

Poradnie specjalistyczne:



- Ginekologiczna

- Psychiatryczna

Świadczymy usługi
medyczne bezpłatne
w oparciu o umowę
z NFZ

POSIADAMY CERTYFIKAT ISO 9001 - 2008

USG

dr n.med. Jarosław Więckowski

specjalista radiodiagnostyki

BADANIA:

jamy brzusznej, tarczycy, piersi,
prostaty, przeciemiążczkowe,
stawów biodrowych, kolanowych,
kolor doppler i inne.

Radom, ul. Żeromskiego 64

tel. 48 364 22 66

695 434 813

Nowy Aparat VOLUSON E 8

BADANIA
www.zdrowko.com

BADANIA
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

BADANIA
www.zdrowko.com

BADANIA
www.zdrowko.com

L/0149

C/0269

B/0335

 **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



„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.

5 profitów z bycia wrażliwym

Dokończenie ze str. 13

Dzięki tej „umiejętności” mogą adekwatnie dostosować swoje zachowanie, tak aby przyniosło jak najbardziej oczekiwane rezultaty.

Na przykład: wyczuwając u kogoś nieustanną złość i zazdrość, będą taką osobą omijały z daleka, nawet jeśli na zewnątrz delikwent jest nad wyraz uprzejmy. Chętnie za to zaprzyjaźnią się z kimś dobroniuszym, nawet gdy ta cecha jest ukryta za maską obojętności czy zarożumiałości. Dzięki temu, że wrażliwcy już na starcie prawidłowo oceniają z kim mają do czynienia, tworzą trwalsze, głębsze i bardziej satysfakcjonujące relacje.

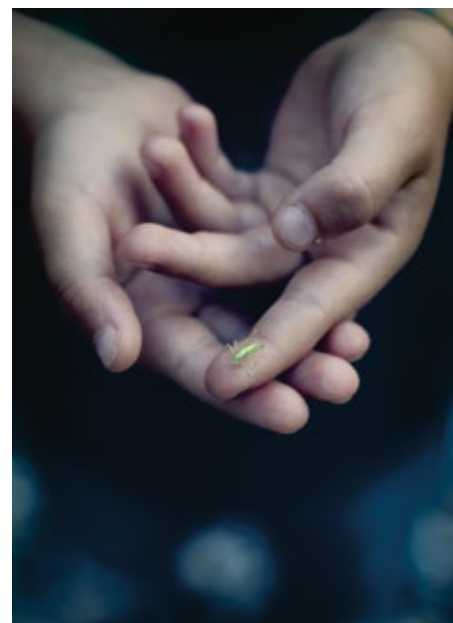
Empatia pomaga nie tylko w nawiązywaniu znajomości, ale i dalszym jej budowaniu. Nikt cię tak nie zrozumie jak

osoba wrażliwa. To również z wrażliwcami zdarzają się sytuacje, w których osoby „rozumieją się bez słów”.

2. Pełne zaangażowanie

Faktem jest, że osoby wrażliwe bardziej się wszystkim przejmują. Ale ponieważ dotyczy to każdej sfery, także zawodowej, w tym temacie wychodzą na plus przed osobami, które mają do rzeczywistości podejście „na luzie”. Wrażliwcy są dokładniejsi, bardziej wobec siebie wymagający i bardziej staranni.

Gdy już angażują się w jakieś zadanie, robią to całym sobą, całym sercem. Wielu wrażliwców odznacza się perfekcjonizmem, a on może poprowadzić ich karierę na wysokie szczeble. To, na co przeciętny pracownik pobłażliwie przymknie oko, wrażliwiec w mig wyłapie i potraktuje jako sprawę pierwszej wagi. „Diabeł tkwi



w szczegółach” – to przysłowie z pewnością wymyślił jakiś wrażliwiec.

3. Samotność to nie problem

Osoby wrażliwe łatwiej znoszą samotność: działanie w pojedynkę i spędzanie wolnego czasu solo. W świecie wewnętrznym osób wrażliwych dzieje się na tyle dużo, że „inne światy” nie są już konieczne, żeby czuć się dobrze.

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

Radom

ul. Czachowskiego 42

od pon. do pt. 8-15

tel. 48 384 7876, 48 364 4703

ul. 1905 Roku 20 p. 316

pn. czw. 14-16; wt. śr. pt. 8-9¹⁵

tel. 0 515 176 236

świadczy bezpłatne usługi w ramach

NFZ

**w zakresie pielęgniarskiej
opieki długoterminowej
w domu chorego**

UWAGA!

Zapraszamy do nowej siedziby
ul. Czachowskiego 42

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

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

OSOBIŚCIE: pn - pt w godz. 9-16

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

Poradnia neurochirurgiczna w Polmedic zaprasza!

specjalistyczne konsultacje
z dr n. med. **Tomaszem Dziedzicem**

1 i 22 sierpnia - od 16:00 do 19:00

Infolinia: **48 386 90 60**

ul. Osiedlowa 9

polmedic 



N/0201

Samotne spacer, pojedyncze wyjścia do kina, teatru, praca z domu, wieczór tylko z psem i dobrą książką – to dla wrażliwców nie tylko nie problem, ale wręcz stany pożądane.

Jean-Paul Sartre odkrył swoją wrażliwość stwierdzając z goryczą „piekło to inni”. Pod tymi słowami podpisze się z pewnością większość osób o delikatnej strukturze. Piekło – bo za dużo zamieszania, hałasu, chaosu, spraw, uczuć, problemów – wrażliwiec woli prostotę i raczej... niedosyt niż nadmiar.

4. Radość na maxa

Osoby wrażliwe wszystko mocniej odczuwają. O ile w przypadku uczuć trudnych do przeżywania może to być uciążliwe, o tyle prawdziwą gratyfikacją jest intensywniejsze doświadczanie stanów pozytywnych: radości, spełnienia, satysfakcji, zrozumienia, bezpieczeństwa, spokoju... Podobnie jest z pięknem i czerpaniem przyjemności z obcowania ze sztuką czy naturą. Przeważnie jest to obszar zarezerwowany tylko dla osób cechujących się wrażliwością, im w tym wypadku większą, tym lepiej.

To również cecha, która pozwala cieszyć się i dostrzegać drobiazgi; niecodzienny widok nieba, ładny wzorek na bluzce, parę unoszącą się nad herbatą, drżenie czyjejś ręki. Osoby „grubo ciosane” nawet takich detali nie zauważają.

5. Wystarczy mniej

Osobie wrażliwej wystarczy niewielka ilość wrażeń, żeby czuć, że prowadzi ciekawe i satysfakcjonujące życie. Cały ogromny przemysł rozrywkowy, z którego obecnie przeciętny człowiek korzysta garściami, musiałby niechybnie upaść, gdyby na świecie żyli sami wrażliwcy.

Takim osobom „budują dzień” nawet krótkie, pojedyncze zdarzenia. Tam, gdzie ludzie gruboskórni czują nudę i dopada ich chandra, wrażliwi znajdują spokój ducha. Puste kościoły, ulice w czasie deszczu, kawiarnie tuż przed zamknięciem, domowe

zaczyna i wszelkie okoliczności przyrody – to przykładowe mekki wrażliwych. Cechuje je przede wszystkim umiar, jeśli chodzi o ilość wysyłanych bodźców. Bo kolejne przysłowie, z którym wrażliwcy są za pan brat to: „czasem mniej znaczy więcej”.

Co najważniejsze we wrażliwości to fakt, że jest to dar. Nie da się jej zdobyć, wyuczyć, wypracować. Albo się ją ma, albo nie. I nierzadko, lepiej jednak ją mieć.

Źródło: Deon.pl



**Radomskie
Centrum Onkologii**
im. Bohaterów Radomskiego Czerwca 76'



Program Profilaktyki Raka Piersi

Bezpłatna mammografia
dla kobiet w wieku 50-69 lat

zapisy:

tel. 48 377 90 20

PORADNIE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

BADANIA
www.zdrowko.com

BADANIA
www.zdrowko.com

BADANIA
www.zdrowko.com

WOJSKOWA SPECJALISTYCZNA PRZYCHODNIA LEKARSKA SP ZOZ w RADOMIU ul. CHROBREGO 48

ŚWIADCZY USŁUGI NA NFZ ORAZ KOMERCYJNIE

Świadczenia NFZ

- Poradnie Podstawowej Opieki Zdrowotnej: lekarz chorób wewnętrznych, pediatra, pielęgniarka środowiskowa, punkt szczepień - **MOŻLIWOŚĆ ZAPISÓW NOWYCH PACJENTÓW**
 - Poradnie specjalistyczne: okulistyka, neurologiczna, kardiologiczna, pulmonologiczna, otolaryngologiczna, gastroenterologiczna, ginekologiczna, ortopedyczna - NFZ
 - Poradnia Zdrowia Psychicznego; lekarz psychiatra oraz psychoterapeuta - NFZ
 - Rehabilitacja i fizykoterapia - świadczenia na NFZ oraz komercyjnie
 - Stomatologia - świadczenia protetyczne - NFZ
- PORADNIA MEDYCYNY PRACY** – badania wstępne, okresowe i kontrolne do pracy. Badania kierowców wszystkich kategorii.

- Posiadamy:**
- **laboratorium**
 - **USG**
 - **Echo serca**
 - **Hołter EKG**
 - **Aparat cyfrowy – RTG**
 - **Audiometr**
 - **Spirometr**
 - **EKG**

Tel. 48 360 60 68 wew. 20.. Przychodnia czynna od 7.30. – 18.00

Bogactwo natury – bratek

Bratek czyli fiołek trójbarwny rośnie na polach i nieużytkach.

Jego kwiaty są używane do aromatyzowania win, likierów, syropów i olejów. Są częstym składnikiem perfum. Młode liście i pączki kwiatowe dodaje się do sałatek i wykwintnych zup.

Przed wszystkim jednak zarówno kwiaty, jak i liście fiołka są wykorzystywane do produkcji preparatów leczniczych i kosmetyków pielęgnacyjnych. Zawierają bowiem związki wysoko cenione w medycynie i kosmetologii, niektóre dość rzadkie, m.in.: bioflawonoidy (rutozyd, kwercetynę, hesperydynę), duże ilości śluzów, soli mineralnych i garbników, kwas salicylowy i salicy-

lan metylu, witaminę C, kwasy organiczne, karotenoidy (zeaksantynę i wiołaksantynę), umbeliferon (hydroksykumarynę), saponiny triterpenowe, cukry, niewielkie ilości olejku eterycznego.

Bratek obniża ciśnienie krwi

Regularne picie naparu z fiołka trójbarwnego pomaga w walce z nadciśnieniem tętniczym. Substancje zawarte w kwiatach i liściach tej rośliny poprawiają bowiem elastyczność ścianek naczyń krwionośnych i działają rozkurczowo, co w efekcie z czasem korzystnie wpływa na ciśnienie krwi.

Zmniejsza dolegliwości reumatyczne

Herbatka z fiołka trójbarwnego i jednocześnie ciepły kompres z odwaru z tej rośliny, przyłożony na obolałe mięśnie lub stawy, na pewno przyniosą ulgę. To efekt przeciwbólowych i przeciwzapalnych substancji, w które obfituje fiołek – salicylanów i flawonoidów.

Działa leczniczo na drogi moczowe

Bratki mają silne właściwości moczopędne i oczyszczają drogi moczowe z toksyn, co w połączeniu z ich przeciwzapalnym działaniem czyni z nich bardzo skuteczny środek w razie problemów z wydalaniem moczu. Picie naparu z bratków poleca się przy zapaleniu pęcherza, zaburzeniach pracy nerek, w kamicy nerkowej.

Wzmacnia naczynia krwionośne

Bioflawonoidy, których znaczna ilość znajduje się w fiołku trójbarwnym, mają nie tylko właściwości przeciwzapalne, ale również uszczelniają i wzmacniają ściany naczyń włosowatych. W dodatku

ułatwiają przyswajanie witaminy C, która też zmniejsza przepuszczalność naczynek i dodatkowo działa antyoksydacyjnie. Dlatego wyciągi z fiołka są cennym składnikiem preparatów leczniczych i kosmetyków przeznaczonych do skóry z tendencją do rozszerzonych i pękających naczynek.

Łagodzi podrażnienia oczu

Napar z bratków jest nie tylko doskonałym środkiem do przemywania oczu w razie podrażnienia spojówek. Dzięki jego właściwościom przeciwzapalnym i uszczelniającym naczynka warto go wykorzystywać do kompresów likwidujących obrzęki i cienie pod oczami.

Ułatwia odchudzanie

Ekstrakt z fiołka trójbarwnego, ale także zmikronizowane ziele są cennym składnikiem wielu preparatów przeznaczonych do walki z nadwagą. To dlatego, że z jednej strony fiołek pobudza przemianę materii, z drugiej zaś – dzięki znacznej zawartości śluzów – zwiększa uczucie sytości, ułatwiając w ten sposób zachowanie kontroli nad apetytem.



Specjalistyczny Ośrodek
Diagnozy i Rehabilitacji
Dzieci i Młodzieży z Wadą Słuchu

tel. 48 362 84 74, 48 362 250 02

ZAKRES DZIAŁALNOŚCI:

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

BEZPŁATNE
BADANIE SŁUCHU
KONSULTACJE
LARYNGOLOGICZNE

Zaopatrzenie w środki wspomaganie 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 BEZPŁATNIE
lek. laryngolog spec. foniatra
poniedziałki od godz. 15
zgłoszenia tel.: 48 362 84 74, 48 362 50 02

ZAPRASZAMY,
RADOM ul. Wjazdowa 4

ADAM KRAJEWSKI

specjalista dermatolog
specjalista alergolog

przyjmuje

pon. wt. czw. 14-17

Radom, ul. Żeromskiego 92, lok. 1A

tel. 48 362 12 25

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

L/0046

Bratek leczy zmiany trądzikowe

Fiółek można na dwa sposoby wyko-
rzystać w walce z trądzikiem. Picie naparu
z jego kwiatów, liści i łodyżek działa od-
truwająco – poprawia przemianę materii
i oczyszcza organizm z toksyn, co często
przejawia się najpierw nasileniem wypry-
sków, ale po 1-2 tygodniach ich zanikiem.
Napar dzięki zawartości przeciwzapalnych
flawonoidów i odkażających salicylanów
pomaga również, gdy jest stosowany do
przemywania skóry albo przygotowania
oczyszczającej parówki.

Bratek goi podrażnienia skóry

Dzięki właściwościom przeciwzapal-
nym napar z bratków jest polecany nie tyl-
ko przy trądziku, ale też przy różnych pro-
blemach skórnych wynikających z zaburzeń
metabolizmu – wysypkach, łojotoku, egze-
mie, liszaju. Można go używać do przemy-
wania, okładów, kąpiele. Najlepsze efekty
widoczne są wtedy, gdy napar stosuje się
jednocześnie zewnętrznie i wewnętrznie
– należy codziennie wypić 1-2 szklanki. Do-
skonałe sprawdza się również jako środek
do płukania podrażnionego gardła.

Oczyszcza oskrzela

To zasługa sporej ilości saponin, któ-
re zwiększają wydzielanie śluzu i wzmagają
odruch wykrztuśny. Dzięki temu picie na-
paru z bratka może być bardzo pomocne
w leczeniu nieżytów górnych dróg odde-
chowych, spowodowanych przeziębie-
niem, zapaleniem oskrzeli czy np. paleniem
papierosów. Jeszcze skuteczniej oczyści się
oskrzela z zalegającej w nich wydzieliny, je-
śli napar z bratka przygotuje się na mleku,
które dodatkowo sprzyja upłynnieniu śluzu.

Źródło: poradnikzdrowie.pl

Halina Łopuszańska

specjalista psychiatra

przyjmuje:

Środa od 16.00

tel. 695 757 775

S/0362



Kompleksowe badanie REZONANSEM MAGNETYCZNYM

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



**WYKONYWANIE
BADAŃ
NA ŻYCZENIE PACJENTÓW**

**NIE WYMAGAMY
SKIEROWANIA**

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

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



**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

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

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

Robert Nowakowski

lekarz specjalista psychiatra

tel: 502 258 348

Agata Nowakowska

lekarz specjalista psychiatra

tel: 506 472 466

Wizyty po uzgodnieniu telefonicznym

S/0308

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

BADANIA
www.zdrowko.com

BADANIA
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

RÓŻNE
www.zdrowko.com

RÓŻNE
www.zdrowko.com

9 tys. Polaków uchronionych przed rakiem jelita grubego

Aż 9 tys. Polaków zostało uchronionych przed rakiem jelita grubego w ostatnich 15 latach, po wprowadzeniu kolonoskopii do badań przesiewowych – mówi PAP prof. Jarosław Reguła z Centrum Onkologii w Warszawie. Dodaje, że bardzo ważna jest jakość wykonania tego badania.

Specjalista mówił o tym podczas 19. światowego kongresu nowotworów przewodu pokarmowego, który w sobotę (1.07.2017 r. – przyp. red.) zakończył się w Barcelonie. Prof. Reguła, kierownik Kliniki Gastroenterologii Onkologicznej Centrum Onkologii w Warszawie, wygłosił kluczowy wykład na temat wczesnego wykrywania raka jelita grubego przy użyciu kolonoskopii (wziernikowania jelita), stosowanej w badaniach przesiewowych.

Prof. Nadir Arber z uniwersyteckiego centrum medycznego w Tel Awiwie powiedział PAP, że polskie osiągnięcia prof. Reguły we wczesnym wykrywaniu raka jelita grubego są nadzwyczajne. „Próbuje się wykorzystać różne metody wykrywania i diagnozowania tych nowotworów, ale kolonoskopia wciąż jest najlepsza” – podkreślił.

Kolonoskopia pozwala wykryć i usunąć polipy, które mogą się przekształcić w nowotwór złośliwy. W Polsce w badaniach przesiewowych jest ona wykorzystywana od 15 lat. Od 2012 r. wysyłane są zaproszenia listowne do osób w wieku 55-64 lata, bo w tej grupie wiekowej u 25 proc. badanych stwierdza się polipy, a 5 proc. jest zagrożonych rozwojem raka jelita grubego.

„Ponad 90 proc. nowotworów złośliwych jelita grubego powstaje z poli-

pów” – powiedział PAP prof. Reguła. Podejrzewa się nawet, że wszystkie tego rodzaju guzy powstają z polipów, bo mało prawdopodobne jest, żeby uformowały się bezpośrednio z błony śluzowej jelita.

Specjalista powiedział PAP, że w 2017 r. po raz pierwszy w naszym kraju w ramach badań przesiewowych refundowanych z budżetu wykonanych zostanie aż 110 tys. kolonoskopii, ponad dwa razy więcej niż w latach poprzednich. Dotychczas przeprowadzano rocznie 50 tys. takich badań. Będzie to możliwe dzięki zwiększeniu ich finansowania.

„W sumie co roku wykonywanych jest w naszym kraju ponad 500 tys. kolonoskopii, a w tym roku będzie ich nawet 600 tys.” – wyjaśnił prof. Reguła. Część tych badań wykonywanych jest prywatnie (jedno kosztuje 300-400 zł), zarówno w badaniach profilaktycznych, jak i dia-

gnostycznych. Badanie to ma tę zaletę, że w razie wykrycia polipów, można je usunąć i wysłać do analizy histopatologicznej, wykazującej czy jest to na pewno guz łagodny.

Prof. Reguła podkreśla, że bardzo ważna jest jakość wykonania kolonoskopii. W ciągu ostatnich 15 lat bardzo się ona w naszym kraju poprawiła. „Chodzi o to, żeby nie dawać pacjentom fałszywego poczucia bezpieczeństwa, że wszystko jest w porządku” – powiedział.

Zdaniem specjalisty, jeśli nie zostanie wykryty żaden polip, jedno badanie z użyciem kolonoskopii wysokiej jakości gwarantuje, że nie dojdzie do rozwoju raka jelita grubego w ciągu 15-20 lat, a nawet dłużej. Być może wystarczy ono na całe życie. W przypadku wykrycia i usunięcia pojedynczych, nie więcej niż dwóch, polipów o rozmiarach do 10 mm należy powtórzyć badanie po 10 latach.

Rakiem jelita grubego najbardziej zagrożone są osoby z polipowością rodzinną. „Jest to schorzenie, które powoduje, że w jelicie grubym powstają setki polipów. Ryzyko zachorowania na raka jelita grubego jest wtedy stuprocentowe” – powiedział prof. Reguła. U takich pacjentów trzeba wykonywać kolonoskopię co roku już od najmłodszych lat, od 12-14 roku życia. Należy również profilaktycznie usunąć jelito grube, najpóźniej przed ukończeniem 40 lat.



GABINET LARYNGOLOGICZNY

**MAŁGORZATA
MIKULSKA**

lekarz laryngolog specjalista foniatra

Przyjmuje: wtorek 17.00 - 19.00

Radom, ul. Główna 12
rejestracja codziennie

tel. 48 331 20 19

tel. dom. 660 426 797

M/0306



SPECJALISTYCZNA PRAKTYKA LEKARSKA

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



dr n. med. Danuta Kucharska
specjalista otolaryngolog
tel. prywatny: 604 226 118

DIAGNOSTYKA I LECZENIE AMBULATORYJNE

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

DIAGNOSTYKA I LECZENIE

zaburzeń słuchu u dzieci i dorosłych
zaburzeń głosu i mowy u dzieci i dorosłych

ENDOSKOPOWA OCENA MIGDAŁKA GARDŁOWEGO

przy pomocy endoskopu giętkiego

DIAGNOSTYKA I LECZENIE ZAWROTÓW GŁOWY VNG

M/0130

ZABIEGI OPERACYJNE:

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

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



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

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

Zapraszamy od poniedziałku do piątku
w godzinach 9-16

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

REFUNDACJA z NFZ

ZAPRASZAMY

tel.: 48 3442078, 48 3440329

M/0382

GABINET STOMATOLOGICZNY

lek. stom. **Ewa Krupa-Pękala**

przyjmuje pacjentów:

Radom, ul. Zielona 23

(w bloku przejście między 3-4 klatką)

rejestracja telefoniczna

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

Przed rakiem jelita grubego może chronić odpowiednia dieta. Podczas kongresu w Barcelonie przekonywała o tym dr Naomi Fliss Isakov z Izraela. Należy tylko spożywać jak najwięcej warzyw i owoców, a mniej czerwonego mięsa oraz słodzonych i gazowanych napojów.

Uczestniczący w konferencji dr Wojciech Rogowski ze szpitala Magodent w Warszawie wyjaśnił w rozmowie z PAP, że warzywa i owoce zawierają dużo błonnika, który przyspiesza perystaltykę jelit, co skraca czas, w jakim przechodzą przez nie niestrawione resztki pokarmowe. Dzięki temu jelito jest mniej narażone na szkodliwe substancje.

Dr Wojciech Poborski z Katowickiego Centrum Onkologii zwrócił uwagę, że rak jelita grubego przestał być jedynie chorobą ludzi starszych. „Coraz częściej chorują na ten nowotwór również ludzie młodzi, nawet przed 30. rokiem życia”.

Źródło: Deon.pl

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

"AGAMED" CENTRUM MEDYCZNE

(przeniesione z ul. Kelles-Krauza 32)

Radom, ul. Miła 4/8

tel. **48 360-25-53**

STOMATOLOGIA

lek. stom. **Czubak Przemysław**

lek. stom. **Domańska Bożena**

lek. stom. **Chrzanowska Joanna**

RTG zębów

protetyka, wybielanie zębów

INTERNA MEDYCyna PRACY

badania wstępne i okresowe

Pytel Anna

lek. chorób wewnętrznych, specj. medycyny pracy

PRYWATNE POGOTOWIE STOMATOLOGICZNE

w soboty i niedziele w godz. 8⁰⁰ - 18⁰⁰

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**

ZBIGNIEW KUPIS

- specjalista chirurgii ogólnej
chirurgii naczyniowej i angiologii

Leczenie przewlekłej niewydolności żyłnej
i miażdżycy kończyn dolnych:

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

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



48 363 33 73
603 612 943

Gabinet Ortopedyczny Os-Med s.c.

MARCIN BOLEK

specjalista ortopedii
i traumatologii narządu ruchu

PRELUKSACJA MEDYCyna SPORTOWA

Przyjmuje:
poniedziałek, środa od 16:00

Sawoy Medicus

Radom ul. Główna 11 lok. 14

tel.: **604 886 275**

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

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**

PROKTOLOGIA CHIRURGIA

ZBIGNIEW KOTUR

specjalista chirurgii ogólnej i onkologicznej
proktolog

- choroby odczynu i odczynicy
- nowoczesne bezbolesne leczenie żylaków odczynu 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**

KLINIKA EUROMED

Radom, ul. Klonowica 8/1

Rejestracja codziennie 8-15, śr 12-18

tel. **48 369 95 17, 502 164 392**

Badania urodynamiczne w ramach NFZ

Laserowe zabiegi
obniżenia ścian pochwy - odpłatnie

PRYWATNY GABINET CHIRURGII
OGÓLNEJ, USG PIERSI, BIOPSJE

Dr nauk medycznych

Grzegorz Szczęśniak

specj. chirurgii ogólnej i onkologicznej

BIOPSJA MAMMOTOMICZNA PIERSI!

porady, konsultacje, drobne zabiegi
chirurgiczne jednego dnia, choroby piersi

www.euromed.radom.pl

Rośnie liczba prób samobójczych wśród najmłodszych

W Polsce rośnie liczba prób samobójczych wśród najmłodszych, zajmujemy drugie miejsce w Europie pod względem liczby samobójstw; jednocześnie maleje liczba przypadków przemocy wobec dzieci – poinformowała w środę (5.07.2017 r. – przyp. red.) Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę.

W środę fundacja zaprezentowała dziennikarzom raport „Dzieci się liczą 2017” poświęcony zagrożeniom bezpieczeństwa zdrowia i rozwoju dzieci w Polsce, będący zebraniem informacji z oficjalnych statystyk publicznych i badań prowadzonych przez różne organizacje.

Jak zaznaczyła Renata Szredzińska z Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę, z raportu wynika, że w Polsce rośnie

liczba dzieci hospitalizowanych z powodu zaburzeń psychicznych. Jak podano w raporcie, w 2016 r. 143 tys. dzieci miało problemy ze zdrowiem psychicznym; w ciągu kilku ostatnich lat wzrosła liczba prób samobójczych wśród najmłodszych – w 2016 r. odnotowano ich 475, w tym 103 zakończone zgonem, co plasuje Polskę na drugim miejscu w Europie pod tym względem.

Szredzińska wskazała, że praw-

dopodobnie jednym z powodów jest nasilający się stres, w tym stres szkolny. „Z ostatnich badań Health Behaviour in School-aged Children – prowadzonych wśród młodzieży w wieku 11-15 lat – wynika, że coraz większy odsetek dzieci uskarża się na nasilenie stresu szkolnego. Pogarsza się jakość rozmów w rodzinie. Mniej dzieci w ostatnim badaniu wskazywało na to, że łatwo im się rozmawia z mamą czy z tatą” – podkreśliła Szredzińska.

Dodała, że w ostatnich latach zmalała liczba przypadków przemocy wobec dzieci, chociaż cały czas – jak wynika z różnych danych – zjawisko to jest niedoszacowane.

Szredzińska poinformowała, że autorzy raportu rekomendują m.in. poprawę łatwości godzenia przez rodziców ról zawodowych z rolami rodzicielskimi, prowadzenie szeroko zakrojonej profilaktyki krzywdzenia dzieci w Polsce, stworzenie jednego dokumentu dotyczącego bezpieczeństwa dzieci i polepszenie dostępności do specjalistycznej pomocy dla dzieci krzywdzonych. „Zachęcamy

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/0294

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

lek.stomatolog
Hubert Szwede

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

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

infolinia 794 101 801



STOMATOLOGIA MEDIDENT

lek.dent. Kamil Iwanowski

- Stomatologia zachowawcza
- Endodoncja
- Protetyka
- Chirurgia stomatologiczna
- Stomatologia dziecięca
- Stomatologia estetyczna
- Profilaktyka i higienizacja

Radom, ul. Żwirki i Wigury 33 lok.1
tel. 572 972 606
Pon. 8.30-14, Wt.-Pt. 14.30-20, Sb. 9-14
www.medident.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

NZOZ **profident**

PRYWATNY GABINET STOMATOLOGICZNY

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

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

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

Możliwość leczenia w ramach NFZ
dzieci i młodzieży

Bezpłatne profilaktyczne lakierowanie zębów stałych u dzieci i młodzieży

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

RTG zębów

do tego, by rozważyć model, jaki funkcjonuje np. w USA, gdzie jest system centrów, w których osoba pokrzywdzona może należeć pomoc prawną, medyczną, psychologiczną i socjalną” – zaznaczyła Szredzińska.

Dodała, że w związku z nowelizacją prawa karnego zaostrzającą kary za ciężkie przestępstwa przeciw życiu, zdrowiu i wolności dzieci, która wchodzi w życie 13 lipca, fundacja stworzyła kampanię informacyjną. „Chodzi o to, żeby informować obywateli, że od 13 lipca wszyscy będziemy mieli obowiązek prawny – zagrożony sankcją karną, jeśli się z niego nie wywiążemy – informowania o przestępstwach dotyczących dzieci, zwłaszcza dotyczących wykorzystywania seksualnego dzieci” – wskazała Szredzińska.

Rzecznik praw dziecka Marek Michalak powiedział, że zainspirowany głosami międzynarodowymi – m.in. sekretarza generalnego ONZ – wnioskował o stworzenie Narodowej Strategii Walki z Przemocą Wobec Dzieci. Poinformował, że wniosek został złożony na ręce premier Beaty Szydło. „Na chwilę obecną przyszła odpowiedź, że nie ma takich planów. Mam nadzieję, że jest to odpowiedź chwilowa i po chwili refleksji te działania będą podjęte” – powiedział RPD.

Pytany czy jego zdaniem wchodząca w życie 13 lipca nowela „pozostanie tylko na papierze”, zwrócił uwagę, że po jej uchwaleniu zmieniły się m.in. obowiązujące dotąd w polskim Kościele Wytyczne dotyczące wstępnego dochodzenia kanonicznego w przypadku oskarżeń duchownych o czyny przeciwko szóstemu przykazaniu Dekalogu z osobą niepełnoletnią poniżej osiemnastego roku życia. „Myślę, że z tymi przepisami będzie tak,



jak w 2010 r., kiedy wprowadzono jednoznaczny zakaz stosowania kar cielesnych wobec dzieci – przepisy karne niosą za sobą też edukację – więcej ludzi wie, że pewne zachowania są nieakceptowalne społecznie” – podkreślił.

O. Adam Żak, koordynator ds. ochrony dzieci i młodzieży KEP, zaznaczył, że w społeczeństwie jest pewne myślenie magiczne, że problem krzywdzenia dzieci zostanie rozwiązany poprzez samo zwiększenie kar dla przestępców. Tymczasem – zdaniem o. Żaka – niewiele się zmieni, jeśli nie będzie pracy nad świadomością społeczną. „Jedną z najsukursniejszych form jest moim zdaniem model niemiecki, gdzie zrobiono coś w rodzaju «okrągłego stołu», gdzie wszystkie instytucje społeczne miały okazję, by wspólnie przez kilka miesięcy rozmawiać na ten temat” – powiedział o. Żak.

Źródło: Deon.pl



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



lek. stom. Magdalena Wiosna
SPECJALISTA ORTODONTA

- ortodontyczne leczenie dzieci, młodzieży i dorosłych.
- aparaty stałe – metalowe i estetyczne
- aparaty ruchome

przyjmuje: wt., czw., pt. od 16
Radom,
ul. Żeromskiego 92 lok. 2C II piętro
 **605 384 773**
48 363 53 66

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
Informacje i zapisy: sobota 9.00 do 14.00
695 726 422
48 360 64 36

NZOZ DENT-ARTIS

lek. stom. Bożena Domańska
lek. stom. Anna Domanska
Radom,
ul. Waryńskiego 9a lok7 I piętro
tel.: 48 334 14 25, 604 481 599

Czynne codziennie
sobota po wcześniejszym uzgodnieniu

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

LECZENIE BEZ BOROWANIA
metodą abrazji wodno-powietrznej



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

Dieta !!!

Nadeszło lato! Coraz częściej w czasopiśmie czy w reklamach widzimy to słowo – „dieta”. Dziś rozumiemy je głównie w znaczeniu diety odchudzającej, często kojarzonej z ograniczeniami i czymś nieprzyjemnym mimo innego, pierwotnego znaczenia tego terminu.

Dieta z gr. **Διαίτα** (diaita) to sposób odżywiania, styl życia. Nietrudno nam dostrzec osoby mające trudności z prawidłowym odżywianiem się. Znamy oczywiście skutki błędów w odżywianiu – naturalnej,

koniecznej i automatycznej czynności. Są to m.in.: otyłość, nadwaga i inne schorzenia, które stanowią poważne zagrożenia zdrowotne (cukrzyca, choroby serca, układu krążenia, niektóre typy nowotworów, choroby stawów, kręgosłupa, a nawet depresja).

Obecnie na czoło zaburzeń w odżywianiu wysuwa się też otyłość i nadwaga, ze względu na skalę oraz szybkie tempo wzrostu tego zjawiska (według Światowej Organizacji Zdrowia). Słyszymy też o innych



jednostkach chorobowych, takich jak: bulimia, anoreksja, ortoreksja, zespół nocnego jedzenia. Jakie błędy najczęściej popełniamy? Wiele osób podejmuje trud odchudzania. Niektórym udaje się nawet krótkotrwale osiągnąć wyznaczony cel:

zredukować masę ciała. Porażki i niepowodzenia zdarzają się jednak częściej. Okazuje się, że samo stosowanie diet w rzeczywistości nie gwarantuje sukcesu, ponieważ zmiana nawyków to długotrwały proces, w którym pojawia się wiele kryzysów.

Te porażki są naturalnym elementem w procesie tych zmian. Ważne jest, aby w momencie porażki mieć plan awaryjny („plan B”) i wsparcie psychodietetyka. Osoba pozostająca z problemem sama, bez pomocy,

z poczuciem bezsilności, z samooskarżeniami, bardzo często porzuca realizację planu. Może nastąpić naturalne pogorszenie stanu fizycznego osłabienie, zmęczenie, brak sił. Zmienia się również nasz stan psychiczny. Pojawia się obniżenie nastro-

OKULISTA & OPTYK LIKOWSCY

Radom ul Słowackiego 8
Gabinet przeniesiony z ulicy Witolda 2

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

GABINET OKULISTYCZNY

PRACOWNIA BADAŃ ULTRASONOGRAFICZNYCH OCZU I OCZODOŁÓW
wysokiej klasy aparatem ultrasonograficznym

BADANIE ULTRASONOGRAFICZNE OCZU I OCZODOŁÓW w diagnostyce

- Mętów w ciele szklistym
- Błyski, ograniczenia widzenia, bóle w oku i oczodołach
- Wylewy krwi do gałki ocznej
- Odwarstwienie siatkówki
- Guzów nowotworowych w oczach i oczodołach
- Stanów pourazowych i zapalnych oka
- Nadczynności tarczycy – ocena grubości mięśni ocznych
- Nie zdiagnozowane zaburzenia widzenia



BIOMETRIA GAŁKI OCZNEJ

- Pomiary mocy wszczepionych soczewek metodą immersyjną u pacjentów do operacji zaćmy
- Pomiary długości gałki ocznej w postępującej krótkowzroczności

Badanie przeprowadzone zostanie przez dr. Pawła Lewandowskiego
specjalistę chorób oczu, konsultanta z zakresu badań ultrasonograficznych w okulistyce,
wieloletniego starszego asystenta Kliniki Okulistycznej Uniwersytetu Medycznego w Warszawie.

Radom, ul. Bławatna 1, zapisy telefoniczne 48 384 69 02

OPTYK PŁASKOCIŃSKI

KOMPUTEROWE BADANIE WZROKU
W CENIE OKULARÓW
APLIKACJA SOCZEWEK KONTAKTOWYCH

**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

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



OPTYK OKO
ZAKŁAD OPTYK

Dorota Miszczak
specjalista chorób oczu
refraktyczna

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

okodorota_wragwa.pl

czynny: codziennie 9.00 - 17.30, soboty 10.00 - 13.00

lek. med. Ewa Krupa specjalista chorób oczu

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

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

zapisy na telefon:
606 689 450

ju, złość, smutek, stres, napięcie, zniechęcenie, objawy depresyjne.

Zaczyna się więc często „zajadanie” tych negatywnych emocji, napadowe objadanie się, nocne podjadanie i tzw. „syndrom zaczętego pudełka”, który polega na tym, że po zjedzeniu jednego ciastka zjadamy wszystko, co jest w zasięgu naszego wzroku. To powoduje, że czujemy się jeszcze gorzej, wzrasta niepokój, negatywne myślenie o sobie jako o kimś słabym, przekonanie, że jesteśmy do niczego, że to nie ma sensu, że nie uda nam się utrzymać diety. Nie warto wtedy zaczynać ponownie, a zdarza się, że z uporem zaczynamy „od poniedziałku” (czasem tylko nie potrafimy zdecydować od którego). Wszystko komplikuje się jeszcze bardziej w połączeniu z naszym trybem życia. Poza dietą wykonujemy przecież obowiązki zawodowe, domowe, brakuje nam czasu – z tego powodu odczuwamy silny stres. Gdy uczestniczymy w różnych wydarzeniach (śluby, urodziny, święta), nie chcemy zwracać na siebie uwagi wszystkich i sprawiać przykrości, odmawiając poczęstunku, co również nie pomaga w zachowaniu dobrych nawyków. Dieta ograniczająca nie stanowi warunku wystarczającego do utrzymania zmiany nawyków żywieniowych i w konsekwencji optymalnej wagi ciała. Innym ważnym elementem jest to, że nie doceniamy bądź przeceniamy znaczenie aktywności fizycznej. Jedną skrajnością jest to, że uważamy, że nie jest nam ona potrzebna, a drugą to, że przetrenowujemy się. Wyczerpująca, zbyt intensywna aktywność, skrajne ograniczenie jedzenia, nadmierna sztywność w przestrzeganiu tego co, kiedy i ile jemy, nie jest dobrą drogą do osiągnięcia wymarzonej sylwetki.

Nie w pełni uzasadnione jest również powszechne przekonanie, że naszą wagę np. nadwagę, determinuje otyłość dziedziczona rodzinnie. Nie uwzględniamy przy tym złych nawyków żywieniowych bliskich osób.

Trudno oczekiwać, żeby osoba chcą-

Barbara Węgrzycka
Specjalista chorób płuc
Pulmonolog

Radom, ul. Bernardyńska 3A



511 511 234
48 386 95 00

Y/0649



mgr Dagmara Rodzoch

PSYCHOLOG, PSYCHODIETETYK

Kelles-Krauza 32

48 360 11 44, 736 286 299

ca w sposób szybki, łatwy, bez wysiłku i bez adekwatnego, specjalistycznego wsparcia i przygotowania etapów procesu zmiany osiągnęła trwałą zmianę zachowań żywieniowych.

Odpowiedzią psychologii na te nowe wyzwania związane z nawykami żywieniowymi jest psychodietetyka.

Niewiele osób wie, czym zajmuje się psychodietetyka. W Polsce zainteresowanie tą dziedziną dopiero się zaczyna, podczas gdy w krajach Europy Zachodniej rozpowszechnione jest już od dłuższego czasu. W jaki sposób może pomóc nam

psychodietetyk? Przede wszystkim udzieli pomocy w odzyskiwaniu kontroli nad zachowaniami żywieniowymi w czasie trwania zmiany oraz po osiągnięciu utraty wagi, poprzez wykorzystanie specyficznych technik. Udzieli porad (konsultacji) w zakresie żywienia oraz przygotuje osobę pod względem fizycznym i motywacyjnym do podjęcia decyzji o odchudzaniu (lub o zmianie różnych nieprawidłowych nawyków żywieniowych).

Dagmara Rodzoch
- psycholog, psychodietetyk

**NZOZ Ośrodek Profilaktyki
i Terapii Uzależnień**

UZALEŻNIENIA:

hazard,
substancje psychoaktywne,
pracoholizm, komputer

Wizyty po umówieniu telefonicznym:

48 3836672, 608206472

Radom, ul. 1905 Roku 21

(I piętro, wejście z tyłu budynku)

H/0463

RADOSŁAW MOLGA
specjalista urolog

Centrum Medyczne
ChŁODNAMED

Radom

ul. Chłodna 26

zapisy telefonicznie

502 166 165

48 331 06 46

U/0406

SPECJALISTA UROLOG

lek. med.

Grażyna Słomska-Kasperska

ANESTEZJOLOG, CHIRURG

Przyjmuje

Radom ul. Niedziałkowskiego 26/83
poniedziałek 16.30 - 18.30

tel. 48 362 82 00, 603 560 853

Radom ul. Bernardyńska 3 a
czwartek od 12

tel. 48 386 95 00, 511 511 234

U/0659

lek. med. **Piotr Słyk**

specjalista chorób dziecięcych, radiolog

USG SPECJALISTYCZNY
GABINET PEDIATRYCZNY
oraz BADANIA

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

wtorek 14⁰⁰ - 15⁰⁰ środa 15³⁰ - 17⁰⁰

również

WIZYTY DOMOWE

Tel.dom. 48 385-11-42

tel.kom. 603208589

T/0074



**CENTRUM
BERNARDYŃSKA**

**LEKARZE
SPECJALIŚCI**

511 511 234
48 386 95 00

Radom, ul. Bernardyńska 3A,

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

Z/0590



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



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 • fizjoterapeuta
- terapeuci wczesnego wspomaganie rozwoju

**Nowa usługa- Elektrostymulacja
rozszczepu podniebienia
i kompleksu ustno-twarzowego u dzieci i dorosłych**

OFERTA DLA DZIECKA MAŁEGO

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

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

**WYDAJEMY OPINIE
RESPEKTOWANE W OŚWIACIE,
w tym o odroczeniu
od obowiązku szkolnego,
o specyficznych trudnościach w uczeniu się itp.**

OFERTA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY:

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

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

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



SKLEP MEDYCZNY

Radom, ul. Giserska 4,
tel. 48 36 511 88
728 658 401

**REFUNDACJA
- umowa z
NFZ**

**APARATY SŁUCHOWE
I WSZELKIE AKCESORIA**

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

BEZPŁATNE

**badanie słuchu,
porady i konsultacje
pielęgniarki stomijnej**

**4 i 5 kwietnia od godz. 10
badanie stóp Podskanerem 2D
FottCAD na Platformie
sił reakcji**

ZAPRASZAMY:

**Pon. - Czw. 9 - 17,
Pt. 9 - 16,
So. 9 - 13**

**www.stymat.pl
stymat.radom@vp.pl**

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



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 Krapiec - specjalista psychiatra

PRACOWNIA USG

lek. Janusz Wieczorek - chirurg radiolog

- poradnia

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**

Grzegorz Piramowicz SJ



W teleturnieju prowadzonym od wielu lat przez p. Tadeusza Szuka, wśród pytań z którymi zawodnicy dają sobie świetnie radę, prowadzący program niespodziewanie umieszcza bardzo proste pytanie na temat zakonu jezuitów. Takie pytanie

z reguły kończy się – niestety – „wpadką” uczestnika teleturnieju. Szkoda, że owa fundamentalna wiedza o zakonie jest w naszym społeczeństwie tak ograniczona.

W tym miejscu „Zdrówka” zamieszczamy różne ciekawe szczegóły dotyczące jezuitów. Mogliśmy dowiedzieć się, że 4 polskich jezuitów zostało wyniesionych na ołtarze, a 2 z nich to patroni RP oraz że jezuitami byli Skarga i Wujek. Dziś kilka słów o innym polskim jezuitcie – **Ojcu Grzegorzu Piramowiczu**, jednej z czołowych postaci Komisji Edukacji Narodowej, który – **jako pierwszy – wprowadził do szkolnictwa w Polsce wychowanie fizyczne oraz... przerwy międzylekcyjne.**

Urodził się 25 listopada 1735 r. we Lwowie, w ormiańskiej rodzinie Jakuba i Anny z d. Nikorowicz. Po ukończeniu kolegium jezuitów – gdzie bliskim jego kolegą był Ignacy Krasicki – wstąpił w 1754 r. do Towarzystwa Jezusowego. 23 lipca 1763 r., po studiach i długoletniej formacji, przyjął we Lwowie święcenia kapłańskie. Jako jezuita pełnił wiele odpowiedzialnych funkcji. Był m.in. profesorem teologii moralnej w Krzemieńcu, wykładowcą filozofii we Lwowie i poetyki w Łucku. Był również kaznodzieją katedralnym. Jako jeden z najwybitniejszych ówczesnych intelektualistów uczestniczył w obiadach czwartkowych króla Stanisława Augusta Poniatowskiego. Monarcha przyznał mu medal z napisem „Sapere auge” („Temu, który odważył się być mądrym”).

Po kasacie zakonu jezuitów w 1774 r. został proboszczem w Kurowie, a od 1785 r. także w Końskowoli. W 1797 roku pod naciskiem Austriaków zrzekł się obydwu probostw i wyjechał do Międzyrzecza Podlaskiego, gdzie został miejscowym duszpasterzem. Był kanonikiem honorowym katedry w Kamieńcu Podolskim.

Od 1775 r. – desygnowany przez konfederację targowicką – był członkiem i sekretarzem Towarzystwa do Ksiąg Elementarnych. W roku 1791 był jednym z założycieli Zgromadzenia Przyjaciół Konstytucji Rządowej. Od roku 1800 był członkiem Towarzystwa Przyjaciół Nauk.

Jako wybitny pedagog opracowywał programy nauczania i wizytował szkoły z ramienia Komisji Edukacji Narodowej. Oceniał pracę nauczycieli. Podkreślał, że nauczyciel powinien ciągle pracować nad sobą i udoskonalać metody edukacji. Zwracał uwagę na potrzebę ścisłego kontaktu nauczyciela z domem rodzinnym ucznia. Nowością było zwrócenie uwagi, że z edukacją umysłową trzeba łączyć wychowanie fizyczne.

Takie jego dzieła jak „Powinności nauczyciela” czy „Elementarz dla szkół parafialnych i narodowych” pozostają do dzisiaj niezwykle aktualne. Znana jest także jego twórczość poetycka.

W okresie Sejmu Czteroletniego (1788-1792) ks. Piramowicz – wtedy już były jezuita – związany był z przywódcami Stronnictwa Patriotycznego, którzy domagali się powiększenia armii, niezależnienia od Rosji, zniesienia liberum veto i wolnej elekcji.

„Wy, nauczyciele – pisał ks. Piramowicz w 1792 r. – wpajajcie w młode umysły miłość Ojczyzny i króla, wstręt i pogardę dla zdrady, umiarkowanie w szczęściu, stałość w przypadkach, przypominajcie im ojców ich błędy i kłęski pochodzące z niezgody, anarchii i wywyższenia się nad prawo; niech wyrzuty zostaną w ich sercach, by strzegli się onych w ten czas, kiedy w dojrzałym wieku zaczną służyć Ojczyźnie”. O. Grzegorz zmarł 29 grudnia 1801 r. w Międzyrzeczu Podlaskim. Taką datę jego śmierci podaje „Encyklopedia wiedzy o jezuitach”.

JT JT

www.radom.jezuici.pl

**BEZPŁATNIE
NA PODSTAWIE UMOWY Z**

PIELĘGNIARSKA OPIEKA DOMOWA

ZGŁOSZENIA TELEFONICZNIE
codziennie w godz 8-20



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

CENTRUM ZAOPATRZENIA ORTOPEDYCZNO-MEDYCZNEGO

ort-med

wypożyczalnia sprzętu rehabilitacyjno-medycznego



refundacja

NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia

- ciśnieniomierze • artykuły przeciwoślężynowe • balkoniki • kule • pieluchomajtki

www.ort-med.eu ort_med@wp.pl

Oddział: ul. Wałowa 4, Radom ☎ +48 386 98 98 / ul. Metalowa 11, Radom ☎ +48 622 18 31 / ul. Żelazna 31, Kielce ☎ +41 252 41 08

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



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

"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



SKLEPY MEDYCZNE

P.H.U. Dental-Med



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

NFZ

WYPOŻYCZAMY SPRZĘT REHABILITACYJNY

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



Sprzęt rehabilitacyjny dostarczamy
na miejsce po uzgodnieniu telefonicznym

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

KOZIENICE

ul. 15 Stycznia 2
pn-pt 8-17, sob. 9-13
tel. 48 611 00 35, 507 396 173

WARKA

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

ZWOLEŃ

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

LIPSKO

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

13 lipca 1917 - trzecie objawienie się Matki Bożej

Łucja: 13 lipca 1917 r. krótko po naszym przybyciu do Cova da Iria do dębu skalnego, gdy odmówiliśmy różaniec z ludźmi licznie zebranych, zobaczyliśmy znany już blask światła, a następnie Matkę Boską na dębie skalnym.

– „Czego sobie Pani ode mnie życzy?” – zapytałam.

– „Chcę, żebyście przyszli tutaj 13 przyszłego miesiąca, żebyście nadal codziennie odmawiali różaniec na cześć Matki Boskiej Różańcowej, dla uproszenia pokoju na świecie i o zakończenie wojny, bo tylko Ona może te łaski uzyskać”.

– „Chciałabym prosić, żeby Pani nam powiedziała, kim jest i uczyniła cud, żeby wszyscy uwierzyli, że nam się Pani ukazuje”.

– „Przychodźcie tutaj w dalszym ciągu co miesiąc! W październiku powiem, kim jestem i czego chcę, i uczynię cud, aby wszyscy uwierzyli”.

Potem przedłożyłam kilka prośb, nie pamiętam, jakie to były. Przypominam sobie tylko, że Nasza Dobra Pani powiedziała, że trzeba odmawiać różaniec, aby w ciągu roku te łaski otrzymać. I w dalszym ciągu mówiła:

– „Ofiarujcie się za grzeszników i mówcie często, zwłaszcza gdy będziecie ponosić ofiary: O Jezu, czynię to z miłości dla Ciebie, za nawrócenie grzeszników i za zadośćuczynienie za grzechy popełnione przeciwko Niepokalanemu Sercu Maryi”.

Przy tych ostatnich słowach rozłożyła znowu ręce jak w dwóch poprzednich miesiącach. **Promień światła zdawał się przenikać ziemię i zobaczyliśmy jakby morze ognia, a w tym ogniu zanurzeni byli diabli i dusze w ludzkich postaciach podobne do**

przezroczystych, rozżarzonych węgli, które pływały w tym ogniu. Postacie te były wyrzucane z wielką siłą wysoko wewnątrz płomieni i spadały ze wszystkich stron jak iskry podczas wielkiego pożaru, lekkie jak puch, bez ciężaru i równowagi wśród przeraźliwych krzyków, wycia i bólu rozpaczliwych dreszcz zgrozy. (Na ten widok musiałam krzyczeć «aj», bo ludzie to podobno słyszeli). Diabli odróżniali się od ludzi swą okropną i wstrętną postacią, podobną do wzbudzających strach nieznanymi jakichś zwierząt, jednocześnie przezroczystych jak rozżarzone węgle.

Przerażeni podnieśliśmy oczy do Naszej Pani, szukając u Niej pomocy, a Ona pełna dobroci i smutku rzekła do nas:

– „Widzieliście piekło, do którego idą dusze biednych grzeszników. Żeby je ratować, Bóg chce rozpowszechnić na świecie nabożeństwo do mego Niepokalanego Serca. Jeżeli się zrobi to, co wam powiem, wielu przed piekłem zostanie uratowanych i nastanie pokój na świecie. Wojna zbliża się ku końcowi. Ale jeżeli ludzie nie przestaną obrażać Boga, to w czasie pontyfikatu Piusa XI rozpocznie się druga wojna, gorsza. Kiedy pewnej nocy ujrzycie nieznane światło (ma na myśli nadzwyczajne światło północne, które widziano w nocy 25 stycznia 1938 r. w całej Europie, także w Polsce. Łucja uważała je wciąż za znak obiecany z nieba), wiedźcie, że jest to wielki znak od Boga, że zbliża się kara na świat za liczne jego zbrodnie, będzie wojna, głód, prześladowanie Kościoła i Ojca Świętego.

Aby temu zapobiec, przybędę, aby prosić o poświęcenie Rosji memu Niepokalanemu Sercu i o Komunię św. wygradzającą w pierwsze soboty. Jeżeli moje

życzenia zostaną spełnione, Rosja nawróci się i zapanuje pokój, jeżeli nie, bezbożna propaganda rozszerzy swe błędne nauki po świecie, wywołując wojny i prześladowanie Kościoła, dobrzy będą męczennicy, a Ojciec Święty będzie musiał wiele wycierpieć. Różne narody zginą. Na koniec jednak moje Niepokalane Serce zatriumfuje. Ojciec Święty poświęci mi Rosję, która się nawróci i przez pewien czas zapanuje pokój na świecie. W Portugalii będzie zawsze zachowany dogmat wiary itd. Tego nie mówcie nikomu; Franciszkowi możecie to powiedzieć. Kiedy odmawiacie różaniec, mówcie po każdej tajemnicy: *O mój Jezu, przebac nam nasze grzechy, zachowaj nas od ognia piekielnego, zaprowadź wszystkie dusze do nieba, a szczególnie te, które najbardziej potrzebują Twojego miłosierdzia*”.

Nastała chwila ciszy, a ja zapytałam:

– „Pani nie życzy sobie ode mnie niczego więcej?”

– „Nie, dzisiaj już nie chcę od ciebie niczego więcej”.

I jak zwykle uniosła się w stronę wschodu, aż znikła w nieskończonej odległości firmamentu.

POSŁUGA DUSZPASTERSKA W SZPITALACH

RSS TOCHTERMANA

MSZA ŚWIĘTA - Niedziela - 9.30

pn. - sob. - 7.30

Kaplica otwarta w godz. 6.00 - 21.00

UDZIELANE SAKRAMENTY:

EUCHARYSTIA: roznoszenie Komunii świętej:

- codziennie godz. 6.00 - 12.30.

SPOWIEDŹ: podczas roznoszenia komunii św.

lub w innym czasie na prośbę chorego lub rodziny.

SAKRAMENT NAMASZCZENIA CHORYCH

- udzielany jest podczas roznoszenia Komunii św.

lub w innym czasie na prośbę chorego lub rodziny.

TELEFON DYŻURNY: 602307457

KAPELANI: ks. kan. M. Bandos, ks. G. Wójcik

OR GISERSKA

Msza Święta - Niedziela i Uroczystości - godz. 14.30

WSS JÓZEFÓW

MSZA ŚWIĘTA z homilią pn. pt. godz. 15.00

w soboty, niedziele i święta nakazane godz. 11.00

Adoracja Najświętszego Sakramentu -

poniedziałek- piątek godz. 14. 30

sobota- niedziela, święta 10.30

SPOWIEDŹ: w czasie adoracji

lub podczas odwiedzin chorych

SAKRAMENT NAMASZCZENIA CHORYCH: środy

na Mszy świętej i codziennie na oddz. szpitalnych.

ODWIEDZINY CHORYCH: pn. - pt. 9.00 - 13.00

sobota, niedziela, święta 8.00 - 10.30

REKOLEKCJE dla chorych i personelu szpitala

Adwent: - od środy do piątku po III ndz adwentu

Wielki Post - od środy do piątku po V ndz. WP

TELEFON z dyżurki pielęgniarek ##066 lub ##067

dzień odpustu w kaplicy - 11 lutego.

KAPELANI: ks. dr R. Kacprzak i ks. B. Dawidowicz

SWPZZPOZ KRYCHNOWICE

MSZA ŚWIĘTA w kaplicy szpitalnej:

od pn. do so. godz. 7.45, Niedziela o godz. 9.30

SPOWIEDŹ: codziennie w kaplicy lub na oddziale

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

V Regaty Żeglarskie Diecezji Radomskiej imienia ks. dr. Zdzisława Domagały

Akcja Katolicka Diecezji Radomskiej, Środowisko INICJATYWA, Wójt Gminy Jedlnia-Letnisko oraz klub Żeglarski IKAR Jedlnia-Letnisko wraz z Klubem Żeglarskim Pionki zapraszają na V Regaty Żeglarskie Diecezji Radomskiej imienia ks. dr. Zdzisława Domagały.

Regaty rozgrywane będą na łodziach klasy Omega Turystyczna. Łodzie do regat zapewniają organizatorzy.

Regaty odbędą się w dniu 2 września 2017 r. (sobota) na Zalewie w Jedlni-Letnisko przy stacji Klubu Żeglarskiego IKAR (ul. Nadrzeczna 24), GPS:51.438546; 21.318093.

Celem regat jest integracja sympaty-

ków żeglarsstwa i społeczności lokalnych oraz popularyzacja turystyki żeglarskiej, która w naszym regionie ma wieloletnie tradycje.

Zapraszamy wszystkich chętnych do udziału w tych regatach: załogi czteroosobowe reprezentujące parafie, ruchy i stowarzyszenia katolickie i nie tylko oraz wszystkich chętnych do wspólnego spotkania. Szczegóły dotyczące regat, regulamin i formularz zgłoszeniowy zostały umieszczone poniżej.

Zgłoszenia przyjmowane będą do dnia 15 sierpnia 2017 r. Szczegóły w poniższym linku: <http://www.ak.radom.pl/index.php?id=80> lub bezpośrednio u koordynatora - Juliusz Monkosa (tel. 605 686 460, jmonkosa@gmail.com).

KOLPORTAŻ	Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Radomiu	Informacje i przyjmowanie ogłoszeń:
	Przychodnie Lekarskie	
	SWPZZPOZ Krychnowice	
	Radomski Szpital Specjalistyczny	
	SPZOZ w Koźmierzynie	
	NSZOZ, NZOZ	
	Gabinety Lekarskie	
	Laboratoria	
	Apteki województwa mazowieckiego	

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

Wydawca nie ponosi odpowiedzialności za treść ogłoszeń i reklam

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

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 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
- ginekologia
- lekarski
- RTG zębowy

w centrum Radomia

pow. 116 m²

Więcej informacji pod numerem

tel. 509 158 081

A/0019