

ZDRÓWKO

INFORMATOR BEZPŁATNY

Słoneczny wrzesień

Kalendarzowe lato pożegnamy 23 września. Jak na razie tylko kalendarz informuje, że niedługo zmieni się pora roku. Słoneczna i piękna pogoda podtrzymuje nas nadal w wakacyjnym klimacie, choć przecież już prawie miesiąc roku szkolne-

go za nami. I tylko coraz krótsze dni zwiastują zbliżającą się nieuchronnie jesień.

Życząc wszystkim Czytelnikom dobrego, rozpoczętego już na dobre, roku szkolnego 2018/2019, zapraszam do lektury ostatniego letniego numeru Zdrówka.

ZG



WYBRANE ARTYKUŁY:

Śniadanie dla ucznia

Czytaj na stronie 4.

Ból głowy jest częstszy u kobiet

Czytaj na stronie 6.

Usuwanie tatuażu i makijażu permanentnego

Czytaj na stronie 10.

Co pyli w sierpniu?

Czytaj na stronie 12.

Prawie 40 proc. Polaków w ogóle nieaktywnych fizycznie

Czytaj na stronie 14.

Czy zapalenie ucha środkowego musi boleć?

Czytaj na stronie 16.

Bogactwo natury - kukinia

Czytaj na stronie 18.

Operacja rekonstrukcji piersi w RCO

Czytaj na stronie 20.

Z historii Radomia O szpitalach radomskich

Czytaj na stronie 25.

Dar pobożności

Czytaj na stronie 27.

Biuro Obsługi Działalności Medycznej s.c.

Radom, ul. 25-go Czerwca 57,
tel. 48 386 90 04, 509 454 314 w godz. 8⁰⁰ - 17⁰⁰

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

AD00272

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

M0473

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. 13
Chirurgia – str. 5, 16, 17, 24
Chirurgia naczyniowa – str. 16, 17,
Endokrynologia – str. 4, 10
Ginekologia – str. 2, 5
Hematologia – str. 4
Interna – str. 4, 14, 24
Kardiologia – str. 4, 5, 7
Laryngologia – str. 2, 17
Neurologia – str. 7, 8
Nefrologia – str. 8, 15
Okulistyka – str. 20
Onkologia – str. 21,
Ortopedia – str. 19, 24
Pediatria – str. 7
Psychiatria – str. 15
Psychologia – str. 15
Rehabilitacja – str. 5, 7,
Stomatologia – str. 18, 19
Urologia – str. 14

USŁUGI MEDYCZNE

Apteki – str. 32
Pielęgniarstwo – str. 6, 12, 21
Opieka długoterminowa – str. 6, 7, 12, 23
NZOZ, Poradnie – str. 11, 13, 16, 21, 25

SKLEPY MEDYCZNE

– str. 20, 22, 23

DIAGNOSTYKA

Badania, USG – str. 4, 11
Laboratoria – str. 3, 11, 16, 15
Radiologia – str. 5, 11, 16, 15

ZDROWIE I URODA

Gabinety kosmetyczne – str. 11

MEDYCyna PRACY

– str. 11, 16, 25

MEDYCyna NATURALNA

– str. 27

PROFILAKTYKA

Ośrodki – str. 11
Przychodnie – str. 3, 7, 9, 11, 13, 14, 24

RÓŻNE

Usługi dla podmiotów prowadzących
działalność medyczną – str. 2, 4, 26
Inne – str. 13, 16, 26

POSŁUGA DUSZPASTERSKA

w szpitalach – str. 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

B0142



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

- **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



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

Nowe badania:

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

*Profesjonalna obsługa
Zawsze wiarygodne wyniki*

Radom, ul. Słowackiego 48
tel./fax 48/36-54-933
www.medica.radom.pl
medica@medica.radom.pl

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

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

K/0589



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

ŚNIADANIE dla ucznia lepsze od przekąski ze sklepiu

Jak powinno wyglądać drugie śniadanie dla ucznia i dlaczego jest ono takie ważne? Dzieci, które nie jedzą drugiego śniadania przygotowanego przez rodziców, znacznie częściej sięgają po niezdrowe, wysokokaloryczne przekąski dostępne w sklepiu szkolnym. Efektem tego jest plaga otyłości wśród uczniów szkół podstawowych i gimnazjów.

Drugie śniadanie dla ucznia jeszcze nie tak dawno oznaczało kanapkę, owoce, mleko – to był standard w szkole

podstawowej. Dziś niestety zabiegani rodzice często nie mają czasu na przygotowywanie drugiego śniadania i dają dzieciom kieszonkowe na zakupy w szkolnym sklepiu. Grymaśny uczeń nie chce jeść zwyczajnych kanapek, bo jest przyzwyczajony do batonów, fast foodów i chipsów. I takie zazwyczaj wybiera w sklepiu. Efekt? Wśród uczniów szkół podstawowych i gimnazjów zaczyna szerzyć się plaga otyłości.



Dlatego warto poświęcić czas i codziennie przygotować swoim dzieciom odżywcze i jednocześnie smaczne śniadanie. Tak jest taniej, zdrowiej i łatwiej w ten sposób kontrolować wagę dziecka. Przyzwyczajasz je też do zdrowego i rozsądnego odżywiania. Pamiętaj, że czym

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

ZD1024

Gabinet INTERNISTYCZNO- HEMATOLOGICZNY

Jolanta Wójcik
hematolog

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

AF/0338 tel. 608490043



PORADNIA
KARDIOLOGICZNA
ZEGARA
SŁONECZNEGO

Justyna Kosno-Żak

Specjalista chorób wewnętrznych/kardiolog

Zakres usług:

EKG z konsultacją kardiologiczną
USG serca,
Holter EKG i RR, testy wysiłkowe

ul. Zegara Słonecznego 6 m. 1
26-600 Radom
www.pkzs.eu

Godziny przyjęć
po uzgodnieniu telefonicznym
pod numerem 796 172 975

K/0156

SPECJALISTYCZNE GABINETY LEKARSKIE



26-600 Radom, ul. F. Focha 14, I piętro

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

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

- ♥ **ECHO SERCA**
- ♥ **HOLTER EKG**
12 kanałowy
- ♥ **HOLTER** ciśnieniowy
- ♥ **TESTY WYSIŁKOWE**
- ♥ **USG TARCZYCY**
- ♥ **BIOPSJE**

Kompleksowa opieka lekarska

K/0070

skorupka za młodu nasiąknie... Jeżeli brak ci czasu rano, śniadanie przygotuj wieczorem i schowaj je do lodówki.

Jak powinno wyglądać drugie śniadanie dla ucznia w wieku 7–15 lat?

Dzieci w wieku szkolnym rosną i dojrzewają. Potrzebują przede wszystkim energii (węglowodany), wapnia, żelaza, cynku, witamin z grupy B i kwasów tłuszczowych (głównie omega-3). Dzięki tym składnikom twoje dziecko będzie miało zapał do nauki i aktywności fizycznej. We właściwie skomponowanym drugim śniadaniu powinny znaleźć się wędlina, nabiał, owoce i warzywa. Zapomnij o słodkich napojach gazowanych (mają mnóstwo pustych kalorii, dodatkowo utrudniają przyswajanie składników odżywczych), słonych przekąskach, czyli chipsach, paluszkach, krakersach (za dużo soli i kalorii, a żadnych składników odżywczych) oraz batonach (sam cukier i zero składników odżywczych). Możesz od czasu do czasu pozwolić swojemu dziecku na takie „pyszności”. Jednak powinny być rzadkością w jego diecie, a nie codziennością.

Przykładowe drugie śniadanie

1. Kanapki – najlepiej z serem (żółtym albo twarogiem), wędliną i warzywami, np. pomidorem, sałatą, szczypiorkiem, ogórkiem, rzodkiewką. Dla odmiany możesz dać dziecku pastę rybną, wędzonego łosia, tuńczyka, jajka na twardo, pastę jajeczną. Pieczywo wybieraj gruboziarniste. Jeśli twoje dziecko go nie znoś, dawaj mu je zamiennie z pieczywem białym. Takie kanapki dostarczą węglowodanów (pieczywo), wapnia (ser), witamin z grupy B i żelaza (wędliny) oraz kwasów tłuszczowych (ryby).

2. Owoce – najlepsze są jabłka, bo nie dość, że są zdrowe, to są też łatwe w „transporcie” i „obsłudze”, dobre są również banany, gruszki, nektarynki. Jeżeli jednak twoje dziecko lubi winogrona albo cytrusy, dawaj mu je.

ASORT
GABINET ORTOPEDYCZNY

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
poniedziałki, wtorki, czwartki w godz 16 - 20
Rejestracja od poniedziałku do piątku

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



Owoce dostarczą mu witamin, energii i składników mineralnych.

3. Szklanka mleka albo jogurt – najlepiej owocowy, bo takie lubią dzieci, może być też kefir, maślanka, serek homogenizowany, czasem deser mleczno-czekoladowy (te jednak mają sporo cukru). Na rynku mnóstwo jest mlecznych przetworów dla dzieci. Wybierz taki, który będzie im smacował. Mleko dostarczy wapnia i witamin z grupy B (przede wszystkim ryboflawiny).

Dokończenie na str. 8.

NZOZ STOMMED s.c



Realizujemy usługi
bezpłatne w ramach NFZ
oraz na zasadach komercyjnych

RADOM, ul. Czysza 7

Halina Baćmaga

tel. 516 169 064; 48 360 02 83
czynne pn-pt 8 - 19

**Ośrodek Dzienny Rehabilitacji
Poradnia Neurologiczna**

W ramach rehabilitacji proponujemy

- masaże
- hydroterapia
- kinezyterapia
- kinesiotaping
- fizykoterapia w tym **unikalne zabiegi**
- rezonans stochastyczny
- vitaфон
- hivamal
- scanlab

STOMATOLOGIA

**Radom,
ul. Żeromskiego 50**

tel. 48 362 35 46

czynne: pn-pt 8-18, sobota 8-13
zapisy telefoniczne lub osobiście

CENTRUM MEDYCYNY KOBIEC

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

lek. med. **Zygmunt Jacek Nita**

Specjalista Ginekolog - Położnik

gabinet czynny: wtorek, 17 - 19 **tel. kom. 601 950 410**

Ginekolog - położnik

Małgorzata Hejnar - Szczerbińska

Radom, ul. Szewska 5

tel.: 602 288 359, 48 363 15 52

USG

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**

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

Ból głowy jest częstszy u kobiet z przyczyn hormonalnych

To estrogen i inne hormony płciowe mogą odpowiadać za stosunkowo częstsze występowanie bólów głowy u kobiet – informuje pismo „Frontiers in Molecular Biosciences”.

Ból głowy występuje u kobiet dwa do trzech razy częściej niż w przypadku mężczyzn.

Wyniki hiszpańskich badań sugerują, że hormony płciowe bezpośrednio wpływają na komórki otaczające nerw

trójdzielny oraz sąsiadujące z nim naczynia krwionośne głowy. Szczególne znaczenie mają estrogeny, których poziom jest najwyższy u kobiet w wieku reprodukcyjnym. Pod ich wpływem komórki wywołujące ataki migreny ulegają uwrażliwieniu.

„W naszym doświadczalnym modelu migreny możemy zaobserwować znaczące różnice pomiędzy mężczyznami i kobietami i próbujemy zrozumieć korelacje molekularne odpowiedzialne za te różnice” – wyjaśnia prof. Antonio Ferrer-Montiel z Universitas Miguel Hernández (Hiszpania). „Chociaż jest to złożony proces, uważamy, że modulacja układu trójdzielno-naczyniowego przez hormony płciowe odgrywa ważną rolę” – informuje.

Ferrer-Montiel i jego zespół przeanalizowali pochodzące z ostatnich kilkudziesięciu lat prace dotyczące hormonów płciowych, wrażliwości na migrenę i reakcji komórek na czynniki wywołujące migrenę, aby zidentyfikować rolę określonych hormonów. Niektóre (np. testosteron) wydają się chronić przed migreną, podczas gdy inne (jak prolaktyna) mogą ją nasilać. Działanie hormonów polega na zmniejszaniu lub zwiększaniu wrażliwości kanałów jonowych, które kontrolują reakcje komórek na bodźce wywołujące migrenę.



DOM OPIEKI POD ŻŁOTYM DĘBEM

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



Dom oferuje również pielęgniacyjne pobyty poszpitalne.

RADOM UL. BIAŁA 2

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

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

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

I/0522

NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKUŃCZO LECZNICZY W STARYM GOŹDZIE

STARY GÓZD 35

17 km od Radomia w stronę Warszawy
(trasa E7)

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

NFZ



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



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

I/0583

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

Pielęgniarska Opieka Domowa **NFZ**
Poradnia Rehabilitacji **NFZ** i odpłatnie
Rehabilitacja
w domu chorego **NFZ** i odpłatnie
Rehabilitacja dzieci
w schorzeniach neurologicznych

**Poradnia Rehabilitacji Leczniczej,
Radom, ul. Główna 12**

- lek. med. **Krystyna Gamecka-Stanisławek**
- lek. med. **Andrzej Kozera**

Zabiegi rehabilitacyjne w godz. 8-19

- Kinezyterapia **NFZ**
- Fizykoterapia **i odpłatnie**
- Terapia manualna
- PNF
- Masaż:
 - klasyczny
 - bańką chińską
 - drenaż limfatyczny
- Aquavibron
- Diatermia krótkofalowa DKF
- Fala uderzeniowa
- Kąpiele wirowe
- Kinesio Taping
- Inhalacje wziewne, jonoforeza
- Elektrostymulacja w nietrzymaniu moczu

Zapraszamy

telefony: stacjonarny **48 66 01 001**,
komórkowy **601 485 952, 608 511 928**

R/0397

ELIOMED

Gabinet Terapii Naturalnych

ul. Główna 12, gabinet 14, I piętro



Diagnoza i terapia
infekcji
odkleszczowych

tel.: 690 464 420, 792 071 107

www.eliomed.pl

www.bolerioza.radom.pl

X/0679



Niektóre hormony wymagają dalszych badań, które dopiero pozwolą lepiej określić ich rolę. Jednak estrogen wydaje się mieć tu kluczowe znaczenie. Pierwsze prace, które zwróciły uwagę na jego rolę, dotyczyły większej częstości występowania migreny u miesięczujących kobiet oraz skojarzenia niektórych rodzajów migreny z okresowymi zmianami poziomu hormonów. Wyniki badań sugerują, że działanie estrogenu oraz zmiany w jego poziomie uczulają na bodźce wywołujące atak migreny komórki wokół nerwu trójdzielnego.

Autorzy podkreślają potrzebę badań koncentrujących się na złożonym związku między hormonami menstruacyjnymi

Agnieszka Rogozińska
specjalista neurolog

Przyjmuje
w czwartki i piątki od 17.00

Radom, ul. Bernardyńska 3A



CENTRUM
BERNARDYŃSKA

511 511 234
48 386 95 00

N/0647

lek. med. **Piotr Słyk**
specjalista chorób dziecięcych, radiolog

Wtorek 14⁰⁰-15⁰⁰, Środa 15³⁰-17⁰⁰

tel. 48 36 26 058

T/0074

OŚRODEK REHABILITACYJNO - EDUKACYJNO - WYCHOWAWCZY W RADOMIU



Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób
z Niepełnosprawnością Inteligektualną
Koło w Radomiu

ul. Grenadierów 18, 26-611 Radom

**OREW to przyjazne miejsce dla dzieci i młodzieży
w wieku od 3 do 25 lat
z niepełnosprawnością intelektualną
w stopniu głębokim z ograniczeniami
ruchowymi i lokomocyjnymi.**

**Do Ośrodka przyjmujemy również osoby
z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu
znacznym ze sprzężeniami**

**Jeśli chcesz zapewnić Swojemu Dziecku
BEZPŁATNĄ,
profesjonalną stymulację rozwoju
ZADZWOŃ DO NAS:**



OREW.PSONI



48 366 26 11

www.psoni.radom.pl

a migrenami. Ich zdaniem możliwe jest opracowanie nowych, spersonalizowanych metod leczenia pacjentów z migreną, uwzględniających działanie hormonów.

Autor: Paweł Wernicki

Źródło: PAP

GABINET LEKARSKI NEUROLOGICZNY

Dr n. med. KRZYSZTOF NADGRODZKI
specjalista neurolog

Radom, ul. Żeromskiego 65
pokój 107

zapisy pon. - pt. 8 - 17

tel. 697060807

przyjmuje:
poniedziałki i środy
od godziny 17

N/0387



**SPECJALISTYCZNY
GABINET
NEUROLOGICZNY**

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

PRZYJMUJE:

poniedziałki 16 - 18

Centrum Medyczne
MEDiana

Radom, ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)

tel. 606731821

N/0316

**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

**SPECJALISTYCZNY
GABINET PEDIATRYCZNY
oraz BADANIA**

USG

Radom,
ul. Sienkiewicza 32

Tel.dom. 48 385 11 42 tel.kom. 603 208 589

ŚNIADANIE dla ucznia lepsze od przekąski ze sklepiu

Dokończenie ze str. 5.

4. Przekąska – dzieci uwielbiają coś przegryzać. Oducz je jednak jedzenia chipsów. W zamian zaproponuj niesolone orzechy (np. włoskie, nerkowce, pistacje albo migdały), pestki słonecznika, dyni, suszone owoce, ewentualnie baton z musli. Taka przekąska to bomba żelaza i witamin z grupy B (tiaminy).

5. Napój – dobra będzie woda (też jednak dzieci nie lubią), sok owocowy (może być dodatkowo wzbogacony witaminami), ewentualnie mrożona herbata (ale lepiej przygotuj ją sama, te dostępne w sklepach mają dużo cukru).

Żeby dzieci chętniej sięgały po drugie śniadanie przygotowane w domu, podaj je w oryginalny sposób. Kup np. kolorowe pudełko śniadaniowe, fantazyjny papier, itp. Staraj się też urozmaicać im jadłospis.

Pierwsze śniadanie ucznia też ważne

Nie tylko drugie śniadanie jest istotne. Nie wypuszczaj dziecka bez pierwszego śniadania. Badania wykazały, że dzieci, które go nie jedzą, skarżą



się na bóle i dolegliwości żołądkowe. Dziecko nie może jeść za dużo, ale nie może być też głodne. Ma wtedy problemy ze skupieniem i zapamiętaniem materiału na lekcjach. Powinno jeść co 3–4 godziny. Pamiętaj, że dobrze zbilansowana dieta poprawia pracę mózgu i jest niezbędna, żeby twoje dziecko rośło zdrowe i silne.

Źródło: poradnikzdrowie.pl

prof. dr hab. n. med.
Jan Krzysztof Podgórski
NEUROCHIRURG

ORTO-LIVE

Radom ul. Lekarska 2A
czwartki w godz.: 17-21

Zgłoszenia tel. pn-pt w godz. 9-20.

697 060 807, 602 660 944
532 004 781

N/0215

**GABINET
NEUROLOGICZNY**

Radom, ul. KellesKrauza 32

poniedziałek 16-17

Marina Chojnacka
neurolog

604 994 824

tel. pryw. 48 384 89 04

N/0247

Tomasz Paciejewski
specjalista neurochirurg

PRZYJMUJE

Radom:

VITAMED
ul. Główna 12
rejestracja,
tel. 483651113, 693423363

Grójec:

Centrum Medyczne Leda-Med
ul. Polskiej Organizacji Wojskowej 14
rejestracja,
tel. 48 366 11 72

N/0544

NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ



NEURO PULS

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

N/0119

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

ANDRZEJ BORYSOWICZ
LEKARZ SPECJALISTA NEUROLOG

Radom

ul. Niedziałkowskiego 24 ☎ **792 177 877**

N/0459



GABINET NEUROLOGICZNY

Jakub Szymon Miśta

specjalista neurolog

Radom, ul. Witolda 7,
lok. 1.09.6- Pawilony Rosa

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

N/0663

**JAROSŁAW
KOSOWSKI**

specj. **NEUROLOG**

Radom,
ul. Focha 12/7

rejestracja:

tel. **608460030**

przyjmuje

w poniedziałki i środy od godz. 16

06ZON

Informacje z Punktu Konsultacyjnego Szpitala Mazovia w Radomiu



Dr hab. med. Igal Mor - współzałożyciel i dyrektor zarządzający Szpitala Mazovia. Specjalista urolog, członek Polskiego i Europejskiego Towarzystwa Urologicznego.

Wszczepienie

hydraulicznej protezy prącia

27 kwietnia 2016 r. w Szpitalu Mazovia wykonano operację wszczepienia protezy hydraulicznej ciał jamistych prącia. Zabieg wykonał prof. Steven K. Wilson z USA w asyście dr. Alberta D. Gugaly ze Szpitala Mazovia oraz dr. Marcina Życzkowskiego ze Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach.

Wskazaniem do wszczepienia protezy są zaburzenia erekcji nie poddające się leczeniu farmakologicznemu (leki, iniekcje). Do ciał jamistych wprowadza się zbiorniki, które po wypełnieniu płynem ze zbiornika umieszczonego w mosznie usztywniają prącie, powodując wszód umożliwiający odbycie stosunku płciowego, po przemieszczeniu płynu z powrotem następuje zwiotczenie prącia.

Prof. Steven K. Wilson z Uniwersytetu Medycznego w Arkansas jest jednym z najbardziej doświadczonych na świecie operatorów w zakresie urologii protetycznej, wykonał ponad 11 000 zabiegów.

Robot da Vinci – milowy krok w chirurgii małoinwazyjnej

Robot medyczny da Vinci zaprojektowany w celu ułatwienia wykonywania skomplikowanych, precyzyjnych, małoinwazyjnych zabiegów chirurgicznych na drodze laparoskopii, szczególnie w trudno dostępnych miejscach, np. w dolnej części jamy brzusznej, został wprowadzony przez amerykańską firmę Intuitive Surgical w 1999 roku. Składa się z robota o 4 ramionach, w tym kamery, stanowiących przedłużenie rąk chirurga, oraz konsoli, na której pod kontrolą obrazu 3D nawet w dwudziestokrotnym powiększeniu operator steruje zdalnie narzędziami. Szczególną przydatność znalazł w zabiegach urologicznych – prostatektomii radykalnej wykonywanej z powodu raka prostaty: wysoka precyzja preparowania (eliminacja drżenia rąk!), mniejsza możliwość powikłań, mniejsza utrata krwi, krótszy okres rekonwalescencji, zachowanie/szybszy powrót trzymania moczu, większe szanse na zachowanie potencji i krótszy czas odzyskania funkcji seksualnych.

W chwili obecnej na świecie pracuje ponad 2000 robotów: w USA ponad 1350, we Włoszech – 56, w Niemczech – 50, we Francji – 46, w Czechach i Rumuni – po 9.

W Polsce są tylko dwa roboty: we Wrocławiu, gdzie wykonano pierwszy zabieg w 2010 roku oraz od 2016 roku w Toruniu, są one jednak wykorzystywane w ograniczonym zakresie, głównie do prac naukowych, bowiem Polska jest jedynym unijnym krajem, w którym zabiegi z użyciem robota da Vinci nie są refundowane przez NFZ.

W Stanach Zjednoczonych otwarte i laparoskopowe operacje prostatektomii stanowią zaledwie 13% wszystkich. Pozostałe 87% to operacje przeprowadzane przy udziale robota da Vinci.

Doświadczenie Szpitala Mazovia uzyskane na podstawie ponad 300 prostatektomii radykalnych otwartych i prawie 400

laparoskopowych wykonanych od 2013 roku upoważnia nas do wykonania kolejnego kroku w kierunku światowych standardów.

Laparoskopowa prostatektomia radykalna w ramach NFZ

W Szpitalu Mazovia wdrożono w uzasadnionych przypadkach raka stercza operację radykalnego usuwania prostaty na drodze laparoskopii.

Zabieg wykonywany jest w ramach ubezpieczenia w NFZ

Zapraszamy do Punktu Konsultacyjnego Szpitala Mazovia, który mieści się w Radomiu w Poradni Specjalistycznej Mój Lekarz Radom, ul. Skrajna 113.

Zapisy na wizytę po numerem tel. 694 880 044, do dyrektora zarządzającego Szpitala Mazovia prof. dr hab. n. med. Igała Mora – urologa.

ul. Skrajna 113
Radom
oś. Halinów

WIZYTY PO UZGODNIENIU TELEFONICZNYM
694 880 044

NASZ ZESPÓŁ

Urolog – prof. zw. dr hab. n. med. **Igal Mor** – Dyrektor Zarządzający Szpitala Mazovia w Warszawie, ordynator Oddziału Urologii Szpitala Powiatowego w Koźniewicach

Neurochirurg – prof. dr hab. n. med. **Zbigniew Kotwica** – ordynator Oddziału Neurochirurgii Szpitala Klinicznego w Radomiu /Józefów/

Terapia uzależnień od alkoholu – prof. dr hab. **Agnieszka Saracen** – prodziekan Wydziału Nauk o Zdrowiu UTH Radom

Chirurg naczyniowy – dr. n. med. **Andrzej Ostrach** – ordynator Oddziału Chirurgii Naczyniowej Szpitala Specjalistycznego w Radomiu/Tochtermana/

Chirurg Dziecięcy, Chirurgia Ogólna – dr. n. med. **Marek Stępień** – były wieloletni ordynator Oddziału Chirurgii Dziecięcej MSS w Radomiu /Józefów/

Internista, Alergolog – lek. med. **Jacek Burski** – ordynator Szpital Specjalistyczny w Radomiu, Oddział Internistyczny - Endokronologiczny /Tochtermana/

Laryngolog, Internista, Alergolog, Anestezjolog – lek. med. **Krystyna Budzynowska** – Międzyzleski Szpital Specjalistyczny w Warszawie, Centrum Medyczne KRAJMED w Warszawie

Laryngolog, Otolaryngolog – dr. n. med. **Wojciech Chlebny** – ordynator Oddziału Laryngologii Szpitala Wojewódzkiego w Radomiu (Józefów)

Dermatolog, Medycyna Rodzinna, Medycyna Pracy – lek. med. **Jolanta Ostrowska** – Lekarka z wieloletnim doświadczeniem w Radomskich Poradniach

Fizjoterapeuta, Rehabilitacja, Masaż – mgr **Karolina Janowska**

Kardiolog, Internista – lek. med. **Piotr Panin** – Oddział Kardiologii MSS w Radomiu /Józefów/

Kardiolog, Internista – lek. med. **Eliza Słodka** – Oddział Kardiologii RSS w Radomiu /Tochtermana/

Neurolog – lek. med. **Paweł Chochoł** – Oddział Neurologii Instytutu Psychiatrii i Neurologii w Warszawie /Sobieskiego/, Oddział Neurologii MSS w Radomiu /Józefów/

Ortopeda – lek. med. **Andrzej Sawicki** – Oddział Ortopedii MSS Radom /Józefów/

Psychiatra, Psychoterapeuta – lek. med. **Anna Zdzymira** – certyfikowany Psychoterapeuta Poznawczo-Behawioralny, wieloletnie doświadczenie w leczeniu ambulatoryjnym i szpitalnym, staż w połączeniu z pracą naukową w Pracowni Badań Snu w Klinice w Erfurcie

Pediatra – lek. med. **Agnieszka Sala** – Oddział Pediatrii MSS Radom /Józefów/

Lekarz Pierwszego Kontakt, Wizyty Domowe – lek. med. **Magdalena Jabłońska** – Szpital Specjalistyczny w Radomiu, Oddział Internistyczny

Lekarz Pierwszego Kontakt, Wizyty Domowe – lek. med. **Adrian Lech** – SWPZZPOZ w Krychnowicach

Laboratorium Badań Medycznych Lab-Med czynne Poniedziałek i Środa od 8 do 10

BADANIA: USG, USG DOPPIER, ECHO SERCA, EKG, HOLTER EKG i CIŚNIENIOWY, LASEROTERAPIA, BIOTRON

Usuwanie tatuażu i makijażu permanentnego laserem Q-switch

Laserowe usuwanie tatuażu – obok metody chirurgicznej

– jest obecnie uważane za najskuteczniejszy zabieg, który umożliwia usunięcie z ciała rysunku.

INFORMA Gabinet Leczenia Nadwagi i Otyłości



- Porady lekarsko-dietetyczne
- Zdrowe odchudzanie pod nadzorem lekarza
- Opieka trenera personalnego
- Własna sala fitness
- Indywidualne podejście do pacjenta

lek. med. Agnieszka Hernik
internista, nefrolog

Kontakt
Chałubińskiego 12/14,
26-600 Radom
tel. 601 375 149
informa@informa.radom.pl
www.informa.radom.pl



AB/0329

Do usuwania tatuażu najczęściej wykorzystywany jest laser Q-switch. Podczas zabiegu tatuaż poddawany jest działaniu promieniowania laserowego o specjalnie dobranej długości fali. Warstwa skóry, w której znajduje się barwnik, absorbuje promienie emitowane przez laser i pod wpływem jego działania pigment oraz komórki, w których się on znajduje ulegają zniszczeniu. Następnie, w ciągu kilku dni po zabiegu są one stopniowo wchłaniane przez układ limfatyczny i usuwane z organizmu.

Jakie tatuaże można usunąć?

Najłatwiej usuwa się czerwone i ciemne tatuaże (czarne, ciemno-niebieski, brązowe i fioletowe) przy wykorzystaniu fal o długości 1064nm i 532nm. Jednakże inne kolory w tym błękitne i zielone są skutecznie usuwane za pomocą dodatkowych końcówek

Podejmując decyzję o wykonaniu zabiegu usunięcia tatuażu, warto pamiętać, iż uzyskanie zadowalającego efektu wymaga zazwyczaj więcej niż jednego zabiegu.

Liczba oraz częstotliwość wykonania kolejnych zabiegów to kwestia indywidualna, zależna od rodzaju, wieku i rozmiaru tatuażu, zastosowanych w nim barwników (ich gęstości, liczby kolorów). Uzyskanie satysfakcjonującego efektu uzależnione

jest od rodzaju wykonywanego zabiegu. W przypadku tatuaży wykonanych w sposób niezbyt profesjonalny do ich całkowitego usunięcia powinno wystarczyć od 3 do 5 zabiegów. Profesjonalne tatuaże wykonywane są jednak z zastosowaniem szczególnie gęstych i mocnych pigmentów, dlatego w ich przypadku niezbędne jest wykonanie co najmniej 5–7 powtórzeń. Z każdym kolejnym tatuaż jest coraz mniej widoczny. Pomiędzy następnymi zabiegami powinna następować 4–8-tygodniowa przerwa. W tym czasie rozbite drobinki pigmentu są wchłaniane przez organizm. Wpływa to jednak na znaczne przedłużenie całego procesu.

Korzystamy z innowacyjnej metody i zaawansowanego technologicznie sprzętu. Laser Q-switch w ciągu nanosekund usuwa blizny i zmiany barwnikowe różnego rodzaju, także te w postaci tatuaży. Sprawdza się zarówno w przypadku tatuaży czarnych, jak i wielobarwnych, nie pozostawiając blizn.

Jesień to najlepszy czas na laserowe usuwanie tatuażu i nieudanego makijażu permanentnego brwi.

**Zabieg można wykonać
w Centrum Kosmetycznym
w Radomiu przy ulicy Witolda 3,
tel.: 48 363 60 90**

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



AB/0327

Radom, ul. Witolda 3 tel.: 48 363 60 90 90

CENTRUM KOSMETYCZNE

Centrum Kosmetyki Laserowej i Estetycznej

LASER FRAKCYJNY EMERGE
odmładzanie, redukcja „kurzych łapek”, blizn i rozstępów

- **MOBILIFT** - endermologia na twarz - **NOWOŚĆ!**
- **PLASMA** - niechirurgiczny lifting powiek - **NOWOŚĆ!**
- **LASEROWY PEELING WĘGLOWY** - **NOWOŚĆ!**
- **LASEROWE USUWANIE TATUAŻU I MAKIJAŻU PERMANENTNEGO**,
- **TRWAŁA DEPILOCJA** laserem diodowym **LIGHT SHEER DUET**
- **ZABIEGI LASEROWE** na: rumień i naczynka krwionośne
- **MEZOTERAPIA GŁOWY I TWARZY**
- **REDUKCJA PRZEBARWIEŃ**: COSMELAN, IPL, PEELINGI CHEMICZNE
- **KLAMRY VHO** NA WRASTAJĄCE PAZNOKCIE
- **MAKIAŻ TRWAŁY OCZU, BRWI I UST**- aparatem LONG TIME LINER.

Zapraszamy **PON.-PT. 8.00-20.00 SOB. 8.00-15.00**
www.centrumkosmetyczne.pl



AB/0322



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

Siedzący tryb życia – sprawcą chorób

Regularne długotrwałe siedzenie zwiększa ryzyko rozmaitych chorób oraz przedwczesnego zgonu. Rozwiązanie problemu wydaje się być banalne – wystarczy bowiem robić częste przerwy w pracy i jak najwięcej się ruszać w wolnym czasie.

Koniec wakacji wiąże się dla wielu z nas z pourlopowym powrotem za biurko, a co za tym idzie spędzaniem większej części dnia w pozycji siedzącej. Nie jest to dobra informacja dla naszego zdrowia – siedzący tryb życia jest bowiem głównym sprawcą poważnych schorzeń, takich jak nadwaga, choroba niedokrwienna, nadciśnienie, a nawet udar mózgu.

Potwierdzają to wyniki badań zrealizowanych przez uczonych z Columbia University Medical Center, którzy dokonali analizy, jak czas spędzony na siedzeniu wpływa na zwiększone ryzyko przedwczesnej śmierci.

Badanie, które objęło 8 tys. ludzi w wieku 45 lat i starszych, wykazało, że osoby, które w ciągu dnia siedzą najwięcej (ponad 13 godzin), nie robiąc przy tym żadnych przerw na ruch, są prawie dwa razy bardziej narażone na wcześniejszy zgon niż osoby, które siedzą przez niewielką ilość czasu w ciągu dnia, a zarazem nie więcej niż 30 minut bez przerwy.

Z kolei badanie przeprowadzone przez naukowców z University of California

w San Diego dowiodło, że u ludzi, którzy prowadzą siedzący tryb życia, następuje szybsze starzenie się komórek – innymi słowy, mają oni wyższy wiek biologiczny niż ci, którzy na co dzień dbają o właściwą ilość ruchu.

Eksperci zalecają, by wprowadzić aktywność fizyczną do codziennej rutyny, zwłaszcza, jeśli mamy

siedzącą pracę. Badacze z University of Otago doszli do wniosku, że już 2-minutowy spacer co 30 minut oraz 30-minutowy spacer po wielu godzinach spędzonych na siedzeniu – np. za biurkiem – mogą pomóc obniżyć poziom trójglicerydów odpowiadających za rozwój miażdżycy.

Warto też przynajmniej kilka razy w tygodniu poświęcić czas na dodatkową, nieco bardziej intensywną aktywność, jak choćby bieganie czy jazda na rowerze. Jak pokazują liczne badania naukowe, sport to doskonałe narzędzie w zapobieganiu otyłości, cukrzycy i wielu innych chorób – w tym depresji.

Źródło: PAP Life

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, przeziemiączkowe,
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

ZDROWIE I URODA
www.zdrowko.com

Jakie pyłki wywołują alergię we wrześniu?

Co pyli we wrześniu? Podobnie jak w sierpniu najbardziej dokuczliwe są zarodniki grzybów mikroskopowych z rodzaju *Cladosporium*. Według danych Ośrodka Badania Alergenów Środowiskowych w tym miesiącu dokuczają one uczuleniowcom prawie w całej Polsce. We wrześniu mogą odetchnąć z ulgą uczuleni na trawę, bylicę i zarodniki z rodzaju *Alternaria*, ponieważ kończą one pylić mniej więcej w II dekadzie miesiąca. Sprawdź, jakie rośliny pyłają we wrześniu i w których regionach kraju alergicy najbardziej muszą uważać na swoje zdrowie.

We wrześniu pyłają m.in. zarodniki grzybów mikroskopowych. W tym miesiącu najczęstszą przyczyną uczuleń są alergeny grzybów z gatunku *Cladosporium*. Tego rodzaju grzyby znakomicie rozmnażają się także w temperaturze umiarkowanej, dlatego we wrześniu uczuleni na *Cladosporium* powinni w dalszym ciągu uważać na swoje zdrowie.

Koniec pylenia trawy, bylicy i zarodników z rodzaju *Alternaria* we wrześniu

We wrześniu mogą odetchnąć uczuleni na bardzo dokuczliwe pyłki traw! W tym miesiącu kończy się, trwający od kwietnia, okres pylenia tej rośliny. W dalszym ciągu będą dokuczały alergikom, choć w mniejszym stopniu, zarodniki z rodzaju *Alternaria* oraz pyłki bylicy, które także kończą pylenie w tym miesiącu.

Intensywność pylenia poszczególnych roślin w różnych częściach kraju jest uzależniona m.in. od zmiennych warunków atmosferycznych. W czasie opadów deszczu powietrze jest wolne od pyłków roślin, dlatego większość roślin kończy pylenie w często deszczowym i chłodnym wrześniu.

Co pyli we wrześniu?

Zarodniki grzybów mikroskopowych (grzybów pleśniowych) z rodzaju *Cladosporium* i *Alternaria*

Na początku września we wszyst-



kich regionach kraju stężenie zarodników grzybów z rodzaju *Cladosporium* jest wysokie. Dopiero w III dekadzie miesiąca ich stężenie zmniejsza się do średniego. Wyjątek stanowią południowy i północno-wschodni kraniec Polski, gdzie przez cały miesiąc ich stężenie jest bardzo wysokie. Z kolei zarodniki grzybów z rodzaju *Alternaria* znikną w całej Polsce już w II dekadzie miesiąca.

Bylica pospolita

W pierwszej dekadzie września stężenie pyłków bylicy we wschodniej i północnej części kraju jest średnie. Podobnie w południowo-zachodnich i północno-wschodnich krańcach Polski oraz w centralnej części kraju. Dopiero w II połowie września bylica skończy pylić w całej Polsce.

NZOZ ESSAMED
Anna Sosińska
www.essamed.pl

Radom, ul. CHROBREGO 54 lok. 7

BEZPŁATNIE NA PODSTAWIE UMOWY Z NFZ

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

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

ZGŁOSZENIA TELEFONICZNIE

codziennie w godz 8-18

48 360 74 52, 600 766 982

OSOBISTO: pn - pt w godz. 9-16

Pielęgniarska Praktyka Specjalistyczna

spec. pielęgniarz Piotr Grosiak

tel. 693 102 328

- cewnikowanie pęcherza moczowego
- wymiana drenów
- leczenie odleżyn trudno gojących się ran
- opieka pooperacyjna
- opatrunki
- zastrzyki dożylnie, domięśniowe, podskórne
- całodobowa opieka wykwalifikowanych opiekunów medycznych
- dojazd do chorego do 10 km. gratis

„ZAWSZE PRZY TOBIE,, Sp.z o.o.

oferuje usługi w zakresie

Hospicjum Domowe dla Dorosłych

bezpłatnie - refundacja NFZ

na obszarze Radomia, powiatu radomskiego, przysuskiego i szydlowieckiego.

Pielęgniarska Opieka Długoterminowa w domu chorego

Kontakt telefoniczny całodobowo

nr tel: 517 45 62 21,

501 741 118, 602 772 744

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

NZOZ „DUO-MED” s.c.

świadczy bezpłatnie usługi w ramach NFZ w zakresie Hospicjum Domowe dla Dorosłych
Pielęgniarska Opieka Długoterminowa w domu chorego

Radom,
ul. Olsztyńska 39 lok. 2

Białobrzegi,
ul. Rzemieślnicza 22 B

na terenie Radomia, powiatu radomskiego i białobrzskiego
zapewniamy **bezpłatną opiekę lekarską,**
pielęgniarską, psychologiczną, rehabilitacyjną i duchową
oraz **wypożyczamy bezpłatnie sprzęt medyczny**

Całodobowy kontakt telefoniczny: 608 594 415, 608 193 867, 664 964 680

NZOZ MAR-MED

PIELĘGNIARSKA DŁUGOTERMINOWA OPIEKA DOMOWA

Świadczymy usługi pielęgniarskie w domu pacjenta

BEZPŁATNIE NA PODSTAWIE UMOWY Z NFZ

PRYWATNE USŁUGI PIELĘGNIARSKIE

OPIEKA CAŁODOBOWA RÓWNIEŻ W SOBOTY I NIEDZIELE

ZGŁOSZENIA TELEFONICZNIE

CAŁĄ DOBĘ 509 514 811



 M. JANIK - PODGÓRSKA

ORTO-LIVE

 prof. dr hab. n. med.

Witold Tłustołowicz

 Specjalista chorób wewnętrznych

REUMATOLOG

 Od października przyjmuje w ORTO-LIVE

 Wybitny specjalista w dziedzinie

 reumatologii i leczenia osteoporozy

 Diagnostyka i leczenie chorób reumatycznych

 w pełnym zakresie.

 Leczenie powikłań płucnych i kardiologicznych

 u chorych na przewlekłe zapalenie stawów.

 Leczenia włóknienia pozaotrzewnowego.

 Diagnostyka i leczenie toczenia

 rumieniowatego układu

 Leczenie zapaleń naczyń

 Leczenie osteoporozy.

 Zapisy pon – pt w godzinach 9:00 – 19:00.

 tel. 602 660 944, 532 004 781

 Radom ul. Lekarska 2A

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

Pokrzywa

 Na Mazowszu i Pomorzu przez pierwsze dwie dekady września stężenie pyłku pokrzywy w powietrzu jest średnie, a przez ostatnią niskie. Taki stan utrzymuje się zazwyczaj do końca pierwszej dekady października. W centralnej Polsce, gdzie pod koniec miesiąca pokrzywa kończy pylić, przez pierwsze dziesięć dni września ich stężenie jest średnie, a dopiero w ostatniej niskie. We wrześniu mogą odetchnąć uczuleniowcy z południowej części kraju oraz z północno-wschodniego krańca Polski, ponieważ w tych regionach pokrzywa kończy pylenie już w drugiej dekadzie sierpnia.

RADOMSKIE TOWARZYSTWO DOBROCZYNNOŚCI NZOZ

ZESPÓŁ DŁUGOTERMINOWEJ OPIEKI ZDROWOTNEJ

 Radom

 ul. Czachowskiego 42

 od pon. do pt. 8-15

 tel. 48 384 7876

 świadczy bezpłatne usługi w ramach



 w zakresie pielęgniarstwa

 opieki długoterminowej

 w domu chorego

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


PRZYCHODNIA SŁONECZNA

www.przychodniasloneczna.pl

tak jak chcesz!

Bez kolejek, bez stresu!

PODSTAWOWA OPIEKA ZDROWOTNA

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

PORADNIE SPECJALISTYCZNE

 Laryngologiczna, Okulistyczna, Ortopedyczna, Rehabilitacyjna, Endokrynologiczna, Kardiologiczna.

REHABILITACJA

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

40 % zniżki na zabiegi rehabilitacyjne

DIAGNOSTYKA

 Badania Laboratoryjne, Badanie EKG, Echo Serca, Próba Wysiłkowa, Badania USG

 ul. Staroopatowska 1a, 26 – 600 Radom,

 tel.: 48 362 10 11, 721 008 008

 ZAPRASZAMY PN.-PT.: 8.00-18.00

Trawy

 Pyłki traw, które ze wszystkich pyłków najczęściej dokuczają alergikom w Polsce, we wrześniu kończą pylenie w południowo-zachodnich oraz północno-wschodnich krańcach Polski już w pierwszej dekadzie miesiąca. Z kolei na Mazowszu i Pomorzu oraz w centralnej części kraju pyłki traw znikają z powietrza 10 dni później.

Ambrozja

 We wrześniu jej obecności nie zauważają alergicy z południowo-zachodnich oraz północno-wschodnich krańców Polski, ponieważ w tych rejonach już nie pyli. W centralnej Polsce ambrozja kończy pylenie w II dekadzie miesiąca. Z kolei na Pomorzu i Mazowszu jej pyłki znikają z powietrza w ostatniej dekadzie września.

Babka zwyczajna

 Na Pomorzu i Mazowszu oraz w centralnej części kraju babka zwyczajna kończy pylić w drugiej dekadzie września. Przez cały ten okres stężenie pyłków tej rośliny

w powietrzu nie zmienia się i jest niskie. Z kolei na południowo-zachodnich oraz północno-wschodnich krańcach Polski nie obserwuje się pyłków bylicy w powietrzu, ponieważ w tym regionie kończy ona pylenie pod koniec sierpnia.

Komosa

 W centralnej Polsce pylenie komosy kończy się w sierpniu, dlatego we wrześniu pyłki bylicy dokuczają jedynie uczuleniowcom z Pomorza i Mazowsza oraz z południowo-zachodnich i północno-wschodnich krańców Polski, gdzie jej pyłki znikają w I dekadzie miesiąca.

Źródło: poradnikzdrowie.pl

ADAM KRAJEWSKI

 specjalista dermatolog

 specjalista alergolog

 przyjmuje

pon. wt. czw. 14-17

 Radom, ul. Żeromskiego 92, lok. 1A

 tel. 48 362 12 25

GABINET MEDYCYN Y NATURALNEJ I BIOREZONANSU

 Lek. med. Irena Frieman

 INTERNISTA

 WYKONUJEMY:

TESTY

 - alergiczne

 - nietolerancji pokarmowej

 - pasożytów i grzybów (*candida alb.*)

ODCZULANIA

LECZENIE CHORO B UKŁADU POKARMOWEGO

 Zapraszamy:

 Radom, ul. Kilińskiego 21

 pn. i śr. w godz. 14-18, wt. 11-15

www.gabinetbicom.pl

 tel. 48 36 244 64

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, neurologia, kardiologia, pulmonologia, otolaryngologia, gastroenterologia, ginekologia, ortopedia - 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

Badanie: prawie 40 proc. Polaków w ogóle nieaktywnych fizycznie

Aż 38 proc. Polaków nie podejmuje aktywności fizycznej nawet raz w miesiącu, choćby takiej jak rekreacyjne spacerowanie czy jazda na rowerze do pracy – wynika z najnowszego badania aktywności fizycznej i sportowej Polaków. Mniej niż połowa – bo jedynie 48 proc. z nas – minimum raz w tygodniu uprawia sport w czasie wolnym od pracy i obowiązków domowych.

„Jeśli weźmiemy pod uwagę, kryteria minimalnej aktywności fizycznej zalecanej dla osób dorosłych, to w badaniu rysuje nam się tragiczny obraz aktywności fizycznej polskiego społeczeństwa” – skomentował dla PAP wyniki najnowszego badania dr Janusz Dobosz z Narodowego Centrum Badania Kondycji Fizycznej Akademii Wychowania Fizycznego im. Józefa Piłsudskiego w Warszawie.

Jak przypomniał, Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) jako minimum wskazuje 150 minut umiarkowanej (lub 75 minut intensywnej) aktywności fizycznej w tygodniu. Zgodnie z zasadą kardiologiczną (3x30x130) powinniśmy ćwiczyć co najmniej trzy razy w tygodniu po 30 minut z tętnem nam poziomie 130 uderzeń na minutę.

„Na podstawie wyników badania możemy oszacować, że 60 proc. populacji polskiej powyżej 15. roku życia nie podejmuje aktywności fizycznej gwarantującej utrzymanie zdrowia. Polacy ćwiczą zdecydowanie za mało” – podkreślił dr Dobosz.

Dla porównania, najnowsza analiza naukowców WHO, którą w tym tygodniu opublikowało pismo „Lancet Global Health”, wskazuje, że jedna czwarta ludzi na świecie jest za mało aktywna fizycznie.

Polskie badanie zostało zrealizowane na zlecenie Benefit Systems przez Kantar TNS w styczniu 2018 r. na losowej próbie 1800 Polaków powyżej 15. roku życia.

Wynika z niego, że odsetek Polaków, którzy uważają się za aktywnych fizycznie – czyli co najmniej raz w miesiącu spędzają aktywnie czas, np. spacerując, jeżdżąc na rowerze, biegając, ćwicząc na siłowni czy w klubie fitness – wynosi 62 proc. Wartość ta nie uległa zmianie od 2017 r. „Nie powinno nas to uspokajać, bo moim zdaniem w rzeczywistości aktywność Polaków jest niższa, poza tym w tej grupie znalazły się zarówno osoby, które ćwiczą niemal codziennie, jak i te, które są aktywne sporadycznie – raz w miesiącu” – zaznaczył dr Dobosz.

W gronie osób w ogóle nieaktywnych (38 proc. badanych) największą grupę stanowią ludzie starsi, a także mieszkający w mniejszych miejscowościach, w tym wsiach, o niższym wykształceniu i niższych dochodach. „Seniorom, którzy pozostają w domach, często nie chce się podejmować aktywności w obawie o pogorszenie zdrowia. Tymczasem to właśnie sport może być ich przepustką do dłuższego i bardziej komfortowego życia, o ile nie istnieją istotne przeciwwskazania” – skomentowała psycholog sportu Joanna Kotek, cytowana w raporcie MultiSport Index 2018, który powstał na podstawie wyników badania.

Spory odsetek osób, które nie podejmują aktywności fizycznej co najmniej raz w miesiącu, stanowią pracownicy fizyczni.

Jak oceniają autorzy raportu, osoby te mogą preferować bierny wypoczynek ze względu na charakter obowiązków zawodowych.

Najwyższy odsetek osób aktywnych sportowo, czyli wykonujących regularny trening (nie włączając w to jazdy na rowerze do pracy czy spacerów rekreacyjnych) co najmniej raz w tygodniu, odnotowano wśród osób uczących się – 90 proc., w grupie wiekowej od 18. do 24. roku życia – 86 proc. oraz w grupie od 15. do 17. roku życia – 80 proc.

„Trzeba pamiętać, że duża część aktywności fizycznej w najmłodszych grupach wiekowych wynika z tego, że dzieci i młodzież uczestniczą w obowiązku szkolnym i muszą brać udział w zajęciach wychowania fizycznego. Nie jest to więc efektem ich niezależnych wyborów” – zaznaczył dr Dobosz.

Zwrócił też uwagę, że zgodnie z zaleceniami WHO minimalna dawka co najmniej umiarkowanej aktywności fizycznej dla dzieci do 18. roku życia wynosi jedną godzinę dziennie. Natomiast w najnowszym badaniu wystarczyło uprawiać sport raz w tygodniu, by trafić do grupy aktywnej sportowo.

W swoim planie aktywizacji ruchowej ludzi na lata 2018–2030 WHO podaje, że regularna aktywność fizyczna pomaga w zapobieganiu, a także leczeniu schorzeń, takich jak choroby układu sercowo-naczyniowego, w tym zawał serca i udar mózgu, cukrzyca, nadwaga i otyłość oraz rak piersi i jelita grubego. Może też w dużym stopniu poprawiać zdrowie psychiczne, jakość życia i przyczyniać się do dobrego samopoczucia.

Dlatego eksperci są zgodni, że promowanie aktywności ruchowej wśród Polaków jest ważną kwestią zdrowia publicznego.

W ramach obchodów Narodowego Dnia Sportu, który przypada 15 września, z inicjatywy Fundacji Zwalcz Nudę w 39 miastach w kraju odbędą się wydarzenia zachęcające do uprawiania sportu dzieci, ich rodziców i dziadków. Informacje o wydarzeniach można znaleźć na stronie internetowej

RADOSŁAW MOLGA
specjalista urolog

Centrum Medyczne
ChŁODNAMED
Radom
ul. Chłodna 26
zapisy telefonicznie
502 166 165
48 331 06 46

U/0406

**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

– <http://narodowydzien sportu.pl/>.

(...)

Podczas tego wydarzenia Fundacja V4Sport zaprezentuje swój projekt pt. Aktywne Szkoły MultiSport, który łączy multimedialną technologię i ruch w formie zabawy nawiązującej do Gwiezdných Wojen. Dzieci uczestniczące w pikniku będą mogły stanąć w szranki z Potworami Galaktyki Bezruchu. Przejdą przez osiem stacji z różnymi aktywnościami sportowymi, dostosowanymi do ich wieku i możliwości. W pokonaniu puszyszych Potworów Bezruchu pomogą będą dzieciom wykwalifikowani opiekunowie.

Źródło: poradnikzdrowie.pl

**GABINET
PSYCHOLOGICZNY**
mgr **Tomasz Matracki**
ul. PCK 3/27
Radom
tel.: 535 086 704
www.tomasz-matracki.com

NZO Ośrodek Profilaktyki i Terapii Uzależnień

UZALEŻNIENIA:

hazard,
substancje psychoaktywne,
pracoholizm, komputer

Wizyty po umówieniu telefonicznym:

608206472

Radom, ul. 1905 Roku 21

(I piętro, wejście z tyłu budynku)

SPECJALISTYCZNY GABINET PSYCHIATRYCZNY

Leczenie zaburzeń nerwicowych, depresji i psychoz.

Agata Nowakowska

lekarka specjalista psychiatra

tel: **506 472 466**

Robert Nowakowski

lekarka specjalista psychiatra

tel: **502 258 348**

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

**NZOZ Usługi
Rentgenowskie
Rezonans Magnetyczny**

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

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

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**



**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

BADANIA
www.zdrowko.com

BADANIA
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

BADANIA
www.zdrowko.com

PSYCHIATRIA
www.zdrowko.com

Radom, ul. Bernardyńska 3A,

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

Czy zapalenie ucha środkowego musi boleć?

Ból to czynnik, który zmusza pacjenta do odwiedzenia lekarza laryngologa. Ale zdarza się, że stan zapalny ucha środkowego wcale nie musi się nim objawiać. W przypadku przewlekłego zapalenia objawem jest pogorszenie się słuchu. Należy więc udać się niezwłocznie do otolaryngologa i podjąć leczenie.

Stan zapalny ucha środkowego występuje najczęściej u dzieci (do drugiego roku życia, później zachorowalność spada), rzadziej u dorosłych.

Rozróżniamy zapalenie ostre i przewlekłe.

Jakie czynniki wpływają na zapalenie ucha:

- odmienna budowa anatomiczna ucha u dziecka,
- dość częste infekcje górnych dróg oddechowych,

- przerost migdałka gardłowego,
- przewlekłe stany zapalne w obrębie górnych dróg oddechowych,

- rozszczep podniebienia,
- alergia.

Zapalenie ucha środkowego możemy podzielić na trzy grupy:

1. Ostre zapalenie ucha środkowego

Okresy jesienno-zimowe i zimowo-wiosenne sprzyjają zapaleniu ucha środkowego, któremu towarzyszy infekcja górnych dróg oddechowych. Zakażenie najczęściej przechodzi do jamy bębnekowej z nosa i nosogardła.

Rozróżniamy dwa typy zapalenia ucha: wirusowe i bakteryjne. Towarzyszą im silne pulsujące bóle ucha, głowy oraz wysoka gorączka połączona ze złym samopoczuciem, brakiem apetytu i wymiotami.

Lekarz w badaniu endoskopowym potwierdzi rozpoznanie zapalenia ucha środkowego.

Dość często zapalenie rozwija się równolegle z infekcją grypową.

2. Przewlekłe zapalenie ucha środkowego.



Jest to długotrwały proces zapalny struktur ucha środkowego. Może występować zarówno u dzieci, jak i u dorosłych.

Dzięki lepszym metodom diagnostycznym i skuteczniejszemu leczeniu ostrych stanów zapalnych ucha obecnie obserwujemy spadek przypadków zapaleń przewlekłych. Przewlekły stan zapalny prowadzi do uszkodzenia struktur ucha. Objawia się zwykle nawracającym lub stałym wyciekami z ucha o charakterze śluzowo-ropnym, ubytkiem błony bębenkowej, stopniowym pogorszeniem słuchu.

Czynnikami predysponującymi do tego schorzenia są przewlekłe stany zapalne w obrębie górnych dróg oddechowych (np. zapalenie zatok), niedobory odporności, przerost migdałka gardłowego u dzieci. Przewlekłe zapalenie ucha środkowego może dawać groźne dla zdrowia powikłania, dlatego też diagnostyka i leczenie muszą odbywać się pod kontrolą laryngologa.

Zatem nawet jeśli ucho nie boli, ale gorzej słyszysz, konieczna jest konsultacja laryngologiczna.

3. Wsiekowe zapalenie ucha środkowego.

Problem dotyczy najczęściej dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym. Wsiekowe zapalenie ucha środkowego może być powikłaniem ostrego zapalenia ucha

dr n. med. Andrzej Wypyski
specjalista chirurgii dziecięcej

**CHIRURGIA
DZIECI I MŁODZIEŻY**

Leczenie ran trudnogojących
u dzieci i dorosłych.

**OPARZENIA
OWRZODZENIA
ODLEŻYNY**

przyjmuje w Radomiu:

ul. Mieszka I 1
czwartek 17-18

ul. Struga 57a

poniedziałek, wtorek, piątek: 16-17

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

F/0342

**PROKTOLOGIA
CHIRURGIA**

ZBIGNIEW KOTUR

specjalista chirurgii ogólnej i onkologicznej
proktolog

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

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

F/0456

OS-MED s.c.
GABINET ORTOPEDYCZNY
Bartosz Szmigiel

Specjalista ortopedii
i traumatologii narządu ruchu

Chirurgia Urazowa Narządu Ruchu
Ortopedia
Preluksacja

Przyjmuje:
wtorek i czwartek od godz. 15:30
Savoy Medicus

Radom, ul. Główna 11 lok. 14, p.1
Rejestracja od poniedziałku do piątku

tel. 601 779 699; 607 146 249

AG/0673

dr n. med.
Adam Kukliński

specjalista Chirurgii Naczyniowej i Ogólnej

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

tel. 48 363 33 73

„MEDICON”

Radom ul. Gagarina 1

tel.: 48 367 15 10, 48 366 81 51

**USG
Doppler naczyń,
operacje
oraz małoinwazyjne
leczenie żylaków,
skleroterapia**

www.drkuklinski.pl

F/0061

Zbigniew Kupis

specjalista chirurgii ogólnej naczyniowej i angiologii

zaprasza na

NIEODPŁATNE KONSULTACJE

w zakresie chorób żył i żylaków

dn 13.10.2018

Radom, ul. Główna 11 lok 16 I p.

Informacje i zapisy:

tel 48 380 10 50: kom 722 341247www.angiomedicus.pl

lub infekcji górnych dróg oddechowych i ustąpić samoistnie po kilku tygodniach. Może przejść w stan przewlekły, trwający kilka miesięcy, i być spowodowane przerośnięciem migdałka gardłowego, nawracającymi zakażeniami górnych dróg oddechowych, rozszczepem podniebienia, alergią. Wsłuzkowe zapalenie ucha środkowego to skutek zmniejszonego ciśnienia w jamie bębnekowej i gromadzenia się w niej płynu. Powoduje to przewodzeniowe upośledzenie słuchu.

Zapalenia ucha środkowego nie należy lekceważyć. Może prowadzić do nieodwracalnych skutków. Warto więc szczególnie w okresie jesienno-zimowym być wyczulonym na jego objawy.

W październiku w Poradni Specjalistycznej Mój Lekarz Radom na pacjentów oczekują wybitni specjaliści:

dr Krystyna Budzynowska – otolaryngolog (Międzyzleski Szpital Specjalistyczny w Warszawie),

dr n. med. Wojciech Chlebny – otolaryngolog (kierownik Oddziału Otolaryngologii Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego w Radomiu, Józefów).

Mój Lekarz Radom**Radom, ul. Skrajna 113****Zapisy tel. 694 880 044**

Sawoy Medicus, Radom, ul. Główna 11 lok. 16

Zbigniew Kupis

specjalista chirurgii ogólnej naczyniowej i angiologii

CHIRURGIA NACZYNIOWA

- ✦ usuwanie żylaków parą wodną SVS i RF
- ✦ laserowe operacje żylaków EVLA
- ✦ laserowe zabiegi proktologiczne
- ✦ badania - USG Color, Doppler
- ✦ skleroterapia żylaków kończyn dolnych

CHIRURGIA ESTETYCZNA

- ✦ liposukcja
- ✦ osocze bogatopłytkowe
- ✦ botox
- ✦ kwas hialuronowy
- ✦ laserowe usuwanie zmian skórnych

Zapisy i rejestracja

pon. - pt.
kom. 722 341 247,
tel. 48 370 38 84

NOWOŚĆ w CHIRURGII NACZYNIOWEJ

Usuwanie żylaków metodą pary wodnej SVS

informacje i zapisy tel.: 48 370 38 84

Jest to nowoczesna metoda, pozwalająca na skuteczne zamykanie większości rodzajów żylaków przy dużym zadowoleniu i komforcie pacjentów.

F/0071

lek. med. Jacek Sobaszek

specjalista chirurgii ogólnej, specjalista gastroenterologii

wtorki:

POLMEDIC

ul. Osiedlowa 9, 26-600 Radom

tel. 48 386 90 60

Szpital
Jednego
Dnia:

- usuwanie znamion skórnych
- usuwanie przepuklin
- zabiegi w zakresie proktologii: diagnostyka, operowanie żylaków, odbytu

środy:

ENDOMED

ul. Ks. Sedlaka 4/6/8, 26-600 Radom,

tel. 48 36 544 72, kom. 604 058 628

- Pracownia endoskopowa
- kolonoskopia gastroscopia, polipektomia
- możliwość znieczulenia anestezjologicznego

czwartki:

POLMEDIC

ul. T. Mazowieckiego 7K, 26-600 Radom

tel. 48 386 90 60

Szpital
Jednego
Dnia:

- usuwanie znamion skórnych
- usuwanie przepuklin
- zabiegi w zakresie proktologii: diagnostyka, operowanie żylaków, odbytu

piątki:

ENDOMED

ul. Kilińskiego 6, 26-600 Radom,

tel. 48 340 02 35 do 36, kom. 606 169 634

- Konsultacje chirurgiczne, proktologiczne z zabiegami proktologicznymi

F/0105

**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


**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

**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 AMBULATORYJNEchorób 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 - UP3 sphincter pharyngoplastyka
- 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

**Kompleksowe
BADANIA SŁUCHU**

M/0381

Współpraca
z NFZ

25 lat tradycji

Ponad 450
lokalizacji w PolsceTysiące zadowolonych
pacjentów

Zapraszamy do naszego gabinetu na
BEZPŁATNE BADANIA SŁUCHU

SŁUCHMED

Radom, ul. Mieszka I 1/3

tel. 789 218 601

czynne: od poniedziałku do piątku w godz. 8.30-16.30

Bogactwo natury – cukinia

Cukinia (kabaczek): im młodsza, tym smaczniejsza. Możemy jeść ją na surowo, smażyć kwiaty cukinii, przyrządzać leczo i piec ciasta. Dziś ze względu na walory smakowe i odżywcze, cukinia znajduje się na liście 20 warzyw najchętniej uprawianych w naszym kraju. Jakich witamin dostarczymy organizmowi jedząc cukinię? Wybierz ulubiony przepis na danie z cukinii.

Cukinia (w niektórych regionach nazywana jest kabaczkiem) należy do warzyw dyniowatych. Jej właściwości i wartości odżywcze jako pierwszy docenili mieszkańcy Meksyku i Ameryki Południowej, skąd pochodzi. Do Polski cukinia przywędrowała z Włoch, stąd też jej nazwa. Po włosku „zucchini” to po prostu mała dynia. W zależności od odmiany może być ciemnozielona, żółta lub pasiasta. Warzywo może dorastać do ok. 40 cm długości, ale najlepiej zrywać cukinię wcześniej, kiedy ma ok. 15–20 cm i jest najdelikatniejsza.



„zucchini” to po prostu mała dynia. W zależności od odmiany może być ciemnozielona, żółta lub pasiasta. Warzywo może dorastać do ok. 40 cm długości, ale najlepiej zrywać cukinię wcześniej, kiedy ma ok. 15–20 cm i jest najdelikatniejsza.

Cukinia – wartości odżywcze

Cukinia jest łagodnym w smaku, lekkostrawnym warzywem. Jest ceniona za wysoką wartość dietetyczną. Zawiera potas, żelazo i magnez oraz witaminę C, K, PP i B1, beta karoten. Zaletą cukinii jest to, że nie odkładają się w niej metale ciężkie. Ponadto warzywo odkwasza organizm i pozytywnie wpływa na proces trawienia, dlatego polecana jest przy problemach z nadkwaśnością. Warto wiedzieć, że cukinia może być jednym z pierwszych warzyw, jakie podaje się małemu dziecku. Dzięki dużej zawartości związków odżywczych i łatwości trawienia dietetycy polecają ją już półrocznym maluchom.

Cukinia a odchudzanie?

Można zjadać ją w dużych ilościach, bo jej wartość kaloryczna jest stosunkowo niska. W 100 g świeżej cukinii będzie tylko 21 kcal. Cukinia to zdrowa alternatywa dla niezdrowych przekąsek. Frytki z cukinii są bardzo proste w przygotowaniu.

KMStomatologia

lek.stom. **Konrad Mulczyk**

Stomatologia Zachowawcza
Chirurgia Protetyka Profilaktyka

Radom,

Kusocińskiego 21
tel. 664 085 285

/KMStomatologia

J/0455

PRYWATNA PRZYCHODNIA STOMATOLOGICZNA

ALDENT - T. A. KĘPA

Radom, ul. Armii Krajowej 1a

tel. 48 366 76 17

czynna codziennie 16.00 - 22.00, soboty 9.00 - 13.00

RTG zębów pantomograficzne i punktowe

czynne codziennie 13.00 - 20.00, soboty 10.00 - 13.00

Leczenie zachowawcze,
chirurgiczne, implantologiczne, protetyczne

J/0043



STOMATOLOGIA MEDIDENT

lek.dent. **Kamil Iwanowski**

- Stomatologia zachowawcza
- Endodoncja
- Mikroskopia stomatologiczna
- 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

J/0664

multiDENT

GABINET STOMATOLOGICZNY

www.multident.radom.pl

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

Radom, ul. Traugutta 30

czynne: 9-18

tel. kom. 601 864 861

tel. 48 34 0000 4

J/0410

NZOZ profident

PRYWATNY GABINET STOMATOLOGICZNY

Radom, ul. Spółdzielcza 12
zapisy - tel. 48 385 00 17,
511 666 621

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

Bezpłatne profilaktyczne lakierowanie zębów stałych u dzieci i młodzieży

Czynne: pn - pt w godz. 9 - 18

DYŻUR
sobota 10 - 13

RTG zębów

J/0402

Warzywo kroimy wzdłuż, na ćwiartki. W jednej misce mieszamy jajka z dodatkiem soku z cytryny, solą i pieprzem. W drugiej misce mieszamy parmezan, rozmaryn i kaszę kukurydzianą. Kawałki cukinii maczamy w masie jajecznej, następnie obtaczamy je w mieszance z kaszy i parmezanu.

Tak przygotowane warzywo układamy na blaszce i pieczemy przez ok. 15 minut w piekarniku nagrzanym do 200 stopni. Frytki z cukinii można serwować jako dodatek do dań albo jako przekąskę. Całość można uzupełnić o różnorodne sosy np. czosnkowy albo tzatziki.

Cukinia a cukrzyca

Cukinia ma niski indeks glikemiczny, który wynosi 15, dlatego mogą ją włączyć do diety osoby zmagające się z cukrzycą.

Cukinia a ciąża i karmienie piersią

Cukinię można jeść zarówno w ciąży, jak i podczas karmienia piersią. Warto przyrządzać ją w sposób lekkostrawny, czyli raczej dusić lub piec niż smażyć na tłuszczu.

Kwiaty cukinii też są jadalne

Cukinia wydaje dwa rodzaje żółtych, pięciopłatkowych kwiatów: męskie i żeńskie. Żeńskie mają załączki, małe cukinie, z męskich nie rodzą się owoce, dlatego można je zrywać bez uszczerbku dla owocującej rośliny. Oba rodzaje cukiniowych kwiatów są pyszne i jadalne.

W Polsce trudno kupić kwiaty cukinii, dlatego zdobyć je można od zaprzyjaźnionego ogrodnika lub zerwać z własnej grządki. Nadziewane lub pieczone kwiaty są bardzo popularne np. we Włoszech, u nas wciąż jeszcze sprzedawcy na bazarach dziwią się, że można je jeść.

Cukinia – zastosowanie w kuchni

Cukinia nadaje się do smażenia, duszenia, marynowania, pieczenia oraz do jedzenia na surowo. Można przyrządzić z niej zapiekanekę, placuszki, danie

aurumdent

RADOM UL. PAMIĘCIKATYŃIA 12A/1

TEL. 530 704 300
www.aurumdent.pl

GABINET DENTYSTYCZNY LEK. STOM. MAREK ZATORSKI

KOMPLEKSOWE LECZENIE - NOWOCZESNA PROTETYKA

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 zębów
- Korony, mosty - porcelanowe

Godziny przyjęć:

pn. pt. 9.00 do 18.00
sobota 9.00 do 14.00

Informacje i zapisy:

695 726 422
48 360 64 36

jednogarnkowe, ratatouille lub ciasto. A nawet najbardziej wybredni smakosze docenią przysmak, jakim są kwiaty cukinii smażone w cieście naleśnikowym. Nadaje się do przygotowania leczu, duszenia lub do zupy. Różne kolory skórki czy bardziej wyrazisty smak zależą od konkretnej odmiany tego samego warzywa. W niektórych regionach zwyczajowo stosuje się podział na cukinię o zielonej skórce i bladej żółtej kabaćka. Młode cukinie możemy zjadać ze skórką, starsze obieramy.

Źródło: poradnikzdrowie.pl

GABINET STOMATOLOGICZNY

lek. stom. Ewa Krupa-Pękala
Radom, ul. Zielona 23
(w bloku przejście między 3-4 klatką)

tel. 48 33 12 012
606 712 214

NZOZ DENT-ARTIS

lek. stom. Bożena Domańska

lek. stom. Anna Domanska

Radom,

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

Czynne codziennie
sobota po wcześniejszym uzgodnieniu

LECZENIE:

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

LECZENIE BEZ BOROWANIA
metodą abrazji wodno-powietrznej

J/0294

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

lek. stomatolog
Hubert Szwe

SZWE DENTAL

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

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

infolinia 794 101 801



unident

JAWORSKY EDYTA I RADOŚLAW

- 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



J/0551

ortodonta

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

J/0295

CENTRUM ZAOPATRZENIA ORTOPEDYCZNO-MEDYCZNEGO

ort-med

wypożyczalnia sprzętu rehabilitacyjno-medycznego



refundacja

NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia

• ciśnieniomierze • artykuły przeciwośluzowe • 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

Operacje rekonstrukcji piersi pierwszy raz w Radomiu

Dwie operacje rekonstrukcji piersi przeprowadzili lekarze Radomskiego Centrum Onkologii pod kierunkiem prof. Zorana Stojceva, ordynatora Oddziału Chirurgii Onkologicznej. To pierwsze tego typu zabiegi w Radomiu.

W czwartek 30 sierpnia zespół chirurgów RCO zoperował dwie kobiety chorujące na raka piersi. 65-letnia pacjentka z Radomia już wcześniej była poddana

mastektomii z powodu nowotworu piersi. Teraz jej marzeniem było odzyskanie piersi ze względów estetycznych oraz psychologicznych. Lekarze zrekonstruowali pierś wszczepiając pacjentce implant. Już dwie godziny po operacji kobieta mówiła, że dzięki zabiegowi będzie mogła wrócić do pływania i swobodnie czuć się na basenie.

Drugą operowaną pacjentką była 47-letnia mieszkanka województwa małopolskiego, która choruje na raka piersi.



Wykonano u niej tzw. podskórną mastektomię z jednoczesną rekonstrukcją.

Dzięki temu podczas jednego zabiegu wycięto chory guz oraz wszczepiono nową pierś.

OKULISTA & OPTYK LIKOWSCY

Radom ul Słowackiego 8

Wykonujemy badanie OCT
(badanie komputerowe siatkówki i nerwu wzrokowego w kierunku jaskry)

**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

070403

E

Y

S

P

N

O

F

I

G

H

A

W

C

C

U

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

070053

OPTYK

OKO

ZAKŁAD

OPTYCZNY

Dorota Miszczak
opt. dyplomowany
rehabilitacja
695 85 25 85
sklodowska_witkowska.pl
czynny: codziennie 9.00 - 17.30, soboty 10.00-18.00

070467

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 pozapalnych oka
- Nadczynności tarczycy - ocena grubości mięśni ocznych
- Nie zdiagnozowane zaburzenia widzenia

BIOMETRIA GAŁKI OCZNEJ

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



070658

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 790 424 555

070303

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

Porady chirurgiczne i onkologiczne

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

SZCZEGÓLNE CHOROBY PIERSI PORADY I ZABIEGI

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

C/00045

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



Jak podkreślają lekarze z RCO, aspekt psychologiczny i samopoczucie kobiet z nowotworem piersi jest niezwykle ważne w leczeniu raka. Utrata piersi jest czynnikiem odbierającym często radość życia i motywację do leczenia. Tym bardziej istotny dla chorych jest fakt, że rekonstrukcje są wykonywane w Radomiu i refundowane przez Narodowy Fundusz Zdrowia.

Lekarze przewidują, że spośród 250-300 kobiet operowanych rocznie w Radomiu z powodu raka piersi, około 60 będzie mogło być poddanych rekonstrukcji.

Radomskie Centrum Onkologii jest jedynym specjalistycznym szpitalem onkologicznym w Radomiu, który leczy kompleksowo pacjentów z nowotworami, stosując radioterapię, chemioterapię i chirurgię onkologiczną.

Szpital posiada 100 łóżek oraz dwie nowoczesnie wyposażone sale operacyjne. Od dwóch miesięcy poza oddziałami radioterapii i chemioterapii szpital dysponuje także oddziałem chirurgii onkologicznej.

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

**BEZPŁATNIE
NA PODSTAWIE UMOWY Z**

NFZ

PIELĘGNIARSKA OPIEKA DOMOWA

ZGŁOSZENIA TELEFONICZNIE
codziennie w godz 8-20



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

P/0430

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej OPUS - MED

Radom,
ul. Księdza Andrzeja Łukasika 5

udzielamy świadczeń w zakresie:

- **logopedia** (w ramach NFZ i komercyjnie)
- **medycyna sportowa**
- **neurologia**
- **rehabilitacja**
- **stomatologia** (w ramach NFZ i komercyjnie)
- **zabiegi fizjoterapeutyczne**

Rejestracja:
osobiście lub telefonicznie
w godzinach pracy poradni

**Poniedziałek, środa, piątek
8.00 - 18.00
wtorek, czwartek
12.00 - 18.00**

tel.
48 362 15 19,
e-mail.

opusmed@neostrada.pl

C/0321



Radomskie
Centrum Onkologii
im. Bohaterów Radomskiego Czerwca 76

Mazowiecki Szpital
BRODNOWSKI



Związek Pracodawców
Mazowieckie Porozumienie Pracodawców
Ochrony Zdrowia

WSPÓLNIE POKONAMY RAKA

Troszcząc się o Twoje zdrowie
zapraszamy na
bezpłatne profilaktyczne badania przesiewowe
w celu wczesnego wykrycia choroby.

Jeśli masz 40-65 lat i chociaż jeden
z poniższych objawów występuje przez trzy tygodnie:

- ból gardła
 - uporczywa chrypka
 - obolały język
 - ból lub trudności przy przełykaniu
 - guzek w obrębie szyi
 - niedrożność nosa lub krwisty wyciek z nosa
- zasięgnij porady lekarskiej.



Radomskie
Centrum Onkologii

☎ **48 377 90 23**

ul. Uniwersytecka 6, Radom,
dojazd autobusem 6 i 26



Fundusze
Europejskie
Wiedza Edukacja Rozwój



Profilaktyka
Nowotworów
(Głowy i Szyi)



Ministerstwo
Zdrowia



Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Projekt „Profilaktyka Nowotworów Głowy i Szyi” jest współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego.
Program Operacyjny Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020 oś priorytetowa V Wsparcie dla obszaru zdrowia,
działanie 5.1 Programy profilaktyczne Konkurs nr: POWER.05.01.00-IP.05-00-002/16

C/00844

stymat 

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

AA/0076

BEZPŁATNE
badanie słuchu,
porady i konsultacje
pielęgniarki stomijnej

ZAPRASZAMY:
Pon. - Czw. 9 - 17,
Pt. 9 - 16,
So. 9 - 13
www.stymat.pl
stymat.radom@vp.pl

„Promieniowanie Ojcostwa”

„Promieniowanie Ojcostwa” – pod takim hasłem obchodzony będzie 14 października XVIII Dzień Papieski.

Towarzyszyć mu będą liczne wydarzenia duchowe i kulturalne zarówno w Polsce, jak i w środowiskach polonijnych.

Hasło tegorocznego Dnia Papieskiego zaczerpnięte jest bezpośrednio z dramatu Karola Wojtyły z 1964 roku – *Promieniowanie ojcostwa*. Jest ono zaproszeniem do zgłębiania nauczania Papieża Polaka, szczególnie zaś w aspekcie ojcostwa ziemskiego, jak i boskiego.

To wyjątkowe święto przeżywane jest co roku w niedzielę poprzedzającą wybór Polaka na Stolicę Piotrową. Działo się to pamiętnego 16 października 1978 roku, dokładnie 40 lat temu. Obchody Dnia Papieskiego włączają się także w radosne świętowanie stulecia odzyskania przez Polskę niepodległości. Każdego roku Dzień Papieski jest wydarzeniem nie tylko duchowym, ale również kulturalnym. Obchodom w wielu miastach towarzyszyć będą liczne koncerty, biegi i miasteczka rodzinne organizowane przez stypendystów.

Tego dnia będzie prowadzona zbiórka publiczna i przykościelna na fundusz sty-

pendialny Fundacji „Dzieło Nowego Tysiąclecia”. Jest ona organizatorem Dnia Papieskiego, a swoim programem obejmuje zdolną młodzież pochodzącą z niewielkich miejscowości. Obecnie pod jej opieką jest blisko 2000 stypendystów z całej Polski. Są to uczniowie szkół podstawowych (po pierwszym semestrze VII klasy), gimnazjów, szkół średnich i studenci.

Fundacja wspiera podopiecznych swoją pomocą przez wszystkie etapy kształcenia. Organizuje dla nich wakacyjne obozy integracyjno-formacyjne, w czasie których stypendyści mają okazję się zintegrować, poznać bogactwo kulturalne odwiedzanego regionu oraz pogłębić swoją relację z Panem Bogiem. Wakacyjne turnusy Fundacji odbywają się w miastach, do których pielgrzymował św. Jan Paweł II. W tym roku studenci odwiedzili Koszalin, a ich młodszy koledzy byli w Kielcach.

Fundacja „Dzieło Nowego Tysiąclecia” co roku przeznacza około 12 milionów złotych na stypendia. Nie byłoby to możliwe bez wsparcia okazywanego przez ludzi dobrej woli, którzy w ten dzień wrzucają pieniądze do puszek. Za wszelkie gesty życzliwości jesteśmy ogromnie wdzięczni i o wszystkich naszych darczyńcach pamiętamy w modlitwach.



SPRZEDAM
dobrze zaopatrzoną i prosperującą firmę
zajmującą się sprzedażą hurtową i detaliczną
materiałów i sprzętu medycznego
z możliwością dalszego rozwoju.
Dobra lokalizacja na terenie Radomia.
Firma działa na rynku od 2002 r.
kontakt tel.: 509 104 563
w terminie do 30 września 2018 r.

Y/0156

Jesteś osobą niepełnosprawną lub jej opiekunem?



Pobierasz rentę powypadkową
lub zasiłek opiekuńczy?

Zgłoś się po rekompensatę, podwyższenie świadczenia.

Zadzwoń 691 109 109

Y/0267

www.nzoz-srodmiescie.pl



**Niepubliczny Zakład
Opieki Zdrowotnej**

„ŚRÓDMIEŚCIE 1”

Radom, ul. Staszica 6/8

tel. 48 363 46 14, tel/fax: 48 36 267 28
poradnia dla kobiet - tel.: 48 321 33 63

e-mail: info@nzoz-srodmiescie.pl

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

ŚWIADCZYMY USŁUGI MEDYCZNE

BEZPŁATNIE

W OPARCIU O UMOWĘ Z NFZ

Podstawowa Opieka Zdrowotna

Przyjmują lekarze:

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

Ambulatoryjna Opieka Specjalistyczna

PORADNIA ALERGOLOGICZNA

Marzena Maksym - alergolog

PORADNIA NEUROLOGII DZIECIĘCEJ

Bożena Batory - neurolog dziecięcy

PORADNIA POŁOŻNICZO - GINEKOLOGICZNA

Wojciech Godek - ginekolog-położnik

PORADNIA PSYCHIATRYCZNA - wizyty komercyjne

Maciej Krapięć - specjalista psychiatra

PRACOWNIA USG

lek. Janusz Wiecezorek - chirurg radiolog
- poniedziałki

lek. Elżbieta Nowaczek-Dziocha - specjalista radiolog
- czwartki

KOMERCYJNE BADANIA USG

(Aparat Logic F6)

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

OFERUJEMY

**BADANIA WSTĘPNE I OKRESOWE
DO PRACY**

Z/0282

Barbara Węgrzycka

*Specjalista chorób płuc
Pulmonolog*

Radom, ul. Bernardyńska 3A



CENTRUM
BERNARDYŃSKA

**511 511 234
48 386 95 00**

Y/0649

**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

AA/0323

Jezuici na terenie Rzeczypospolitej

Pisząc w tym miejscu o jezuickich zabytkach, ukazał się
później od kilku miesięcy w tej rubryce zapoznaliśmy się z kolejnymi
zabytkowymi jezuickimi budowlami znajdującymi się w Polsce.
Dziś kilka słów o zabytkowej świątyni w centrum Warszawy.

Ta renesansowa świątynia to najwyższa budowla Starego
Miasta. Mimo to pozostaje niejako w cieniu leżącej tuż obok
katedry. Takie miało być zalecenie o. Piotra Skargi SJ, który rze-
komo powiedział, że kościół ten ma dominować, ale nie przytła-
czać sąsiadującej z nim świątyni. Historia kościoła sięga początku
XVII wieku. Inicjatorem tego przedsięwzięcia był między innymi



Piotr Skarga. Budowlę wzniesiono w stylu
późnorenesansowym, z okazałą kopułą
i smukłą wieżą. Finansował ją między
innymi król Zygmunt III Waza.

Kamień węgielny pod kościół, wtedy
pod wezwaniem Narodzenia NMP i św.
Ignacego (biskupa i męczennika), poświę-
cono w 1609 roku. Ukończenie budowy
i konsekracja nastąpiły w roku 1626.

W 1627 roku, po wyburzeniu kolejnej kamienicy przy ul. Świę-
tojańskiej, dobudowano do świątyni trzy kaplice. W roku 1633
dostawiono natomiast kruchtę, a w 1636 we wnętrzu wybudowa-
no chór muzyczny. Przez pierwszą połowę XVII w. wyposa-
żano wnętrze świątyni. Niestety w 1656 roku zostało ono zde-
wastowane przez Szwedów. Wiek XVIII to okres przywracania
kościółowi jego świetności i kolejnych przeróbek. Między innymi
wtedy dobudowano do świątyni kolejne dwie kaplice.

Po 1773 roku, kiedy to dokonano kasaty zakonu jezuitów,
kościół kilkakrotnie przechodził z rąk do rąk. Był między innymi
kościółem szkolnym, potem zdegradowano go do roli składu
sprzętów kościelnych, a jeszcze później przekazano zakonowi
pijarów. Jezuici odzyskali go dopiero po I wojnie światowej.
W latach 20. i 30. XX wieku kościół był ponownie remonto-
wany, jednak w czasie Powstania Warszawskiego w 1944 roku
został doszczętnie spalony. Do jego odbudowy jezuici przystąpili
w 1948 roku. Zakończyła się ona w roku 1957. Ponowne wyposa-
żanie wnętrz trwało do 1973 roku. W przeciwieństwie do sąsied-
niej katedry kościół jezuitów odbudowano po wojnie zgodnie
z jego przedwojennym wyglądem, w renesansowej formie.

Sanktuarium było dwukrotnie nawiedzane przez Ojca św.
Jana Pawła II: 2 czerwca 1979 roku oraz 16 czerwca 1983 roku.
Niezależnie od tych wizyt, Papież pozostawił nam przy okazji
swojej pielgrzymki do Polski w 1999 roku przepiękną pamiątkę
w postaci Aktu zawierzenia Matce Bożej Łaskawej:

„Matko Słowa Wcielonego, Pani Łaskawa, miej w opiece
Warszawę, jej mieszkańców i całą naszą Ojczyznę! Strzeż obec-
ności Twojego Syna w sercach wszystkich ochrzczonych, aby
pamiętali zawsze o swej godności ludzi odkupionych krwią Chry-
stusa, wezwanych do ufności Bogu i do służenia z miłością czło-
wiekowi.

Wyprasza, Maryjo Twojemu ludowi wytrwałość, której
potrzebuje, aby mógł pełnić wolę Ojca niebieskiego i dostąpić
spełnienia obietnicy zbawienia. Niech pod Twoją opieką ziarno
świętości, tak bogato posiane na polskiej ziemi, stale się rozwija
ożywiane łaską Ducha Świętego i wydaje obfite owoce w kolej-
nych pokoleniach. Amen”.

(Jan Paweł II, Warszawa, 13 czerwca 1999 roku)

Do szczególnie cennego wyposażenia należą między
innymi: gotyckie podziemia oraz obraz Matki Boskiej Łaskawej,
w głównym ołtarzu, słynący łaskami (pochodzi z I połowy XVII
wieku i został подарowany przez papieża Innocentego X królowi
Janowi Kazimierzowi).

W internecie można odbyć wirtualny spacer po podzie-
miach i kościele.

JT JT

www.radom.jezuici.pl

Drzemka to sama radość

Podczas gdy sen ogólnie przynosi szeroką gamę korzyści zdrowotnych, od zwiększania wydajności do ochrony przed chorobami serca, okazuje się, że krótkie drzemki również mają swoje plusy. Naukowcy przekonują, że drzemka przyczynia się do zwiększenia poczucia szczęścia.

„Poprzednie badania wykazały, że drzemki poniżej 30 minut sprawiają, że jesteśmy bardziej skoncentrowani, produktywni i kreatywni. Wyniki nowych badań sugerują, że krótka drzemka sprawia, że jesteśmy szczęśliwsi” – wskazuje

prof. Richard Wiseman z University of Hertfordshire.

Prof. Wiseman zaznacza jednak, że drzemka nie powinna być dłuższa niż wskazanych 30 minut.



„K i e d y jesteśmy niewyspani, jesteśmy rozdrażnieni, następuje pogorszenie nastroju, spadek koncentracji. Brak odpowiedniej ilości snu negatywnie oddziałuje również na nasze zdrowie, system

immunologiczny” – wyjaśnia Rajkumar Dasgupta z Keck School of Medicine na Uniwersytecie Południowej Kalifornii.

Badania dowiodły, że drzemka zapewnia znaczne korzyści zdrowotne i może skutecznie przeciwdziałać skutkom niedoboru snu. Po drzemce ludzie są bardziej czujni, kreatywni, mają lepszą zdolność zapamiętywania i uczenia się.

Źródło: PAP Life

Jeśli zatem

chcemy poprawić sobie nastrój, warto udać się na krótką drzemkę, najlepiej o godz. 15. Wcześniejsze badania wskazały, że to najlepszy moment na krótką przerwę i błogi sen. Okazuje się, że ok. godz. 15 nasza koncentracja i poziom energii spada. Wiele osób w tym czasie doświadcza również senności, czuje większe zmęczenie i osłabienie.

Idealna drzemka powinna trwać 20-30 minut – jeśli pozwolimy sobie na



**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**

M/0451

Gabinet Ortopedyczny Os-Med s.c.

MARCIN BOLEK

specjalista ortopedii
i traumatologii narządu ruchu

**PRELUKSACJA
MEDYCINA SPORTOWA**

Przyjmuje:
poniedziałek, środa od 16:00
Sawoy Medicus
Radom ul. Główna 11 lok. 14
tel.: 604 886 275

AG/0615



Poradnia Wspomagania Rozwoju dla dzieci

Radom ul. 11-go Listopada 2/4

oferujemy:

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

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

Zapraszamy!

Y/0643

GABINET ORTOPEDYCZNO- -REHABILITACYJNY

Radom, ul. Krakowska 5/7 lok.6
tel. 48 362-56-98, tel.dom. 48 369 91 59
tel. kom. 502 568 444, tel. reh. 609 446 788

lek.med.
JANUSZ FRYNAS
specjalista ortopeda traumatolog

USG NARZĄDÓW RUCHU

PONIEDZIAŁKI, ŚRODY, PIĄTKI 16.00 - 18.00

FIZYKOTERAPIA
MASAŻ KLASYCZNY
KRIOTERAPIA

OD PONIEDZIAŁKU DO PIĄTKU 14.00 - 17.00

AG/0092

KLINIKA EUROMED

Radom, ul. Klonowica 8/1

Rejestracja codziennie 8-15, śr 12-18

tel. 48 369 95 17, 502 164 392

Badania urodynamiczne w ramach NFZ

Laserowe zabiegi
obniżenia ścian pochwy - odpłatnie

F/0331

PRYWATNY GABINET CHIRURGII
OGÓLNEJ, USG PIERSI, BIOPSJE

Dr nauk medycznych

Grzegorz Szczęśniak

specj. chirurgii ogólnej i onkologicznej

BIOPSJA MAMMOTOMICZNA PIERSI!

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

www.euromed.radom.pl



PORADNIE SPECJALISTYCZNE

Kierownik: Bogumiła Odzimek, psycholog kliniczny

26-600 Radom, ul. Główna 12

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

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

**KOMPLEKSOWE WSPIERANIE ROZWOJU DZIECKA.
DIAGNOZA I TERAPIA DZIECI Z TRUDNOŚCIAMI ROZWOJOWYMI.
POMOC PSYCHOLOGICZNA I LOGOPEDYCZNA DLA OSÓB DOROSŁYCH.**

PRZYJMUJE ZESPÓŁ WYKwalifikowanych, DOŚwiadczonej Specjalistów:

- logopedzi • surdologopedzi • neurologopedzi
- specjaliści wczesnej interwencji logopedycznej
- oligofrenopedagodzy • pedagogzy • surdopedagodzy
- psychologowie w tym z uprawnieniami do diagnozy i terapii neuropsychologicznej • fizjoterapeuta
- terapeuci wczesnego wspomaganie rozwoju



- rehabilitacja słuchu i mowy (dla dzieci i dorosłych)

- rehabilitacja dzieci z zaburzeniami wieku rozwojowego (dzieci do 18 roku życia)

Do obu zakresów obowiązują skierowania od lekarzy specjalistów

(w zaburzeniach wieku rozwojowego oprócz lekarzy specjalistów

może wystawić skierowanie lekarz POZ - lekarz rodzinny, pediatra etc..)

Udzielamy informacji,

od jakiego specjalisty

powinno być skierowanie.

OFERTA DLA DZIECKA MAŁEGO

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

**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,
- stymulacja rozwoju poznawczego
- 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.

**Wykonujemy ELEKTROSTYMULACJE rozszczepu podniebienia
i kompleksu ustno-twarzowego u dzieci i dorosłych**

O szpitalach radomskich

Szpital Starozakonnych (żydowski)

Pierwszy szpital żydowski w Radomiu założony został 23.02.1848 roku w wilgotnym domu kahalnym przy ulicy Wałowej. Następnie przeniesiono go do domu wynajętego od p. Dursy. Ponieważ b. gubernator Edward Białoskórski dowiedział się o „nędzy i chorobliwym stanie starozakonnych mieszkańców m. Radomia”, nakazał powołać Radę Opiekuńczą Żydowską, złożoną z członków: Icka Kerszenbauma, Izaaka Landau, Sany Bekermana i Chila Morgulesa, która podjęła decyzję o budowie nowego budynku. Gubernator radomski Bechtiejew wystarał się od Komisji Rządowej Spraw Wewnętrznych i Duchownych o zapomogę. Komisja zgodziła się z karą za noszenie przez Żydów zabronionego ubrania, przelać jako depozyt do b. Banku Polskiego sumę 4356 rub. 90 kop. na rzecz przyszłej budowy. Ponadto wspólnicy Majer Mendelsohn i Lewek Ehrlich przekazali kwotę 6643 rub. i 10 kop., która była w procesie na rzecz budowy szpitala, „a to wskutek wpływu Sany Bekermana z powodu połączenia się syna jego Izaaka węzłem małżeńskim z córką Mendelsohna, Esterą”. Rozporządzając powyższym kapitałem, Rada Opiekuńczą Żydowska przystąpiła do budowy. Budowa postępowała szybko i 13.09.1851 r. szpital został otwarty. Ponieważ podczas budowy poczyniono 3003 rub. i 34 kop. oszczędności, zatem tegoż roku kupiono ponadto za 3000 rub. dom należący do dawnego szpitala św. Aleksandra (dziś przy ulicy Starokrakowskiej 23), który następnie przynosił 500 rub. rocznej renty. Początkowo szpital liczył 25 łóżek, lecz w 1865 r. miał ich 20. Sprawozdanie z 1870 r. podaje jako lekarza szpitalnego dr. Jana Przychodzkiego – który jednocześnie był lekarzem powiatowym; w szpitalu pracował do przejścia na emeryturę w 1898 r. W tymże 1870 roku ekonomem szpitala był Icek Finkelsztajn, a felerem Izrael Finkelsztajn. W roku 1889 szpital posiadał 40 łóżek. Przyjmowani byli chorzy bez względu na wyznanie ze wszelkimi schorzeniami, oprócz skórnych i umysłowych. Przy szpitalu znajdowało się ambulatorium otwarte codziennie dla chorych od godziny 10.00 rano do 2.00 po południu. O ruchu chorych w szpitalu żydowskim mamy następujące przykładowe dane: „W roku 1872 leczonych w szpitalu było 324, zmarło 26, dni szpitalnych było 6.639, średnio wypada 20 dni na chorego, koszt utrzymania szpitala wynosił 7.430 rb. 71 kop. W roku 1889 leczono 275 chorych, śmiertelność wynosiła 8,5%”. W 1886 r. łóżek etatowych miało być 20, lecz często było ich zajętych 35 i więcej. Szpital leczył wszystkich, bez względu na wyznanie, za opłatą dzienną 35 kop. (za biednych opłatą miała uiszczać gmina). Szpital gwarantował wizyty księdza katolickiego w razie takiego życzenia. Lekarzem szpitalnym był dr Jan Przychodzki, który za stałą opłatą 5 kop. na narzędzia chirurgiczne dla szpitala wykonywał drobne zabiegi chirurgiczne. Rady nadzorczej szpital nie miał, gdyż istniejącą od 1848 do 1870 r. (w składzie: Sana Bekerman, Izaak Bekerman i Hersz Rozenblat) rozwiązano wskutek nowej organizacji szpitalnictwa.

Dr n. med. Robert Wiraszka, dr hab. n. med. J. Reymond
Dokończenie historii szpitala św. Kazimierza zostanie opublikowane w kolejnym 175. - październikowym numerze Zdrówka.

Masz problem z transportem chorego? Zadzwoń do nas!

PRYWATNY TRANSPORT MEDYCZNY



☎ 519 179 707

☎ 515 341 100



deltamed
transport-ratownictwo medyczne

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

Radom, ul. Żeromskiego 94

www.deltamed.com.pl



Medyczna Szkoła Policealna dla Dorosłych

terapeuta zajęciowy
technik masażysta
opiekun medyczny

CZESNE 0 zł

ZAPRASZAMY

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

Zapraszamy

W Kościele nie ma rozwodu

1. Czym jest stwierdzenie nieważności małżeństwa?

Prawo Kościoła katolickiego nie przewiduje rozwodu ani unieważnienia małżeństwa. Można natomiast stwierdzić nieważność danego małżeństwa, po przeprowadzeniu wnikliwego procesu i udowodnieniu przesłanek określonych przez Kodeks Prawa Kanonicznego. Właściwy sąd kościelny wydaje wówczas wyrok deklaratoryjny, tzn. nie tworzy nowego stanu prawnego, lecz potwierdza już istniejący.

2. Od czego zacząć proces?

W celu rozpoczęcia procesu o orzeczenie nieważności małżeństwa kościelnego należy wnieść skargę powodową do właściwego sądu kościelnego. Skarga powodowa powinna zawierać krótki opis okoliczności dot. zawarcia małżeństwa oraz przesłanek przemawiających za jego nieważnością, jak również wskazanie dowodów na ich poparcie. Do ww. pisma dołącza się świadectwo ślubu (od proboszcza parafii ślubu), odpis wyroku o rozwód (jeśli został już wydany) i inne dokumenty, na które powołujemy się w treści skargi. Nie wolno zapomnieć o wskazaniu aktualnego adresu strony pozwanej, bez którego sąd odmówi wszczęcia procesu.

Wybierając sąd kościelny można wybrać spośród 3 właściwości miejsca:

- 1) gdzie zawarto małżeństwo,
- 2) gdzie obie strony lub jedna ma miejsce zamieszkania,
- 3) gdzie faktycznie trzeba będzie zebrać większość dowodów.

Warto pamiętać, że sądy kościelne mogą nosić inne nazwy, np. Biskupi, Metropolitalny, Duchowny.

3. Jak długo trwa proces kościelny?

Doświadczenie pokazuje, że procedowanie przed sądem I instancji trwa średnio od 1 roku do nawet 3 lat. Na długość procesu wpływa ilość spraw aktualnie rozpatrywanych przed danym sądem oraz, przede wszystkim, inicjatywa samych stron. Warto więc bezzwłocznie odpowiadać na pisma z sądu i stawiać się w wyznaczonych terminach. Nie bez znaczenia na czas trwania procesu jest także ilość zgłoszonych świadków, konieczność skorzystania z pomocy biegłego sądowego lub pomocy sądowej (tj. przesłuchanie świadka poza diecezją lub za granicą).

Po reformie papieża Franciszka obowiązującej od grudnia 2015 r. nie jest już obowiązkowa II instancja. Jeśli żadna ze stron w terminie 15 dni od momentu dowiedzenia się o wyroku nie wnieśli apelacji,

wyrok stanie się prawomocny.

4. Jakie są faktyczne koszty procesu?

Wiele osób nie decyduje się na zbadanie ważności swego małżeństwa z obawy na rzekomo duże koszty. W Internecie można znaleźć plotki, że proces kosztuje nawet 10 lub 20 tys. zł.

Opłata procesowa obowiązująca w większości sądów kościelnych w Polsce kształtuje się na poziomie ok. 1 tys. zł, w zależności od diecezji. Do tego należy doliczyć koszt związany z opinią biegłego sądowego – ok. 300 zł. Podsumowując, koszt procesu w I instancji nie powinien przekroczyć 2 tys. zł. Ponadto, większość sądów umożliwia płatność w ratach i częściowe zwolnienie z opłat.

Natomiast, jeśli zdecydujemy się na skorzystanie z pomocy adwokata kościelnego zatwierdzonego przy danym sądzie kościelnym, zgodnie z zaleceniami wikaariuszy sądowych, to proponowane przez niego honorarium powinno oscylować w granicach kosztów procesu w danym sądzie (doliczając do tego należny podatek VAT – 23%).

*Kamil Dziura
adwokat kościelny przy Sądzie
Kościelnym Diecezji Radomskiej*

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**

ADWOKAT KOŚCIELNY przy Sądzie Kościelnym Diecezji Radomskiej

mgr lic. Kamil Dziura

**fachowa i kompleksowa pomoc prawna
w sprawach o stwierdzenie nieważności małżeństwa
(tzw. „rozwód kościelny”)**

**doradztwo prawne w sprawach cywilnych, rodzinnych,
karnych, administracyjnych i podatkowych**

**RADOM,
ul. Wernera 5 lok. 35**

**kom. 539 618 012
www.kd-kancelaria.pl**

Siódmy Dar Ducha Świętego – Dar pobożności

Ten dar uczy nas trwania w modlitwie i w wypełnianiu naszych codziennych zadań (nauki, pracy) w Bożej perspektywie. I dodajmy, że dzięki darowi pobożności odnoszą się do nas słowa „błogosławieni cisi”. Tacy, którzy spokojnie czynią to, co do nich należy, czego Bóg od nich oczekuje.

Modlitwa o dary Ducha Świętego

Duchu Święty, Ty nas uświęcasz, wspomagając w pracy nad sobą. Ty nas

pocieszasz wspierając, gdy jesteśmy słabi i bezradni. Proszę Cię o Twoje dary:

Proszę o dar mądrości, bym poznał i umiłował Prawdę wiekiustą, którą jesteś Ty, mój Boże.

Proszę o dar rozumu, abym na ile mój umysł może pojąć, zrozumiał prawdy wiary.

Proszę o dar umiejętności, abym patrząc na świat, dostrzegał w nim dzieło Twojej dobroci i mądrości, i abym

nie lękał się, że rzeczy stworzone mogą zaspokoić wszystkie moje pragnienia.

Proszę o dar rady na chwile trudne, gdy nie będę wiedział jak postąpić.

Proszę o dar męstwa na czas szczególnych trudności i pokus.

Proszę o dar pobożności, abym chętnie przebywał z Tobą w modlitwie, abym patrzył na ludzi jako na braci, a na Kościół jako miejsce Twojego działania.

Na koniec **proszę o dar bojaźni Bożej**, bym lękał się grzechu, który obraża Ciebie, Boga po trzykroć Świętego.

Amen.

Najbliższe wydarzenia Duszpasterstwa Służby Zdrowia

29 września - godz. 9.45 - konferencja „Szlachetni Polacy w Służbie Zdrowia” i rozpoczęcie peregrynacji **bł. Bogumiły Noiszewskiej** i **bł. Ewy Wiecka** (Szpital psychiatryczny w Radomiu, ul. Krychnowicka 1; Parafia Miłosierdzia Bożego w Radomiu, ul. Starokrakowska 144).



Plan konferencji (Szpital w Krychnowicach)

10.00 - „Szlachetni lekarze: bł. Ewa Noiszewska, Jerzy Borysowicz”
11.00 - przerwa kawowa
11.15 - „Szlachetne pielęgniarki: s. B. Rozalia Celakówna, Bohdana Kijewska”
12.30 - Msza św. z uzanowaniem relikwii bł. Ewy Noiszewskiej i bł. Marty Wiecka (Kościół Miłosierdzia Bożego, ul. Starokrakowska 144).

Zapraszają:

Wydział Duszpasterski Diecezji Radomskiej
Diecezjalne Duszpasterstwo Służby Zdrowia
Katolickie Stowarzyszenie Lekarzy Polskich O. „Ziemi Radomskiej”
Katolickie Stowarzyszenie Pielęgniarek i Położnych Polskich O. w Radomiu
Parafia Miłosierdzia Bożego w Radomiu

14 października - godz. 15.00 - Msza święta z instalacją relikwii bł. Hanny Chrzanowskiej (Parafia Miłosierdzia Bożego w Radomiu, ul. Starokrakowska 144).

18 października 2018 r. - godz. 18.00 - Msza święta za pracowników Służby Zdrowia z okazji patronalnego święta św. Łukasza (Katedra radomska).

25 listopada - godz. 17.00 - Nabożeństwo wypominkowe i Msza św. w intencji zmarłych lekarzy (Katedra Opieki NMP w Radomiu).

15 grudnia - godz. 9.45 - Adwentowy Dzień Skupienia Służby Zdrowia (Parafia Miłosierdzia Bożego w Radomiu, ul. Starokrakowska 144).

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.

KAPELANI:

ks. kan. Mirosław Bandos, ks. Przemysław Wójcik

TELEFON DYŻURNY: 602307457

OR GISERSKA

Msza Święta - Niedziela i Uroczystości - godz. 14.30

MSS JÓZEFÓW

MSZA ŚWIĘTA z homilią w Kaplicy MB z Lourdes
poniedziałek- piątek- 15.00

sobota, niedziela, święta nakazane 11.00

Adoracja Najświętszego Sakramentu: pn - pt 14.30

sobota, niedziela, święta nakazane 10.30

SPOWIEDŹ w czasie adoracji w kaplicy i na oddziałach szpitalnych

SAKRAMENT NAMASZCZENIA CHORYCH na oddziałach szpitalnych i w czasie Mszy św. w środę
KAPELANI:

ks. dr Radosław Kacprzak, ks. Bogusław Dawidowicz

TELEFON: ##066, ##067 numery wybierane ze służbowych telefonów pielęgniarek i lekarzy.

Więcej informacji: www.kapelan.radom.pl

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. Mirosław Kszczot, ks. Konrad Wójcik

Radomskie Centrum Onkologii

MSZA ŚWIĘTA w kaplicy szpitalnej: Niedziela

i święta przypadające w dni wolne od pracy - 9.30

Święta kościelne przypadające w dni robocze - 15.30

Odwiedziny chorych i udzielanie sakramentów

świętych: pn.-pt.: 10.00 - 11.30 oraz w każdym

innym czasie na prośbę chorego lub rodziny

KAPELAN: ks. dr Adam Orczyk

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

Informacje i przyjmowanie ogłoszeń:

Redakcja: Radom, ul. Kusocińskiego 7a/18,
tel. 48 33 11 259 lub 601 319 048

internet: www.zdrowko.com zakładka cennik,

e-mail: zbikum@op.pl

lub przez przedstawiciela

Jacka Gumińskiego tel.: 603 401 024

Wydawca nie ponosi odpowiedzialności za treść ogłoszeń i reklam

Druk - 4ART

APTEKARadosław Pawlik
mgr farm.**Radom,
ul. Niedziałkowskiego 19/21
(róg Staszica)****Pon-Pt 8:00 - 18:00,
Sob 8:00 - 14:00**

A/0500

APTEKAMGR 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****CZYNNA
CAŁODOBOWO
7 DNI****W TYGODNIU
ul. Traugutta 1a****ul. Tochtermana 1****Pon-pt 8-20
Sob 8-15****ul. Główna 12****Pon-pt 8-20
Sob 8-14****ul. Traugutta 42****Pon-pt 7.30-19.30
Sob 8-14****ul. Królowej Jadwigi 13****Pon-pt 8-20
Sob 8-14**

A/0004

**APTEKA CAŁODOBOWA
CZYNNA 24 GODZINY****W DNI POWSZEDNIE
NIEDZIELE I ŚWIĘTA****tel.: 48 36 234 16****Radom, Pl. Konstytucji 3 Maja 5**

A/0013

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

A/0036

APTEKA**Radosław Pawlik
mgr farm.****Radom, ul. Warszawska 4****Pon-Pt 8:00 - 19:00
Sob 8:00 - 14:00**

A/0131