

ZDRÓWKO

INFORMATOR BEZPŁATNY

Jesienna zaduma

Piękną słoneczną pogodą przywitała nas tegoroczna jesień. Pracowity to dla nas czas. Dzień coraz krótszy, pracy jakby więcej i wydaje się, że szybciej upływa każdy kolejny dzień.

Jaka będzie tegoroczna jesień? Pogoda w tym roku zaskakuje nie tylko synoptyków. Brak deszczu smuci miłośników grzybobrania i rolników. Na pogodę, jak wiadomo, wpływu nie mamy. Zapasy na zimę

już zrobione. Domowe spiżarnie przy tegorocznych plonach wypełnione. Tak więc może warto poświęcić czas na chwilę jesienną zadumy i wytchnienia? Czy damy radę choć na moment się zatrzymać i cieszyć się pięknem polskiej złotej jesieni?

Życząc wszystkim Czytelnikom chwili wytchnienia i czasu na spotkanie z uroczą jesienią, zapraszam do lektury październikowego numeru Zdrówka.

ZG



foto: Magda B

WYBRANE ARTYKUŁY:

Jak zbierać grzyby

Czytaj na stronie 4.

Operacje raka piersi – najczęściej zadawane pytania

Czytaj na stronie 10.

Mikropigmentacja medyczna

Czytaj na stronie 11.

Co pyli w październiku?

Czytaj na stronie 12.

Międzynarodowy Dzień Białej Łaski

Czytaj na stronie 14.

Paraliż senny: objawy, przyczyny i leczenie

Czytaj na stronie 16.

Bogactwo natury – dzika róża

Czytaj na stronie 18.

Nieleczenie polimialgii prowadzi do kalectwa

Czytaj na stronie 21.

Z historii Radomia O szpitalach radomskich

Czytaj na stronie 25.

Posługa duszpasterska

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

AD0272

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, 14
Okulistyka – str. 20
Onkologia – str. 9, 10,
Ortopedia – str. 16, 24
Pediatria – str. 7
Psychiatria – str. 15
Psychologia – str. 15
Rehabilitacja – str. 5, 7,
Reumatologia – str. 21
Stomatologia – str. 18, 19
Urologia – str. 17

USŁUGI MEDYCZNE

Apteki – str. 32
Pielęgniarstwo – str. 6, 12, 21
Opieka długoterminowa – str. 6, 7, 12,
22, 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

ZAPRASZAMY

Od poniedziałku do piątku od 7⁰⁰ do 18⁰⁰

Realizujemy bezpłatne usługi medyczne

w ramach **NFZ** oraz prywatnie

- Podstawowa Opieka Zdrowotna
- Poradnie Specjalistyczne
- Medycyna Pracy
- Badania laboratoryjne i diagnostyczne
- USG i RTG cyfrowe

Szpital oraz komercyjne usługi medyczne:

- Kardiologia dla dorosłych i dzieci (echo serca, holter EKG, holter ciśnieniowy, testy wysiłkowe)
- Neurochirurgia
- Neurologia
- Chirurgia naczyniowa
- i wiele innych specjalizacji.

NOWOŚĆ !!

Poradnia leczenia wad postawy u dzieci i młodzieży **NFZ**



Radom, ul. Gagarina 1

☎ 48 367 15 10

Poradnie medycyny rodzinnej

☎ 48 366 81 51

Poradnie specjalistyczne

☎ 48 367 15 10

Leczenie szpitalne

www.medicon.com.pl

Z/0073

LECZENIE SZPITALNE

KRÓTKIE TERMINY!

**zespół chirurgii jednego dnia
w zakresach:**

- ginekologia (NFZ)
- chirurgia ogólna i naczyniowa
- otolaryngologia
- urologia
- ortopedia i traumatologia narządu ruchu
- proktologia

MEDICA

laboratorium analiz medycznych

Oferujemy badania z zakresu:

hematologii
koagulologii
analitikę 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



PRYWATNA PORADNIA
KARDIOLOGICZNA

dr n. med. **Magdalena Poterała**

Kardiolog, Specjalista chorób wewnętrznych

OFERTA

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

Radom, ul. Główna 12 (wjazd od ul. Klonowica)
I piętro gabinet 17, 18

☎ 506 490 055 www.kardiologradom.com

K/0589

Jak zbierać GRZYBY?

Gdy grzybów urodzaj, do lasu wyruszają nawet niewprawni grzybiarze. A wtedy łatwo o pomyłkę i smakowita kania może okazać się śmiertelnie trującym muchomorem. Sprawdź, jak odróżnić grzyby jadalne od trujących i uniknąć zatrucia grzybami.

Jednak nie tylko dlatego zbieranie i przyrządzanie grzybów wymaga wiedzy. Oto kilka ważnych wskazówek. Pamiętajmy: w naszych lasach rośnie wiele grzybów o różnej toksyczności.

Grzyb jadalny czy trujący?

Grzyby jadalne i trujące są czasami tak do siebie podobne, że nawet wytrawni zbieracze mają kłopoty z ich rozróżnieniem. Dwa rosnące obok siebie grzyby tego samego gatunku mogą wyglądać inaczej, a dwa różne – trujący i jadalny – być łudząco podobne. Najbardziej niebezpieczny jest muchomor sromotnikowy. Ma oliwkowozielony, wypukły lub prosty, gładki kapelusz. Najczęściej myli się go z gąską żółtą i gołąbkami zielonawym, dziko rosnącymi pieczarkami, czubajką kanią i czerwienią. Łatwo też pomylić trującą

pieczarkę z jadalną. By uniknąć pomyłki, zbierajmy tylko dobrze znane gatunki.

Grzyby z „gąbką” pod kapeluszem bezpieczne

Najbezpieczniejsze są te, które na spodniej części kapelusza mają gęste rureczki przypominające gąbkę. Nie ma wśród nich grzybów śmiertelnie trujących. Są tylko takie, które powodują zaburzenia pokarmowe, np. goryczak żółciowy, do złudzenia przypominający borowika szlachetnego. Inaczej jest z grzybami, które mają blaszki pod kapeluszem, ponieważ wiele z nich jest śmiertelnie trujących. Lepiej więc ich nie zbierać, nawet gdy mamy tylko cień wątpliwości.

Jak rozpoznać grzyby trujące?

Nie istnieją żadne niezawodne

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

Z/0102

Gabinet INTERNISTYCZNO- HEMATOLOGICZNY

Jolanta Wójcik
hematolog

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

AF/0338



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

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

sposoby na rozpoznanie grzybów trujących. Niektóre ładnie pachną, są słodkie i nie ciemnieją po przekrojeniu. Natomiast sinieją zarówno jadalne podgrzybki, jak i trujące borowiki szatańskie. Grzyby, które zostały nadjedzone przez ślimaki, też nie zawsze są dobre. Nie jest również prawdą, że w czasie gotowania grzybów trujących ciemnieje cebula lub zanurzona w potrawie srebrna łyżeczka. Ciemnieją, ale ze względu na związki siarki znajdujące się zarówno w grzybach jadalnych, jak i trujących.

Ważne

Podejrzane olszówki

Długotrwałe jedzenie tych grzybów (przez wiele lat) może prowadzić do rozpadu czerwonych ciałek krwi, a nawet do śmierci. Grzyb jest tym groźniejszy, że u wielu osób nie wywołuje żadnych objawów zatrucia, co umacnia przekonanie niektórych grzybiarzy, że jest nieszkodliwy.

Grzyby – dużo smaku i aromatu

Wartość odżywcza grzybów jest niewielka. Świeże grzyby zawierają ok. 90 proc. wody, niepełnowartościowe białko, niewielkie ilości węglowodanów, tłuszczów, składników mineralnych (fosforu, żelaza, cynku) i witamin (B1, B2, D i C). Mają wprawdzie mało kalorii, ale długo zalegają w przewodzie pokarmowym,

PRZYCHODNIA SŁONECZNA

www.przychodniasloneczna.pl

*tak jak chcesz!
Bez kolejek, bez stresu!*

PODSTAWOWA OPIEKA ZDROWOTNA

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia

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

PORADNIE SPECJALISTYCZNE

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



G/0420

nie powinny ich jeść dzieci, osoby starsze i uczulone na grzyby. W grzybach znajduje się tzw. grzybnik, związek podobny do chityny, który nie jest trawiony przez organizm człowieka, a na dodatek utrudnia przyswajanie innych składników pokarmowych. Lepiej zatem traktować grzyby tylko jako znakomity dodatek do

potraw, gdyż ich główną wartością są walory smakowe oraz zapachowe.

Niepokojące sygnały zatrucia grzybami

Bóle brzucha i głowy, nudności, biegunka to typowe objawy zatrucia.

Dokończenie na str. 6.

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**

G/0102

G/0526

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**

AB/0136

GABINET LEKARSKI

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

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

PRZYJMUJE :

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

lek.med. **Paweł Kucharski**
specj. ginekolog-położnik

PRZYJMUJE :

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

Radom, ul. Sienkiewicza 32,
tel. 48 3626058,

www.usgradom.pl

G/0343

Jak zbierać GRZYBY?

Dokończenie ze str. 5.

Czasem obserwuje się też niepokój, zawroty głowy, zaczerwienienie skóry, gorączkę. W ciężkich przypadkach dochodzi do poszerzenia źrenic, kurczów mięśni, spadku ciśnienia krwi. Niekiedy stwierdza się poważne odwodnienie czy niewydolność nerek, uszkodzenie wątroby, trzustki, mięśnia sercowego, mózgu. Symptomy zatrucia mogą pojawić się od 1/2 do 5 godzin po zjedzeniu grzybów, a nawet po 4–21 dniach.

Jeśli podejrzewamy zatrucie grzybami, trzeba czym prędzej skontaktować się z lekarzem. Pierwsza pomoc polega na wywołaniu wymiotów, aby jak najszybciej usunąć grzyby z przewodu pokarmowego. W tym celu można podać choremu roztwór ciepłej wody z dużą ilością soli lub olej rycynowy. Zwykle potrzebne jest leczenie szpitalne – płukanie żołądka i uzupełnienie elektrolitów w organizmie. Rodzaj dalszej terapii zależy od stanu chorego. Rozpoznanie zatrucia potwierdza znalezienie w organizmie owocników lub



zarodników grzyba (na podstawie badania kału czy resztek pokarmu).

Tego nie rób

- grzybów nie wycinaj nożem, tylko wykrczaj z podłoża, a pozostały dotek zasypuj ziemią;
- nie zbieraj grzybów w pobliżu fabryk, sztucznie nawożonych i spryskiwanych pól i sadów, przy torach (ze względu na środki odchwaszczające torowiska);
- nie zbieraj grzybów podczas deszczu i bezpośrednio po nim, bo łatwo nasiąkają wodą i szybko się psują;
- oczyszczone grzyby wkładaj do koszyka (w foliowej torebce zaparzą się i szybko popsują);
- grzyby przyrządzaj lub rób przetwory w dniu, w którym zostały zebrane.

poradnikzdrowie.pl



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 pielęgnacyjne pobyty poszpitalne.

RADOM UL. BIAŁA 2

TEL. 48 385 86 21, KOM. 508 316 852

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

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

I/0522

NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKUŃCZO LECZNICZY W STARYM GOŹDZIE

STARY GÓZD 35

17 km od Radomia w stronę Warszawy
(trasa E7)

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



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

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

I/0583

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
- Fizykoterapia
- 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

NFZ
i odpłatnie

Zapraszamy

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

R/0397

ASORT

GABINET ORTOPEDYCZNY

dr n. med. Andrzej Szmagiel

specjalista w dziedzinie chirurgii,
ortopedii i medycyny sportowej**Chirurgia Urazowa Narządu Ruchu**
Ortopedia
Medycyna SportowaRadom ul. Lekarska 2a, piętro 1, gab. 13
poniedziałki, wtorki, czwartki w godz 16 - 20
Rejestracja od poniedziałku do piątku730 057 062
pod nr. tel. 601 292 087
607 655 008**Marek Paliński**
specjalista psychiatraprzyjmuje prywatnie
w czwartki od godziny 16
budynek Poradni Rehabilitacji POLMEDIC
Radom, ul. Okulickiego 76**Rejestracja pacjentów**
od pon. do pt. w godz. 8-19
tel: 48 344 86 04

S/0414

Halina Łopuszańska*specjalista psychiatra*

przyjmuje:

Środa od 16.00**tel. 695 757 775**

S/0362

GABINET
NEUROLOGICZNY**MAŁGORZATA ZIOŁEK**
lekarz specjalista neurolog**Przyjmuje:****wtorek 16.00 - 17.00****Radom, ul. KellesKrauz 32**
tel. 48 36 229 83

N/0089

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 RADOMIUPolskiego 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****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

GABINET LEKARSKI
NEUROLOGICZNY**Dr n. med. KRZYSZTOF NADGRODZKIEWICZ**
*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**
MEDJana**Radom, ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)****tel. 606731821**

N/0316

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

N/0503

REHABILITACJA**ZDROWIE****RÓŻNE****NEUROLOGIA****PEDIATRIA**

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

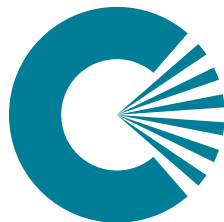
www.zdrowko.com

Operacje raka piersi – najczęściej zadawane pytania

Rozmowa z ordynatorem Oddziału Chirurgii Onkologicznej
w Radomskim Centrum Onkologii prof. dr hab.n.med Zoranem Stojcevem



prof. dr hab.n.med Zoran Stojcev



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

w węzłach, lekarz podejmuje decyzję o wycięciu wszystkich węzłów. Jeśli wynik biopsji jest negatywny, wówczas wykonuje się biopsję węzła wartowniczego.

Prawidłowo wykonane usunięcie węzłów chłonnych nie powoduje powikłań. Jest jednak zabiegiem wymagającym dłuższej rekonwalescencji, powodującym ograniczenie ruchomości ręki czy obrzęki. Wymaga również rehabilitacji po zabiegu. Należy także unikać dźwigania operowaną ręką. Zwykle po około miesiącu chore wracają do normalnego funkcjonowania, choć należy zaznaczyć, że ręka, przy której wycięto wszystkie węzły chłonne, może nie powrócić do podobnej sprawności jak druga kończyna.

3. Jakie jest postępowanie wobec pacjentek z niepalpacyjnymi zmianami w gruczole piersiowym?

W takich przypadkach najważniejsza jest diagnostyka. Wykonuje się badanie USG, mammografię i biopsję pod kontrolą USG lub mammograficzną. Podczas biopsji zostawia się w piersi znacznik. Potem, kiedy usuwamy guz niebadalny klinicznie, radiolog zakłada w miejsce znacznika kotwicę, umożliwiając chirurgowi odnalezienie zmiany i jej precyzyjne usunięcie.

(W RCO mamy stół Fishera, na któ-

rym wykonujemy biopsję zmian niewyczuwalnych klinicznie i niewidocznych w USG).

4. Co jest wskazaniem do wykonania jednoczesnej z mastektomią rekonstrukcji piersi? Kiedy tych dwóch procedur nie przeprowadza się podczas jednego zabiegu?

Każda chora kwalifikowana do mastektomii powinna być poinformowana o możliwościach rekonstrukcji piersi. Wskazaniem do rekonstrukcji piersi powinna być duża motywacja chorej, a kwalifikacja do operacji rekonstrukcji odbywa się po wnikliwej analizie stanu onkologicznego oraz psychofizycznego chorej. Decyzja o jednoczesowej bądź odroczonej rekonstrukcji powinna być podjęta przez zespół lekarzy w oparciu o konsylium.

5. Czy wykonując mastektomię, chirurg może tak przeprowadzić operację, żeby przygotować pacjentkę do rekonstrukcji?

Tak, planując odroczoną rekonstrukcję, chirurg wykonujący zabieg planuje odpowiedni sposób cięcia, może usunąć kompleks otoczka-brodawka, przeszczepiając go czasowo w inne miejsce,

Dokończenie na str. 10.

1. Na jakiej podstawie chirurg kwalifikuje pacjentkę do wykonania mastektomii lub operacji oszczędzającej? Jakie badania powinny być przeprowadzone, aby podjąć decyzję, czy wykonujemy u pacjentki mastektomię, czy operację oszczędzającą?

Lekarz bada pacjentkę i to jest najważniejsze. Ma do dyspozycji także standardowe badania takie jak USG i mammografia. Jeśli nadal pozostają wątpliwości, niekiedy stosuje się także badanie rezonansem magnetycznym. Najważniejszy jest jednak obraz kliniczny – przede wszystkim na tej podstawie zapada decyzja, jaka operacja będzie najlepsza dla konkretnej pacjentki. Decyzja o leczeniu oszczędzającym powinna być podjęta wspólnie z chorą, jeżeli nie ma przeciwwskazań. Do głównych przeciwwskazań zalicza się: wielośrodkowość zmian nowotworowych, duży guz w małej piersi (brak możliwości uzyskania dobrego efektu kosmetycznego), brak możliwości doszczętnego usunięcia guza pierwotnego, kolagenoza, obecność przeciwwskazań do radioterapii, brak możliwości współpracy z chorą w trakcie późniejszych badań kontrolnych.

2. Co jest podstawą do usunięcia węzłów chłonnych i jakie ma to znaczenie dla późniejszej jakości życia pacjentki?

Tę decyzję podejmuje się na podstawie badania klinicznego i USG dołu pachowego. W przypadkach niejednoznacznych wykonuje się biopsję cienkoigłową. Jeżeli mamy potwierdzenie przerzutów





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

NFZ

Zapraszamy do udziału
w **Populacyjnym Programie
Wczesnego Wykrywania Raka Piersi**
w **Radomskim Centrum Onkologii**

Zadbaj o swoją kobiecość

**Program skierowany jest do kobiet w wieku 50-69 lat.
Badania są bezpłatne i nie wymagają skierowania,
wykonywane są co 24 miesiące.**

Jeśli wcześniej były wykonywane badania piersi koniecznie należy dostarczyć wyniki tych badań do porównania.
Należy zaznaczyć, że programem nie są objęte kobiety, u których wcześniej rozpoznano raka piersi.

Do badania prosimy zgłosić się
z dowodem osobistym z nr PESEL.

W tym celu zainteresowane Panie prosimy
o kontakt osobisty lub telefoniczny.

48 377 90 23
ul. Uniwersytecka 6
26-600 Radom



Powiedz o nas innym...
Namów je na bezpłatne
badanie mammograficzne.

Wcześnie wykryty nowotwór piersi pozwala
rozpocząć natychmiastowe i skuteczne
leczenie oraz daje dużą szansę na
powrót do zdrowia.

f /onkologiaradom
www.onkologiaradom.pl

Mikropigmentacja medyczna

Mikropigmentacja wykorzystywana jest nie tylko do zabiegów ulepszcających, jak np. makijaż permanentny oczu, brwi i ust, ale daje również możliwość

tuszowania blizn po operacjach chirurgicznych oraz różnych innych defektów skóry po przebytych chorobach.

Dla większości osób mikropigmentacja medyczna jest jedyną możliwością powrotu do swojego naturalnego wyglądu.

Zabieg mikropigmentacji medycznej to m.in.:

- Korygowanie kształtu i nadanie koloru ustom po operacji w przypadku rozszczepu wargi, zaniku czerwieni wargowej
- Odtworzenie brodawki sutkowej po zabiegach mastektomii
- Nadanie regularnego kształtu otoczce brodawkowej, powiększenie zbyt małej otoczki po zabiegach powiększania lub zmniejszania piersi
- Wizualne odtwarzanie włosów w przypadku łysienia plackowatego
- Tuszowanie blizn po operacjach
- Redukcja rozstępów
- Kamuflaż odbarwień skóry w przypadku bielactwa.

Mikropigmentacja – makijaż permanentny to doskonała metoda pozwalająca nie tylko poprawić wygląd i urodę osób zdrowych, ale również stwarzająca szerokie możliwości poprawy wyglądu ludzi po przebytych chorobach oraz urazach skóry i ciała.



Kobiety po mastektomii lub po rekonstrukcji piersi, dzięki temu zabiegowi, mogą ponownie poczuć się kobieco i pewnie.

Pigmentację wykonuje się pigmentami kamuflującymi w kolorze ciała i brodawki, techniką trójwymiarowego efektu, dzięki temu brodawka sutkowa wygląda naturalnie w odcieniu dobranym do karnacji skóry.

Zabieg wykonuje kosmetolog, dyplomowana linergistka z kilkunastoletnim doświadczeniem w makijażu permanentnym i mikropigmentacji medycznej.

Zapraszamy do Centrum Kosmetycznego przy ul. Witolda 3 w Radomiu tel. 48 363 60 90 oraz na naszą stronę internetową www.centrumkosmetyczne.pl.

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

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

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

Centrum Kosmetyki Laserowej i Estetycznej

LASEROWE OCZYSZCZANIE SKÓRY – PEELING WĘGLOWY

- **MOBILIFT** - endermologia na twarz - **NOWOŚĆ!**
- **PLASMA** - niechirurgiczny lifting powiek - **NOWOŚĆ!**
- **LASER FRAKCYJNY EMERGE** - **NOWOŚĆ!**
- **LASEROWE USUWANIE TATUAŻU I MAKIJAŻU PERMANENTNEGO,**
- **TRWAŁA DEPILOCJA** laserem diodowym **LIGHT SHEER DUET**
- **ZABIEGI LASEROWE** na: rumień i naczynek 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

ZDROWIE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

ZDROWIE I URODA
www.zdrowko.com

ZDROWIE I URODA
www.zdrowko.com

Co pyli w październiku?

Przed wszystkim zarodniki grzybów mikroskopowych.

Według danych Ośrodka Badania Alergenów Środowiskowych będą one przyczyną uczuleń w całym kraju niemalże przez cały miesiąc. W październiku alergię mogą wywołać także niektóre rośliny. Sprawdź, co pyli w październiku i w których regionach kraju alergicy najbardziej muszą uważać na swoje zdrowie.

W październiku pylą przede wszystkim zarodniki grzybów mikroskopowych, a także niektóre rośliny. Mimo że trawy powoli tracą zielen, a liście spadają z drzew, sezon na alergię się nie skończył, a u niektórych osób objawy uczuleń (np. alergiczny nieżyt nosa czy gardła) mogą się nawet nasilić.

Należy pamiętać, że intensywność pylenia poszczególnych roślin w różnych regionach Polski jest uzależniona m.in. od zmiennych warunków pogodowych i zmniejsza się np. pod wpływem opadów, dlatego poza kalendarzem pylenia warto śledzić także prognozę pogody.

Co pyli w październiku?

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

Zarodniki grzybów pleśniowych z rodzaju Cladosporium i Alternaria najczęściej zamieszkują środowisko gleb. Namnażają się one szczególnie intensywnie przy wysokim poziomie wilgotności powietrza, który jest typowy dla deszczowej jesieni.

W październiku na zarodniki grzybów mikroskopowych powinni uważać szczególnie alergicy z północno-wschodniego krańca Polski, a także z południowej i południowo-zachodniej części naszego kraju. W tych rejonach w pierwszej dekadzie miesiąca stężenie zarodników grzybów



mikroskopowych z rodzaju Cladosporium jest bardzo wysokie. W drugiej dekadzie października obniża się do poziomu średniego, a dopiero pod koniec miesiąca jest niskie. Z kolei zarodniki grzybów mikroskopowych z rodzaju Alternaria w tej części Polski nie są obecne w powietrzu. W pozostałych częściach kraju ich stężenie w powietrzu jest średnie lub niskie, ale utrzymuje się do początku listopada.

W październiku ambrozja dokucza alergikom ze środkowej części województwa zachodnio-pomorskiego, a także uczuleniowcom z województwa wielkopolskiego, łódzkiego, śląskiego, małopolskiego i podkarpackiego. Na szczęście ambrozja pyli krótko, bo tylko przez pierwszą dekadę miesiąca, i nieznacznie, ponieważ stężenie jej pyłków w powietrzu jest niskie. Z kolei osoby uczulone na pyłki ambrozji, które pochodzą z północnej części województwa zachodnio-pomorskiego i dolnośląskiego, a także z województwa opolskiego i lubuskiego mogą zmagać się z objawami uczuleń aż do 20 października. W tych częściach kraju stężenie pyłków ambrozji w powietrzu również jest niskie. Jednak ambrozja może wywoływać alergię krzyżową. Uczuleni na nią mogą reagować na rumianek, bylicę, szałwianik czy arnikę.

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. pielęgniark 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 Domowego dla Dorosłych
bezpłatnie - refundacja NFZ
 na obszarze Radomia, powiatu radomskiego, przysuskiego i szydlowieckiego.
Pielęgniarska Opieka Długoterminowa w domu chorego
 Kontakt telefoniczny całodobowo
 nr tel: **517 45 62 21,**
501 741 118, 602 772 744
 Gwarantujemy opiekę lekarza, pielęgniarki, psychologa, rehabilitanta, księdza oraz bezpłatnie sprzęt medyczny.

NZOZ „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 białobrzegskiego
 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 DOBĄ 509 514 811



**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
- + analizy 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

Ważne

W poszczególnych latach sezony pylenia mogą znacznie różnić się od średnich wieloletnich. W związku z tym należy śledzić na bieżąco aktualne komunikaty dla alergików, które są dostępne m.in. na stronie internetowej Ośrodka Badania Alergenów Środowiskowych.

Jesienią alergię się nasilają

Jesienią przyczyną alergicznego nieżytu nosa i gardła mogą być także zarodniki grzybów tzw. wewnątrzdomowych, m.in. te z rodzaj *Aspergillus* i *Penicillium*. Są one obecne w powietrzu przez cały rok, zwykle w tym samych stężeniach. Występują w piwnicach, łazienkach czy kuchniach

– wszędzie tam, gdzie panuje duża wilgotność, a dostęp światła i świeżego powietrza jest ograniczony. Zarodki tych grzybów można znaleźć także w kurzu domowym. W nim kryją się również roztocza kurzu domowego, które też są częstą przyczyną alergii. Centralne ogrzewanie znacznie podnoszące temperaturę powietrza w pomieszczeniach, szczelne okna utrudniające cyrkulację powietrza oraz bogate wyposażenie wewnątrz sprzyjające osiadanemu kurzu tworzą idealne środowisko do namnażania się alergizujących roztoczy jesienią.

Źródło: poradnikzdrowie.pl

**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

NFZ

w zakresie pielęgniarstwa
opieki długoterminowej
w domu chorego

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

**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

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

Miroslaw Kupidura

specj. ginekolog - położnik

Poradnie specjalistyczne:



- Ginekologiczna
- Psychiatryczna

**Świadczymy usługi
medyczne bezpłatne
w oparciu o umowę
z NFZ**

POSIADAMY CERTYFIKAT ISO 9001 - 2008

ADAM KRAJEWSKI

specjalista dermatolog
specjalista alergolog

przyjmuje

pon. wt. czw. 14-17

Radom, ul. Żeromskiego 92, lok. 1A

tel. 48 362 12 25

PRZYCHODNIE PRZYCHODNIE PRZYCHODNIE
ZDROWIE ZDROWIE ZDROWIE
ALERGOLOGIA ALERGOLOGIA ALERGOLOGIA
www.zdrowko.com

Międzynarodowy Dzień Białej Łaski – strać wzrok na godzinę

Co roku, 15 października obchodzony jest Międzynarodowy Dzień Białej Łaski – święto osób niewidomych i niedowidzących. Celem akcji jest kształtowanie postaw ludzi opartych na otwartości, empatii i tolerancji wobec osób niewidomych. Osoby z wadami wzroku, właśnie w tym dniu podkreślają swoją rolę w społeczeństwie. W warszawskiej restauracji Different, gdzie kelnerami są niewidome osoby, a jedzenie serwowane jest w całkowitej ciemności, można poczuć, co to znaczy nie mieć wzroku – nie tylko w ten ważny dzień. Międzynarodowy Dzień Białej Łaski to święto, które pozwala na integrację osób niewidomych i słabowidzących z osobami pełnosprawnymi. W restauracji Different ludzie niepełnosprawni są doceniani i szanowani każdego dnia. Odwiedziny w restauracji Different

pozwalają uzmysłowić sobie potrzeby osób dotkniętych brakiem wzroku, którzy chcą uczestniczyć w codziennym życiu w pełni swych talentów i na miarę pragnień i to bez koniecznego zdawania się na cudzą wrażliwość i współczucie.

Symbol białej łaski

Biała łaska to międzynarodowy symbol osób niewidomych i niedowidzących. Dzięki niej miliony osób z dysfunkcją wzroku mogą normalnie funkcjonować i wykonywać podstawowe czynności życia codziennego, m.in. chodzić na spacer, robić zakupy czy podróżować komunikacją miejską. Istotą obchodów Międzynarodowego Dnia Białej Łaski jest przede wszystkim przedstawienie opinii publicznej, środowisk masowego przekazu i władzom codziennej problematyki osób niewidomych i niedowidzących.

Niespotykane miejsce na mapie Warszawy

W restauracji Different osoby niewidome jako pracownicy odnajdują się doskonale. W tajemniczej i niezwyklej atmosferze niepełnosprawni obsługują gości, serwując im znakomite dania. Sama misja tego miejsca wzrusza. Międzynarodowy Dzień Białej Łaski, jak i restauracja Different ma na celu podniesienie znaczenia problemów z jakimi zmagają się niewidomi i niedowidzący w codziennym życiu oraz uzmysłowienie nam widzącym, że takie osoby, mimo swojej niepełnosprawności, są w stanie żyć normalnie.

– Nasi pracownicy to skarb, a my z każdym tygodniem zyskujemy nowe, bezcenne doświadczenia. Największym wsparciem są nasi goście i stali bywalcy. To ich obecność daje nam siłę – podkreśla Anna Bocheńska, manager restauracji.

Restauracja jest prowadzona przez działającą od 2005 roku Fundację Pomocy Rodzinie „Człowiek w Potrzebie”. Całość zysków z restauracji jest przeznaczana na działalność statutową fundacji, a więc przyjdzie do restauracji jest nie tylko przyjemne, ale i pożyteczne. Więcej na temat misji pro-

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

**GABINET
NEUROLOGICZNY**

Radom, ul. KellesKrauza 32
poniedziałek 16-17

Marina Chojnacka
neurolog

604 994 824

tel. pryw. 48 384 89 04

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

NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ

NEUROPULS
Radom ul. Krakowska 5/7 lok. 7
tel.: 48 331 19 58

PORADNIE

- NEUROLOGICZNA
- padaczki - zaburzeń pamięci
- PSYCHIATRYCZNA
- PSYCHOLOG

DOPPLER COLOR
tętnic szyjnych i kręgowych
ECHO SERCA

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

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



GABINET NEUROLOGICZNY
Jakub Szymon Miśta
specjalista neurolog

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

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

**JAROSŁAW
KOSOWSKI**

specj. NEUROLOG

Radom,
ul. Focha 12/7

rejestracja:

tel. **608460030**

przyjmuje
w poniedziałki i środy od godz. 16

**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

jektu można przeczytać na stronie głównej restauracji <https://restauracjadifferent.pl/> w dziale „Daj się zaskoczyć”.

Sąsiedzki tandem

Rezerwując stolik w restauracji, warto również pomyśleć o wykupieniu biletu na Niewidzialną Wystawę, która sąsiaduje z restauracją Different. Niewidzialna Wystawa to wyjątkowa interaktywna podróż w niewidzialny świat, podczas której możemy wypróbować, jak radzić sobie w codziennych sytuacjach bez pomocy wzroku – wyłącznie za pomocą zmysłu słuchu, dotyku, węchu. Na wystawie Przewodnicy – osoby niewidome lub niedowidzące – poprowadzą nas w podróż, która zmieni niejedno życie.

Niewidzialna Wystawa ma na celu zbliżenie do siebie perspektywy doświadczania jednego świata – osób widzących i niewidomych. Pod opieką niewidomych Przewodników można zwiedzić specjalnie wyposażone i całkiem wyciemnione pomieszczenia. Doświadczamy, jak poruszać się w miejskim zgłętku, jak zaptacić za kawę w barze, jak poruszać się po mieszkaniu w całkowitych ciemnościach.

Wystawa od ponad 7 lat cieszy się bardzo dużym zainteresowaniem zarówno warszawiaków, jak i turystów.

15 października to ważna data w kalendarzu dla niewidomych, niedowidzących, ale i wszystkich osób wspierają-

**GABINET
PSYCHOLOGICZNY**

mgr **Tomasz Matracki**

ul. PCK 3/27
Radom
tel.: 535 086 704
www.tomasz-matracki.com

SPECJALISTYCZNY GABINET PSYCHIATRYCZNY

Leczenie zaburzeń nerwicowych, depresji i psychoz.

Agata Nowakowska **Robert Nowakowski**
lek. specjalista psychiatra *lek. specjalista psychiatra*

tel: **506 472 466** 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

cych. Pamiętajmy jednak, że tak naprawdę nie tylko tego dnia powinniśmy troszczyć się o osoby niepełnosprawne i zwracać na nie szczególną uwagę. W takich miejscach, jakimi są restauracja Different i Niewidzialna Wystawa jesteśmy w stanie zbliżyć się do siebie nawzajem każdego dnia.

Źródło: poradnikzdrowie.pl

NZOZ 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)



**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

CENTRUM FLEBOLOGII I LASEROTERAPII

Angiomedicus

Zbigniew Kupis

specjalista chirurgii ogólnej naczyniowej i angiologii

zaprasza na

NIEODPŁATNE KONSULTACJE

w zakresie chorób żył i żylaków

dn. 18.11.2018.

Radom, ul. Główna 11 lok. 16 I p.

Informacje i zapisy:

tel 48 380 10 50: kom 722 341247

www.angiomedicus.pl

ZBIGNIEW KUPIS

Angiomedicus

www.angiomedicus.pl

GABINET CHIRURGII NACZYNIOWEJ

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

Zbigniew Kupis

specjalista chirurgii ogólnej naczyniowej i angiologii

NOWOŚĆ w CHIRURGII NACZYNIOWEJ

Usuwanie żylaków metodą pary wodnej SVS

Kolejne zabiegi dn. 29.11.2018

Operacje przeprowadzać będzie twórca i wynalazca metody SVS

Prof RENE MILLERET (FRANCJA)

autorytet w dziedzinie chirurgii naczyniowej.

informacje, zapisy tel.: 722 341 247

Zapisy i rejestracja pon. - pt. kom. 722 341 247, tel. 48 380 10 50

Paraliż senny: objawy, przyczyny i leczenie

Paraliż senny to zaburzenie snu polegające na porażeniu mięśni przy jednoczesnym zachowaniu świadomości, które pojawia się podczas zasypiania lub przy przechodzeniu ze snu do stanu czuwania. Na czym polega paraliż senny i jakie są metody leczenia problemów ze snem?

Paraliż senny: objawy

Paraliż senny (paraliż przysenny, porażenie przysenne) jest zaliczany do parasomnii, czyli zaburzeń snu. Głównym objawem tego stanu jest kompletny lub częściowy bezwład ciała, przemijający paraliż ramion, nóg i górnej części tułowia. Niekiedy pojawia się silne i nieza-

sadnione uczucie niepokoju, strach, przeżenie lub poczucie utraty kontroli nad rzeczywistością. Rzadko występują halucynacje wizualne lub dźwiękowe, które przez osobę dotkniętą tą dolegliwością są opisywane jako odwiedzin obcych istot lub złych mocy.

Osoba cierpiąca na paraliż senny często gwałtownie wybudza się ze strachem, ponieważ jest przekonana, że ktoś lub coś uciska jej klatkę piersiową i uniemożliwia złapanie oddechu. Mimo starań osoba taka nie może się poruszyć, otworzyć oczu ani wydać żadnego dźwięku. Na szczęście stan ten w dość krótkim czasie sam ustępuje. Paraliż senny nie jest więc groźny dla zdrowia.

Paraliż senny: przyczyny

Uczeni zajmujący się tym zagadnieniem twierdzą, że samoistny paraliż przysenny jest częstym zaburzeniem snu, które dotyka od 5 do nawet 60 proc. populacji.

Przyczyny paraliżu przysennego nie są jeszcze do końca określone. Przypuszczalnie może go powodować nieprzestrzeganie higieny snu, jego niedostatek lub nieregularność albo stosunkowo częste zmiany strefy czasowej. Innym powodem może być silny stres, napięcie emocjonalne, ale także uzależnienie od alkoholu, leków czy substancji psychoaktywnych.

Wskazuje się również na przyczyny w zaburzeniach immunologicznych oraz w hamującym działaniu neuroprzekazników GABA i glicyny, uwalnianych z neuronów REM-on.

Czasem towarzyszy innej chorobie z grupy parasomnii – narkolepsji, którą leczy się, łącząc farmakologię z odpowiednim reżimem w trybie życia. Wcześniej konieczna jest jednak konsultacja w poradni zaburzeń snu.

Czym jest paraliż senny?

Paraliż senny jest naturalnym zjawiskiem w naszym organizmie. Występuje zawsze, gdy nasz sen wejdzie w fazę REM, ponieważ wtedy śnimy najintensywniej. Dzięki paraliżowi sennemu w ciągu nocy nie ruszamy w pogon za ściganym we śnie mordercą czy nie tańczymy na wyśnionym balu. Jest to całkiem naturalne, a zanim zdążymy się obudzić, paraliż minie. Zdarza się jednak, że w pewnym momencie, w fazie REM, nasz umysł się wybudza,

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

**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

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

Sawoy Medicus

Radom, ul. Główna 11 lok. 14, p.1

Rejestracja od poniedziałku do piątku

tel. 601 779 699; 607 146 249

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

lek. med. Jacek Sobaszek

specjalista chirurgii ogólnej, specjalista gastroenterologii

F/0105

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

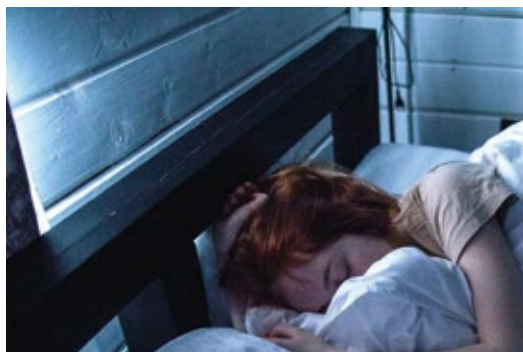
piątki:
ENDOMED
ul. Kilińskiego 6, 26-600 Radom,
tel. 48 340 02 35 do 36, kom. 606 169 634

- Konsultacje chirurgiczne, proktologiczne
z zabiegami proktologicznymi

a ciało za nim nie nadąża i pozostaje spalizowane. Nie możemy się ruszyć, oddychamy szybko i płytko. To przeżycie budzi niemało niepokoju, mija jednak po kilku, kilkunastu sekundach.

Paraliż senny: badania

Ważne jest i to, by przeprowadzić badanie EEG i konsultację neurologiczną, aby mieć pewność, że to nie są napady padaczki. Paraliż senny bywa mylony z bezdechem sennym, dolegliwością, która w skrajnej sytuacji może zagrażać życiu, ponieważ łączy się z ustaniem wentylacji płuc i zmniejszeniem wysycenia krwi tlenem.



Paraliż senny: leczenie

Jedyną funkcją organizmu, nad którą może panować osoba cierpiąca na paraliż przysenny, jest oddychanie. W tym też kryje się ratunek dla tych osób. Ważne jest, aby podczas stanu lęku panować nad własnym oddechem. Sprawdza się wykonywanie kilku głębokich wdechów i wydechów. Ponieważ stan porażenia

trwa zazwyczaj krótko i nie zagraża życiu, regularne oddychanie pomaga uniknąć stanu paniki oraz odzyskać kontrolę nad własnym ciałem.

Paraliż senny jest uważany za stan dysocjacyjny, czyli taki, w którym dochodzi do rozłączenia funkcji pamięci, świadomości, percepcji i tożsamości.

Warto również spróbować poruszyć palcami nóg i rąk – choć w trakcie paraliżu sennego to się nie uda, ciało wysśle mózgowi sygnał, że też już się obudziło, co może przyspieszyć zakończenie paraliżu. Podobnie uczynić z mięśniami twarzy,

spróbuj się uśmiechnąć, podnieść brwi ku górze. Staraj się nie panikować, pomyśl o czymś przyjemnym.

O skierowanie na badania do neurologa, najlepiej do poradni leczenia zaburzeń snu, należy poprosić swojego lekarza. W bardzo rzadkich przypadkach lekarz może zalecić leczenie farmakologiczne

Źródło: poradnikzdrowie.pl

RADOSŁAW MOLGA

specjalista urolog

Centrum Medyczne
ChŁODNAMED

Radom

ul. Chłodna 26

zapisy telefonicznie

502 166 165

48 331 06 46

U/0406



Pracownia Doboru
Aparatów Słuchowych
NS ZOZ "Olsztyńska"

Radom ul. Olsztyńska 33a

tel.: 48 3442078, 48 3440329, 666 128195

Zapraszamy od poniedziałku do piątku
w godzinach 9-16

- bezpłatne badanie słuchu
- wkładki uszne
- akcesoria

REFUNDACJA z NFZ

ZAPRASZAMY

tel.: 48 3442078, 48 3440329

M/0382

GABINET LARYNGOLOGICZNY

MAŁGORZATA
MIKULSKA

lekarz laryngolog specjalista foniatra

Przyjmuje: Wtorek 17.00 - 19.00

Radom, ul. Główna 12

rejestracja codziennie

tel. 48 331 20 19

tel. dom. 660 426 797

M/0306



SPECJALISTYCZNA PRAKTYKA LEKARSKA



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

dr n. med. Danuta Kucharska

specjalista otolaryngolog

tel. prywatny: 604 226 118

DIAGNOSTYKA I LECZENIE AMBULATORYJNE

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

DIAGNOSTYKA I LECZENIE

zaburzeń słuchu u dzieci i dorosłych

zaburzeń głosu i mowy u dzieci i dorosłych

ENDOSKOPOWA OCENA MIGDAŁKA GARDŁOWEGO

przy pomocy endoskopu giętkiego

DIAGNOSTYKA I LECZENIE ZAWROTÓW GŁOWY

VNG

M/0130

ZABIEGI OPERACYJNE:

- usunięcie migdałka gardłowego/adenotomia/
- zmniejszenie migdałków podniebiennych/tonsillotomia/
- usunięcie migdałków podniebiennych/tonsillectomia/
- leczenie blokady nosa/konchoplastyka RF/
- korekta przegrody nosa/septoplastyka/
- usunięcie zmian przerostowych krtani/mikrochirurgia krtani/
- leczenie chrapania - UP3 sphincter pharyngoplastyka
- leczenie laserowe i chirurgiczne zmian skórnych (brodawki wirusowe, znamiona barwnikowe, stany przednowotworowe, nowotwory łagodne i złośliwe)

zabiegi komercyjne w nowoczesnym i klimatyzowanym
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 Polsce



Tysiące 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

UROLOGIA
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

LARYNGOLOGIA
www.zdrowko.com

Bogactwo natury – dzika róża

Nie sposób przecenić walorów zdrowotnych dzikiej róży, jej aromatu, smaku i urody. Dlatego dzika róża jest wysoko ceniona przez zielarzy i farmaceutów, a także smakoszy i przemysł kosmetyczny. Poznaj niezwykle właściwości płatków i owoców dzikiej róży. Wypróbuj przepisy na przetwory z róży.

Dzika róża to bardzo popularna roślina – wcale nie jest trudno samemu zbierać owoce i płatki dzikiej róży. Krzewy różane są ozdobą miejskich skwerów, parków i przydomowych ogrodów. Potrzebują dużo słońca, ale poza tym mają skromne wymagania, dlatego rosną też przy drogach, na obrzeżach lasów, nieużytkach.

Dzika róża: właściwości i wartość odżywcza

Spośród ok. 1400 gatunków róż, w Polsce dziko rosną 23. Odmiany dzikiej róży różnią się m.in. barwą kwiatów (od białego różu po amarant) oraz kolorem

i kształtem owoców (purpurowoczerwone albo koralowe, kuliste lub owalne wydłużone).

To właśnie one – kwiaty i owoce dzikiej róży, ze względu na bogactwo zawartych w nich substancji, stanowią surowiec zielarski.

Owoce dzikiej róży są rekordowo zasobne w witaminę C – mają jej 30–40 razy więcej niż cytrusy. Jest w nich też dużo innych witamin – A, B1, B2, E, K, a ponadto



kwasu foliowego, karotenoidów, flawonoidów, kwasów organicznych, garbników, pektyn.

Stosuje się je w nadciśnieniu, chorobach serca, wątroby i jako lek witaminowy. Działają wzmacniająco i przeciwpalnie, pomagają w nieżytach przewodu pokarmowego, chronią przed szkorbutem.

Natomiast kwiaty – dzięki dużej ilości flawonoidów, antocyjanów, garbników i olejku eterycznego – stosuje się głównie przy niestrawności, bólach gardła i dolegliwościach skórnych. Naparem z różanych płatków można przemywać twarz, żeby odświeżyć cerę.

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
dzieci i młodzieży

Bezpłatne profilaktyczne lakierowanie zębów stałych u dzieci i młodzieży

Czynne: pn - pt w godz. 9 - 18

DYŻUR
sobota 10 - 13

RTG zębów



lek.stom. Elżbieta Kaczowska

lek.stom. Renata Leszczyńska

lek.stom. Ewa Miernicka-Kołtunowicz

lek.stom. Alicja Sulima-Dolina

J/0402

Dzika róża – domowy zielarz

Płatki róży należy zbierać na początku kwitnienia podczas suchej pogody i od razu rozkładać do suszenia w cieniu i przewiewie. Owoce zrywa się, gdy są w pełni dojrzałe, ale twarde – od sierpnia do października.

Ważne

Polskie wysokowitaminowe soki z owoców róży jako jedyne w Europie mają deklarowaną zawartość witaminy C – 450 mg witaminy C w 100 ml soku.

Po prawie 20 latach starań polskim naukowcom udało się wyhodować odmianę róży, której owoce zawierają aż 3500 mg witaminy C w 100 g soku, tj. 4 razy więcej niż w owocach zwykłej dzikiej róży i 100 razy więcej niż w cytrusach.

Przejrzałe lub zbierane po przymrozach mają mniej witaminy C. Owoce można suszyć w całości albo wcześniej je wydrążyć.

Dzika róża – z aptecznej półki

Owoce dzikiej róży są ważnym składnikiem wielu leczniczych mieszanek ziołowych, m.in. nasecowej (Cardiosan), witaminowo-wzmacniającej (Visaflos), o działaniu wykrztuśnym i napotnym (Tus-siflos). Wchodzą także w skład preparatów zalecanych w niedomaganiach wątroby (Cholesol) czy zaburzeniach krążeniowych (Neocardina).

Natomiast przemysł kosmetyczny wykorzystuje głównie kwiaty róży. Olejek uzyskiwany ze świeżych płatków jest składnikiem perfum, dodaje się go do mydeł i kremów. A pozostała po procesie destylacji woda różana to doskonały tonik wygładzający skórę.

Dzika róża – z zielarskiej kuchni

Tarte płatki różane

Suche płatki róży ucieraj drewnianą łyżką z cukrem – na garść płatków łyżka cukru. Na koniec dodaj sok z cytryny. Przechowuj w lodówce. Jedz 3 razy dziennie po łyżeczkę jako środek zmniejszający nad-

AURUM DENT

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

kwaśność żołądka i działający uspokajająco. Utartą różę możesz wykorzystać także do deserów (np. pączków).

Nalewka z owoców

500 g owoców róży zasymp szklanką cukru i wlej 3/4 litra czystej wódki. Odstaw w ciepłe miejsce na tydzień, co jakiś czas wstrząśnij. Przecedź przez gazę i w ciemnej butelce przechowuj w lodówce.

Pij 2 razy dziennie po małym kieliszku nalewki jako środek wzmacniający apetyt, poprawiający przemianę materii i trawienie.

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



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

Radom, ul. Bernardyńska 3A,

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

Co jeść w pracy na DRUGIE ŚNIADANIE

Przynosisz do pracy drugie śniadanie z domu? Nie? To źle. Przez wiele godzin nie możesz być z pustym żołądkiem! Zamiast jeść byle co, weź ze sobą zdrową przekąskę – kanapkę, krojone warzywa lub owoce polane naturalnym jogurtem.

Ten niewielki posiłek ma nam dostarczyć 5–10 proc. całodziennego zapotrzebowania kalorycznego. Jego głównym zadaniem jest zaopatrzenie organizmu w energię w przerwie pomiędzy pierwszym śniadaniem a obiadem.

Co jeść na drugie śniadanie?

W składzie drugiego śniadania powinny znaleźć się produkty zawierające węglowodany (cukry). Pełnoziarniste płatki zbożowe i pieczywo dostarczają węglowodanów złożonych, z których glukoza jest uwalniana wolniej, w mniejszych ilościach, przez dłuższy czas. Wartościowym źródłem cukrów prostych są natomiast świeże i suszone owoce. Jako słodki, a jednocześnie wyjątkowo odżywczy

czy dodatek do drugiego śniadania można wykorzystać miód.

Produkty węglowodanowe podawane do drugiego śniadania warto łączyć z produktami białkowymi takimi jak przetwory mleczne, sojowe, jaja, wędliny i ryby. Taki posiłek dostarczy składników budulcowych. Dobrze, aby w drugim śniadaniu znalazły się produkty bogate w składniki regulujące i ochronne, a więc orzechy, pestki, nasiona. Wzbogacają one dietę w witaminy z grupy B, witaminę E, potas, żelazo, wapń i magnez. Są również źródłem niezbędnych wielonienasyconych kwasów tłuszczowych i przeciwutleniaczy. Przygotowując posiłek, można sięgnąć po kielki i zarodki pszenne. Cennym dodatkiem są warzywa. Warto wykorzystać je,



przygotowując kanapki, pasty twarogowe albo podać je w formie świeżych soków. Coraz szersza sklepowa oferta surowych przekąsek warzywnych sprawia, że mogą z nich skorzystać również osoby, którym brakuje czasu na przygotowanie drugiego śniadania w domu.

6 prostych pomysłów na drugie śniadanie

- jogurt naturalny, batonik musli z orzechami, jabłko;
- twarożek ziarnisty z miodem, pestkami słonecznika i zarodkami pszennymi, owoce sezonowe;
- kanapka z pastą jajeczno-twarogową i kielkami, sok marchewkowy lub dwie świeże marchewki;
- krojone warzywa z jogurtem, wafle ryżowe lub pełnoziarniste pieczywo chrupkie;
- kromka pieczywa pełnoziarnistego z masłem orzechowym i miodem, banan;
- krojone owoce polane jogurtem z dodatkiem otrębów, miodu i orzechów.

Źródło: poradnikzdrowie.pl

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

O/0403

**Hanna Małecka**

specjalista chorób oczu

PRZYJMUJE :

Radom ul Mireckiego 10 - NEL-MED

II piętro gab. 11

w pon. i śr. od godz. 16.00, rejestracja tel. 604 529 306

Białobrzegi, ul. 11 listopada 33

(wejście od ul. Rzemieślniczej)

wtorki w godz. 16.00 - 18.00

O/0053

**OPTYK OKO**
ZAKŁAD
OPTYCZNY

Dorota Młuszczak
opt. dyplomowany
refrakcjista
sklodocia_wm@wp.pl

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

czynny: codziennie 9.00 - 17.30, soboty 10.00-18.00

O/0467

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



O/0658

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

O/0303

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 w telefon:
606 689 450



• ciśnieniomierze • artykuły przeciwośluzynowe • 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

Nieleczenie polimialgii prowadzi do kalectwa

Rozmowa z prof. Witoldem Tłustochowiczem, kierownikiem Kliniki Chorób

Wewnętrznych i Reumatologii w Wojskowym Instytucie Medycznym.

Prof. Witold Tłustochowicz: Nie jest trudno zdiagnozować polimialgię, ale podstawowa sprawa dotyczy tego, aby lekarze wiedzieli, że taka choroba w ogóle istnieje.

Niektórzy mówią, że polimialgia to po prostu starość...

Nie, to nieporozumienie. Rzeczywiście polimialgia występuje po 50. roku życia, ale nie każda osoba w tym wieku ma polimialgię. Starość łączyłbym raczej z chorobą zwyrodnieniową. Polimialgia jest chorobą zapalną, która się pojawia u osób starszych.

Czy trudno diagnozuje się polimialgię?

Nie, nie jest to trudne, ale najważniejsze jest, by uświadomić sobie, że taka choroba w ogóle istnieje, ponieważ na temat polimialgii rzadko można się czegoś dowiedzieć, studiując medycynę na uniwersytecie. Jeśli więc chory trafia do gabinetu lekarza POZ, próbuje się go diagnozować w kierunku różnych chorób, ale nie polimialgii. Jeśli pacjent zostanie skierowany do reumatologa, diagnozę można postawić bardzo szybko.

Jakie są kryteria rozpoznania tej choroby?

Podstawowa sprawa to skierowanie pacjenta, który przekroczył 50. rok życia i skarży się na bóle barków, często też bóle bioder, tzw. sztywność poranną stawów trwającą dłużej niż 45 min, niekiedy gorączkę, na podstawowe badanie jakim jest określenie szybkości OB i stężenia CRP. Podwyższone wyniki świadczą, że mamy do czynienia z polimialgią i takiego pacjenta należy skierować do reumatologa, który właściwie i bez istotnego problemu potwierdzi diagnozę i wdroży leczenie.

Dlaczego polimialgia dotyka pacjentów po 50. roku życia?

Trudno jest na to pytanie jednoznacznie odpowiedzieć. Z pewnością wynika to ze zmian w układzie odporności. Do rozwoju tej choroby mogą przyczyniać się czynniki środowiskowe związane z zanieczyszczeniami.

A jaka jest rola genów w występowaniu polimialgii?

Nic na ten temat nie wiadomo. Brak jest uzasadnienia do typowania genetycznego w chorobach reumatycznych (poza podejrzeniem spondyloartropatii, gdzie istotna jest obecność antygenu HLA-B27), mimo że są to choroby o podłożu autoimmunologicznym, a więc podłoże genetyczne odgrywa w nich istotną rolę (szacowaną na około 30% predyspozycji). Najprostsze badanie genetyczne to zapytanie chorego o to, czy ktoś w rodzinie choruje. W przypadku spondyloartropatii pytanie takie znajduje się w kryteriach rozpoznania. W zapaleniach stawów obwodowych typowanie genetyczne nie jest zalecane.

Jaka jest rola obrazowania w diagnozowaniu polimialgii?

Badania obrazowe mają sens w diagnozowaniu polimialgii, ale pod warunkiem, że zleca je reumatolog, który wie, czego szuka. Jeśli lekarz reumatolog ma wątpliwości w postawieniu diagnozy, może wspomóc się badaniem ultrasonograficznym, które znacznie poprawia swoistość postawionego rozpoznania. Nie jest natomiast zalecane wykonanie rezonansu magnetycznego, który bardzo często prowadzi na diagnostyczne manowce, a przy tym jest drogi i trudno dostępny.

W jaki sposób leczy się polimialgię?

W leczeniu polimialgii stosujemy kortykosteroidy. Rekomendowana dawka wynosi 12,5–25 mg na dobę encortonu i jest zależna od stanu chorego i chorób współistniejących. Leczenie to przynosi bardzo szybko pozytywny efekt (już po 24 godzinach). Należy jednak pamiętać, że sterydy nie są obojętne dla organizmu człowieka i na dodatek podajemy je osobie w starszym wieku. Jeśli więc lekarz przeanalizuje wszystkie za i przeciw u danego pacjenta i dojdzie do wniosku, że nie można u niego przewlekłe stosować sterydów, wówczas włącza metotreksat w optymalnych dawkach jako leczenie przyspieszające ich

odstawienie. Trzeba też pamiętać o profilaktyce powikłań posterydowych.

Jak długo trwa takie leczenie?

Od roku do trzech lat i po tym okresie choroba powinna ustąpić.

Jakie powikłania mogą wystąpić w przypadku nie leczenia polimialgii?

Przede wszystkim chory cierpi, może dojść u niego do uszkodzenia (zamrożenia) stawów barkowych i biodrowych i zupełnej niesprawności. Często też polimialgia zwiastuje występowanie innych chorób, najczęściej zapalenia tętnic i dlatego nie-zdiagnozowana i nieleczona może prowadzić do poważnych komplikacji. Nieleczona powoduje kalectwo chorego.

Czy polimialgię można zapobiec?

Nie. Ponieważ nie znamy przyczyn jej powstania, nie możemy jej również zapobiec.

Rozmawiała Alicja Kostecka

M. JANIK - PODGÓRSKA
ORTO-LIVE

prof. dr hab. n. med.

Witold Tłustochowicz
Specjalista chorób wewnętrznych
REUMATOLOG

Od października przyjmuje w ORTO-LIVE

Wybitny specjalista w dziedzinie reumatologii i leczenia osteoporozy

Diagnoza i leczenie chorób reumatycznych w pełnym zakresie.

Leczenie powikłań płucnych i kardiologicznych u chorych na przewlekłe zapalenie stawów.

Leczenia włóknienia pozaotrzewnowego.

Diagnostyka i leczenie tocznia rumieniowatego układuowego

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

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

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

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

Mój Lekarz Radom.pl
PORADNIA SPECJALISTYCZNA



**ul. Skrajna 113
Radom
oś. Halinów**

WIZYTY PO UZGODNIENIU TELEFONICZNYM
694 880 044

www.mojlekarzradom.pl

NASZ ZESPÓŁ

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

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 naczyń – 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** – Międzyzłeski 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** – Lekarz 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 Chochot** – 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

ZGŁOSZENIA TELEFONICZNE
codziennie w godz 8-20



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

P/0430

Jesteś opiekunem dorosłej osoby niepełnosprawnej?



Pobierasz lub pobierałeś w ciągu ostatnich 3 lat
zasiłek 520 zł. na miesiąc?

Zgłoś się po rekompensatę, wyrównanie 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/0262

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

Jadąc na wycieczkę w Bieszczady, warto zajrzeć do Starej Wsi koło Brzozowa (godzina drogi od Rzeszowa), do późnobarokowego sanktuarium maryjnego, w którym posługują jezuiti z Prowincji Polski Południowej. Po kasacie zakonu jezuiti przetrwali na Białorusi, gdyż tam nie został ogłoszony papieski dekret kasacyjny, na złość papieżowi. Jednak po latach – gdy Towarzystwo Jezusowe doczekało się reaktywacji w Rzymie – wygnano ich z Białorusi i osiedlili się właśnie w Starej Wsi na Pogórzu Środkowobeskidzkim w Małopolsce. Tu od ponad 200 lat jezuiti pracują w przepięknym kościele wybudowanym przez paulinów w latach 1730–1760, wraz z kolegiem znajdującym się obok.



W świątyni znajdziemy cudowny obraz przedstawiający Zaśnięcie i Wniebowzięcie Matki Boskiej namalowany w pierwszej ćwierci XVI w. na deskach lipowych i jodłowych (205 x 141 cm) techniką temperową. Należy on do dzieł malarskich z przełomu stylów: późnogotyckiego i wczesnorenansansowego szkoły małopolskiej. Przedstawia dwie sceny: Zaśnięcia Najświętszej Maryi Panny (w dolnej części obrazu) oraz przyjęcia Maryi w niebie przez Chrystusa (górna część). 8 września 1877 roku nuncjusz papieski ukoronował go uroczystie a dekretem papieża Piusa XI z 7 sierpnia 1927 r. starowiejskie sanktuarium otrzymało godność „bazyliki mniejszej”.

Dziś możemy oglądać kopię obrazu, gdyż oryginał – cudowny znak kultu Maryjnego i pomnik kultury polskiej z przełomu XV i XVI wieku – spłonął w „tajemniczych okolicznościach” w 1968 roku. IPN 11 sierpnia 2006 r. oficjalnie potwierdził spalenie obrazów przez UB i zakwalifikował to wydarzenie jako zbrodnię komunistyczną. Sprawca podpalenia pozostał nieznanym. 10 września 1972 r. kopię obrazu Matki Boskiej Starowiejskiej ukoronował powtórnie prymas Polski, kardynał Stefan Wyszyński. Każdego roku w dniu 15 sierpnia tysiące pielgrzymów przybywa do stóp Maryi, by oddać jej cześć.

Do starowiejskiego sanktuarium pielgrzymowali także: prymas Polski, kardynał August Hlond, kardynał Adam Sapieha, prymas Polski, kardynał Józef Glemp, kardynał Franciszek Macharski, kardynał Adam Kozłowiecki SI, arcybiskupi: Eugeniusz Baziak, Jerzy Ablewicz, Bronisław Dąbrowski i wielu innych. 29 maja 1938 r. 2. Pułk Strzelców Podhalańskich z Sanoka złożył przed cudownym wizerunkiem uroczyste ślubowanie oraz dziękczynne wotum w postaci złotego ryngrafu. Wśród wielu pielgrzymek zbiorowych tradycyjnie już wędrują do Starej Wsi wierni z Humennego na Słowacji oraz mieszkańcy podbeszowskiego Tyczyna – ci ostatni na odpust 8 września 2018 r. przybyli po raz 291. Stara Wieś była ostatnim miejscem, gdzie z wizytą duszpasterską przyjechał kardynał Karol Wojtyła. Było to we wrześniu 1978 r., w setną rocznicę koronacji cudownego obrazu Matki Boskiej Starowiejskiej. Kilkanaście dni później pojechał prosto na konklawe do Watykanu. Z Kolegium Starowiejskim związanych jest wiele postaci, znanych z wyjątkowej osobowości, świętości czy pracy duszpasterskiej. Są wśród nich o. Karol Antoniewicz SI, bł. Jan Beyzym SI, o. Wojciech Maria Baudiss SI, kardynał Jan Chrzyciel Franzelin SI, o. Władysław Gurgacz SI, kardynał Adam Kozłowiecki SI, arcybiskup Ignacy Raczyński SI.

Po złożeniu hołdu Pani Starowiejskiej koniecznie zobaczmy muzeum, które zawiera naprawdę niezwykle skarby, oraz wyjątkowe miejsce – dumę jezuitów – Ogród Biblijny.

JT JT

www.radom.jezuici.pl

Objawy oraz skutki niedoboru i nadmiaru witaminy D

Witamina D w odpowiednim stężeniu sprawia, że kości są mocne, a zęby zdrowe. Właściwy poziom tej witaminy to również sprawne funkcjonujący układ krążenia, szczupła sylwetka, a także mniejsze ryzyko rozwoju raka. W związku z tym zarówno nadmiar, jak i niedobór witaminy D w organizmie może zaszkodzić. Sprawdź, jakie są objawy nadmiaru i niedoboru witaminy D.

Witamina D pełni bardzo wiele ważnych funkcji w organizmie. Aby mogła je pełnić prawidłowo, musi być dostarczana do organizmu w odpowiednich dawkach.

Zarówno nadmiar, jak i niedobór witaminy D w organizmie może zaszkodzić. Do przedawkowania witaminy D zwykle dochodzi w wyniku przyjęcia w nadmiarze (dawki cztery razy większej niż zalecana) preparatów witaminowo-mineralnych.

Z kolei niedobór zwykle jest powodowany niewystarczającą ekspozycją na słońce. By powstała właściwa ilość witaminy D, wystarczy 20-minutowy spacer po słońcu. Jednak wiosną i latem zwykle używa się kremów z wysokim filtrem, chroniąc się przed poparzeniem. Z kolei jesienią i zimą z oczywistych powodów proces produkcji witaminy D w skórze jest niewystarczający, stąd jej niedobory.

do zaburzenia pracy serca i ośrodkowego układu nerwowego. Ponadto zwiększa się zapadalność na kamicę pęcherzyka żółciowego oraz nerek. Przedawkowanie witaminy D jest również niebezpieczne dla płodu, gdyż może powodować jego deformacje, a także choroby kości u noworodka.

Witamina D – objawy niedoboru

- bóle kostno-mięśniowe
- choroby przyzębia
- utrata apetytu
- biegunka
- bezsenność
- zaburzenia widzenia
- niesmak i pieczenie w jamie ustnej i gardle

U niemowląt pojawia się nadmierne płaska główka z tyłu (na skutek rozmiękania kości czaszki), a na czole mogą pojawić się wypukłe guzy czołowe. Opóźnia się także proces zrastania ciemniaczka. Z kolei na skutek krzywicy żeber i słabości mięśni brzucha dziecko może mieć tzw. „żabi” brzuszek (gdy leży, brzuszek rozlewa się na boki).

Witamina D – skutki niedoboru

Niedostateczna ilość tej witaminy przyczynia się do rozwoju krzywicy u małych dzieci, a u dorosłych do osteoporozy i tzw. osteomalacji, która jest właściwie tym samym co krzywica – rozmiękaniem kości. Poza tym słabnie siła mięśni, w związku z tym mogą się pojawiać problemy z chodzeniem, a prawie zawsze występują bolesne kurcze.

Ponadto niedobór witaminy D zwiększa ryzyko rozwoju otyłości, chorób układu krążenia (szczególnie nadciśnienia tętniczego), cukrzycy, chorób zapalnych, autoimmunologicznych (np. stwardnienie rozsiane, reumatoidalne zapalenie stawów, toczeń) oraz nowotworów (piersi, prostaty, jelita grubego). Niedobór witaminy D może także przyspieszyć proces starzenia.

Z kolei niedobór witaminy D w czasie życia płodowego może doprowadzić do zaburzenia rozwoju mózgu dziecka i być przyczyną trwałego uszkodzenia funkcji mózgowych, przez co zwiększa ryzyko wystąpienia schizofrenii czy autyzmu.

Źródło: poradnikzdrowie.pl

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

ZAKRES DZIAŁALNOŚCI:

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

BEZPŁATNE
BADANIE SŁUCHU
KONSULTACJE
LARYNGOLOGICZNE

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

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

PRZYJMUJĄ SPECJALIŚCI:

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

Nowo otwarta PORADNIA OTOLARYNGOLOGICZNA

Małgorzata Mikulska **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

Anna Kobrzycka
pedagog - terapeuta

**Gabinet terapii
dla dzieci, młodzieży
i dorosłych**

wizyty umawiane telefonicznie
604 274 838

V/0171

**Gabinet Ortopedyczny
Os-Med s.c.**
MARCIN BOLEK
specjalista ortopedii
i traumatologii narządu ruchu

**PRELUKSACJA
MEDYCYNA SPORTOWA**

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

AG/0615

GABINET ORTOPEDYCZNO- -REHABILITACYJNY

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

lek.med.
JANUSZ FRYNAS
specjalista ortopeda traumatolog

USG NARZĄDÓW RUCHU

PONIEDZIAŁKI, ŚRODY, PIĄTKI 16.00 - 18.00

FIZYKOTERAPIA
MASAŻ KLASYCZNY
KRIOTERAPIA

OD PONIEDZIAŁKU DO PIĄTKU 14.00 - 17.00

AG/0092

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

spec. 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 • fizjoterapeuci
- 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**

Y/0308



Poradnia Wspomaganie Rozwoju dla dzieci

Radom ul. 11-go Listopada 2/4

oferujemy:

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

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

Zapraszamy!

Y/0643

O szpitalach radomskich

Szpital Starozakonnych (żydowski)

*W tym numerze, zgodnie z zapowiedzią,
dokończenie historii szpitala Starozakonnych.*

W 1892 roku zaczął pracować w szpitalu jako lekarz nadetatowy dr Henryk Fidler, który w 1899 r. został etatowym ordynatorem. W 1899 roku spotykamy w szpitalu nazwisko dr Janasa Landaua. Od 1901 roku pracował w szpitalu jako lekarz nadetatowy dr Wolf (Władysław) Finkelsztajn, a od 1903 roku chirurg dr Szymzel (Szymon) Kołodner. Od 1907 roku poza wyżej wymienionymi lekarzami, pracował jako lekarz nadetatowy dr Chaim (Henryk) Raszkas - do roku 1910 (potem wyjechał do Warszawy). Od 1912 roku zaczęła pracę w szpitalu jako lekarz nadetatowy dr Ksawera Mulier. Lekarze ci pracowali później w szpitalu św. Aleksandra. W 1915 r. zmarli: wieloletni kurator i filantrop szpitala p. Rufin Bekerman, gospodyni szpitala, p. Maria Kammer oraz wieloletni i zasłużony lekarz tego szpitala, dr Henryk Fidler. Od marca 1916 r. kuratorem został Leon Bekerman, starszym lekarzem Wolf Finkelstein, zaś młodszym lekarzem - Henryk Kadysiewicz. Pozostalymi lekarzami byli: Zygmunt Kołodner - chirurg, Henryk Raszkas - ginekolog, Ksawera Mulier - młodszy ordynator. Od 27.3. do 31.8.1916 r. szpital został zamieniony na szpital zakaźny w związku z epidemią tyfusu plamistego. Po gruntownej dezynfekcji wrócił do dawnego przeznaczenia 10.9.1916 roku. W 1916 r. szpital liczył 53 łóżka - od czasu przebudowy w 1907 roku. Był to jedyny szpital żydowski w całej ziemi radomskiej, w której mieszkało ok. 160.000 Żydów. O ile jednak w 1897 r. w szpitalu leczyło się 350 chorych, to w 1916 r. już 900. Pierwszy chory żołnierz rosyjski przybył do szpitala 28.10.1914 r., ostatni wyszedł zeń 25.6.1915 r. Od 29.8.1914 r. zaczęli przybywać z kolei żołnierze niemieccy. Zajęli oni nawet szpital na swoje potrzeby w całości od 9 do 27.10.1914 r. - do szpitala nawet nie pozwolono wchodzić radomskim lekarzom. Śmiertelność między 1.8.1914 a 1.11.1915 r. wynosiła 10,4%. W 1933 roku lekarzem naczelnym został dr Izrael Kleinberger, który jednocześnie prowadził oddział chirurgiczny. Szpital żydowski został w nocy z 16 na 17 sierpnia 1942 roku w czasie likwidacji getta (po wymordowaniu przez Niemców chorych) zlikwidowany. 16.9.1946 roku w budynku tym został urządzony i otwarty oddział gruźliczy szpitala św. Kazimierza. Mieścił się w nim, mimo fatalnych warunków, aż do 1995 roku!

Dr n. med. Robert Wiraszka, dr hab. n. med. J. Reymond

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 komercyjne
 - Stomatologia - świadczenia protetyczne - NFZ
- PORADNIA MEDYCyny PRACY** – badania wstępne, okresowe i kontrolne do pracy. Badania kierowców wszystkich kategorii.

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

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



Rezonans Magnetyczny

Bóle głowy, stawów, kręgosłupa?

Sprawdź,
co może być
przyczyną
Twoich
dolegliwości!

Wykonaj badanie
rezonansem magnetycznym,



bez skierowania

Skontaktuj się z nami:

 affidea.pl
 **224 411 111**

 **Odbierz wyniki online:**
affidea.pl/wyniki-online

Affidea Radom

ul. Tochtermana 1

Budynek
Radomskiego Szpitala
Specjalistycznego

USG

dr n.med. Jarosław Więckowski
specjalista radiodiagnostyki

BADANIA:
jamy brzusznej, tarczycy, piersi,
prostaty, przeciętniackowe,
stawów biodrowych, kolanowych,
kolor doppler i inne.

Radom, ul. Żeromskiego 64
tel. 48 364 22 66
695 434 813
Nowy Aparat VOLUSON E 8



**Zabezpieczenia,
teleinformatyka,
ochrona.**

Monitorowanie systemu zabezpieczeń
z interwencją patrolu.

26-600 Radom, ul. Chorzowska 13a
tel. 48 3 400 600, fax. 48 3 400 601
www.interfach.pl | @Interfach

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

Kongres Służby Zdrowia



29 września odbył się w Radomiu Kongres Służby Zdrowia pod hasłem: „Szlachetni Polacy w Służbie Zdrowia”. Kongres rozpoczął w naszej diecezji peregrynację relikwii świętych medyków: bł. Ewy Noiszewskiej i bł. Marty Wiecka. W czasie Kongresu zostały zaprezentowane postaci szlacheńskich lekarzy i pielęgniarek Ziemi Radomskiej, m. in. doktora Jerzego Borysowicza i pielęgniarki Bohdany Kiejewskiej. Spotkanie odbyło się w Szpitalu Psychiatrycznym w Krychnowicach. Kongres zako-



czył się Mszą świętą w kościele Miłosierdzia Bożego w Radomiu z uszanowaniem relikwii świętych medyków.

Instalacja relikwii bł. Hanny Chrzanowskiej

14 października w kościele Miłosierdzia Bożego w Radomiu odbyła się uroczysta instalacja relikwii bł. Hanny Chrzanowskiej, polskiej pielęgniarki. Mszy świętej



przewodniczył i kazanie wygłosił ks. kan. dr Karol Litawa, sekretarz Metropolity Krakowskiego Ks. abp. Marka Jędraszewskiego. W kazaniu ks. Karol przybliżył postać bł. Hanny i zachęcił do naśladowania jej postawy ofiarnej miłości w codziennym życiu.

Na Mszy świętej obecni byli przedstawiciele Katolickiego Stowarzyszenia Pielęgniarek i Położnych Polskich, Katolickiego Stowarzyszenia Lekarzy Polskich, Okręgowej Izby Pielęgniarek i Położnych w Radomiu oraz innych środowisk medycznych.

Pielgrzymka do Lourdes



Zosia marzyła, aby pojechać na pielgrzymkę do sanktuarium w Lourdes. Członkowie Akcji Katolickiej Diecezji Radomskiej spełnili jej marzenie, organizując

w karnawale bal charytatywny, z którego dochód został przeznaczony właśnie dla niej i jej mamy. Luiza swoją pielgrzymkę przeżywała wspólnie z uczestnikami II Ogólnopolskiej Pielgrzymki osób starszych, chorych i niepełnosprawnych do Lourdes zorganizowanej przez Krajowe Duszpasterstwo Służby Zdrowia i Chorych. W pielgrzymce brało udział 80

osób, razem z opieką medyczną, lekarzami, pielęgniarkami i pod opieką duchową pięciu księży m.in. ks. Grzegorza Wójcika Asystenta AK. Cieszymy się, że mogliśmy spełnić marzenia naszej młodszej Koleżanki, która od 5 lat należy do Katolickiego Stowarzyszenia Młodzieży - mówiła Pani prezes DIAK Teresa Połec. To jest piękna pielgrzymka, inna niż wszystkie. Lourdes można nazwać stolicą ludzi chorych, miejscem gdzie nikt nie wstydzi się swojego krzyża choroby, gdzie ludzie jednoczą się duchowo z Maryją i z ukrzyżowanym Jezusem. Wielu ludzi przyjeżdża do Lourdes ze swoimi rodzinami, prosząc o błogosławieństwo dla nich.

Zachęcam by umożliwić wyjazd choćby jednej osoby z parafii lub dekanatu i przyłączyć się do tej corocznej pielgrzymki - mówi ks. Grzegorz Wójcik.

Najbliższe wydarzenia Duszpasterstwa Służby Zdrowia

11 listopada, 9 grudnia - godz. 15.00, comiesięczna Msza święta w intencji Służby Zdrowia (Kościół Miłosierdzia Bożego w Radomiu, ul. Starokrakowska 144)

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).

KOLPORTAŻ
Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Radomiu
Przychodnie Lekarskie
SWPZZPOZ Krychnowice
Mazowiecki Szpital Specjalistyczny SPZOZ w Koźlenicach
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

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 śróde
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 śo. 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

APTEKA

Radosław Pawlik
mgr farm.

**Radom,
ul. Niedziałkowskiego 19/21
(róg Staszica)**

**Pon-Pt 8:00 - 18:00,
Sob 8:00 - 14:00**

A/0500

APTEKA

MGR FARM. HELENA
BORYSEWICZ-PAWLIK



RADOM UL. CHROBREGO 9

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



48 364 07 07

A/0007

**APTEKA**

**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