

ZDRÓWKO

INFORMATOR BEZPŁATNY

Upalny czerwiec

Czerwiec przywitał nas falą upałów. Temperatura w słońcu przekraczała 40°C. Druga połowa miesiąca zapowiada się nieco chłodniej, ale jak przekonał się po wielokroć, prognozy prognozami, a pogoda i tak na pewno nie raz nas zaskoczy.

Zaczynamy wakacje. Przed nami okres urlopów, a co za tym idzie – wyczekiwany wypoczynek. Ważne jest miejsce, czas i to z kim odpoczywamy. Miejsce – najlepsze jest to, w którym lubimy przebywać. Morze, góry, jeziora lub poznawanie nowych lokalizacji

– możliwości jest wiele. Czas – minimum dwa tygodnie, aby odpocząć i choć troszkę zatęsknić za domem. Z kim – to wybór równie ważny, bo relacje międzyludzkie mają decydujący wpływ na jakość naszego wypoczynku.

W czerwcowym numerze Zdrówka o tym, jak radzić sobie w upalne dni, o bezpieczeństwie i jak zwykle o naszym zdrowiu.

Życząc wszystkim Czytelnikom fantastycznych wakacji, a przede wszystkim szczęśliwych powrotów do domu, zapraszam do lektury 283. numeru Zdrówka.

zg



foto: Walery.

WYBRANE ARTYKUŁY:

Udar słoneczny – objawy i pierwsza pomoc

Czytaj na stronie 4.

Dziecko w nagrzanym samochodzie

Czytaj na stronie 6.

Bogactwo natury – agrest

Czytaj na stronie 8.

Patulina

Czytaj na stronie 10.

O pasożytach słów kilka

Czytaj na stronie 12.

Refleksologia

Czytaj na stronie 16.

Diagnostyka chorób prostaty

Czytaj na stronie 21.

Angina – choroba, która wraca latem

Czytaj na stronie 22.

Z historii Radomia O szpitalach radomskich

Czytaj na stronie 27.

Bezpieczna podróż

Czytaj na stronie 29.

Kapelańskie ABC

Czytaj na stronie 31.

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. 16, 17, 29
Chirurgia naczyniowa – str. 16
Endokrynologia – str. 4, 10
Ginekologia – str. 2, 5, 23
Hematologia – str. 4
Interna – str. 4, 14,
Kardiologia – str. 4, 29
Laryngologia – str. 2, 7
Neurologia – str. 14, 22
Okulistyka – str. 20
Onkologia – str. 9, 16, 17, 26
Ortopedia – str. 16, 24
Pediatria – str. 30
Psychiatria – str. 29
Psychologia – str. 26
Rehabilitacja – str. 5, 8, 26
Reumatologia – str. 23
Stomatologia – str. 18, 19
Urologia – str. 17, 20

USŁUGI MEDYCZNE

Apteki – str. 32
Pielęgniarstwo – str. 6, 10, 12, 24
Opieka długoterminowa – str. 6, 12
NZOZ, Poradnie – str. 11, 13, 21

SKLEPY MEDYCZNE

– str. 8, 13, 24, 25

DIAGNOSTYKA

Badania, USG – str. 4, 13, 15
Laboratoria – str. 3, 11, 13, 16, 15
Radiologia – str. 5, 11, 16, 15

ZDROWIE I URODA

Gabinety kosmetyczne – str. 9, 10, 11, 28

MEDYCYNĄ PRACY

– str. 11, 25

MEDYCYNĄ NATURALNĄ

– str. 27

PROFILAKTYKA

Ośrodki – str. 11
Przychodnie – str. 3, 5, 9, 11, 13, 27, 28, 30

RÓŻNE

Usługi dla podmiotów prowadzących działalność medyczną – str. 2, 4, 21, 28
Inne – str. 13, 26, 29, 30

POSŁUGA DUSZPASTERSKA

w szpitalach – str. 31

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 PORADNIE NFZ

- leczenia wad postawy u dzieci i młodzieży
- oraz poradnia preluksacyjna



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

Zabiegi usunięcia zespołu cieśni nadgarstka

– szybkie terminy na **NFZ**

MEDICA

laboratorium analiz medycznych

Oferujemy badania z zakresu:

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

Nowe badania:

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

*Profesjonalna obsługa
Zawsze wiarygodne wyniki*

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

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

**PRYWATNY GABINET
KARDIOLOGICZNY**

lek. PAWEŁ ŚWIGOŃ
*specjalista chorób wewnętrznych
kardiolog*

zapisy: tel.: 501 286 071

Przyjęcia

wtorek 15.30-17.00

Radom ul. Chrobrego 54, lok. 6

K/0528



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

UDAR SŁONECZNY – objawy i pierwsza pomoc

Udar słoneczny, zwany też udarem ciepłym, porażeniem ciepłym lub słonecznym, powstaje przy dużym, bezpośrednim nasłonecznieniu – przede wszystkim głowy oraz karku. Jest niebezpieczny dla zdrowia, szczególnie u osób starszych i dzieci. Jak udzielić pierwszej pomocy osobie z objawami udaru słonecznego?

Udar słoneczny to szczególna odmiana udaru ciepłego. Przyczyną jest zbyt długie wystawienie ciała na działanie promieni słonecznych, co prowadzi do zaburzeń w pracy ośrodka termoregulacji, odwodnienia i nadmiernej utraty elektrolitów. Oddawanie ciepła staje się znacznie utrudnione lub wręcz niemożliwe. Miejscowe działanie promieni słonecznych na skórę głowy prowadzi do przekrwienia opon mózgowych i mózgu.



Udar słoneczny może zdarzyć się:

- w gorącym klimacie
- podczas upału
- w czasie dużego nasłonecznienia
- podczas przebywania w gorących i parnych pomieszczeniach
- podczas długiego marszu lub zabawy w czasie upału

Objawy udaru słonecznego:

- bóle głowy
- zawroty głowy
- zaczerwienienie i poparzenia skóry

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

Monika Lipiec

kardiolog

spec. chorób wewnętrznych

KONSULTACJE (leczenie) EKG
Medica

Radom, ul. Słowackiego 48/48a
zapisy od godz. 12

tel. 48 365 49 33, 730 318 320,

ECHO SERCA
Radom, ul. Olsztyńska 33a
zapisy tel. 566 566 001

Testy wysiłkowe - po wcześniejszym
uzgodnieniu na wizycie

K/0334

Gabinet INTERNISTYCZNO- HEMATOLOGICZNY

Jolanta Wójcik
hematolog

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

AF/0338

- osłabienie
- niepokój
- nudności
- wymioty
- dreszcze
- silne bóle i zawroty głowy
- zaburzenia widzenia
- mowa niewyraźna, bełkotliwa, a chód chwiejny
- gorączka sięgająca powyżej 41 stopni Celsjusza
- przyspieszenie tętna
- obfite pocenie się na początku, potem utrata potliwości
- zwiórczenie mięśni
- utrata przytomności
- zaburzenia oddychania

Jeśli wystąpią wymienione objawy, należy bezzwłocznie wezwać pomoc!

Co zrobić z ofiarą udaru ciepłego?

- Chorego jak najszybciej odprowadź lub przenieś w chłodne, zaciemnione miejsce.
- Poluzuj lub zdejmij mu ciasne ubranie.
- Gdy twarz chorego jest blada, głowę ułóż niżej od tułowia, natomiast gdy jest czerwona – lepiej położyć go w pozycji półleżącej.
- Głowę i klatkę piersiową przykryj chłodnymi okładami (z wody lub lodu).
- Co 10 minut mierz temperaturę ciała – gdy obniży się do 38 stopni – schładzanie ciała możesz przerwać.
- Gdy chory jest przytomny, podaj mu duże ilości chłodnych płynów w małych porcjach, najlepiej lekko osolonej wody.
- W sytuacji, gdy stan chorego nie wraca szybko do normy, wezwij lekarza.

Źródło: poradnikzdrowie.pl

PRYWATNY TRANSPORT SANITARNY



503 849 387

www.medaction.pl
fb/ medactionpl

Y/0328



**PRZYCHODNIA
SŁONECZNA**

www.przychodniasloneczna.pl

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

PODSTAWOWA OPIEKA ZDROWOTNA



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

PORADNIE SPECJALISTYCZNE

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

REHABILITACJA

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

**40 % zniżki
na zabiegi rehabilitacyjne**

DIAGNOSTYKA

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

ul. Staroopatowska 1a, 26 – 600 Radom,
tel.: 48 362 10 11, 721 008 008

ZAPRASZAMY  PN.-PT.: 8.00-18.00

C/0420

SPECJALISTYCZNE GABINETY LEKARSKIE



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

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

**Kompleksowa
opieka lekarska**

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

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

K/0070

Dziecko w nagrzanym samochodzie – jak je ratować?

Jak ratować dziecko pozostawione w nagrzanym aucie? Co robić, gdy podczas upałów zobaczymy dziecko samo w samochodzie? W pierwszej kolejności należy zadzwonić na policję i koniecznie na pogotowie. Nawet jeśli dziecko jest przytomne, mogło u niego dojść do przegrzania, a nawet do udaru. Sprawdź, co się dzieje, gdy zostawisz dziecko w nagrzanym samochodzie i jak takie dziecko ratować

Dziecko pozostawione w nagrzanym samochodzie może umrzeć. O tym mówi się głośno każdego lata, gdyż wciąż odnotowuje się takie przypadki. Cześć

rodziców nie zdaje sobie sprawy, jak może się skończyć pozostawienia dziecka w zamkniętym aucie w czasie upału. Konsekwencją może być przegrzanie organi-

zmu, a następnie udar.

Im mniejsze dziecko, tym większe ryzyko przegrzania, ponieważ u najmłodszych szybciej niż u dorosłych dochodzi do odwodnienia. Dlatego warto wiedzieć, jak ratować dziecko pozostawione w nagrzanym aucie.

Co się dzieje, gdy zostawisz dziecko w nagrzanym samochodzie?

Zamknięty samochód działa jak akumulator ciepła – szyby przepuszczają promieniowanie słoneczne (nie tylko widzialne, ale przede wszystkim także podczerwone), które rozgrzewa wnętrze pojazdu, a jednocześnie te same szyby stanowią izolator zatrzymujący ciepło w środku.

Znaczenie ma także kolor karose-

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

Zapraszamy

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



DOM OPIEKI POD ŻŁOTYM DĘBEM

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



Dom oferuje również pielęgniarskie 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 pielęgniarskie 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

- 6 -

rii oraz elementów we wnętrzu – im są ciemniejsze, tym wzrost temperatury szybszy. Pozostawienie lekko uchylonego okna ma, niestety, raczej mierny wpływ na ten proces.

Temperatura wewnątrz auta zaparkowanego przy upalnej pogodzie na słońcu może osiągnąć nawet do 90° C. Dziecięcy organizm rozgrzewa się w takich warunkach 2–5 razy szybciej niż ciało dorosłego człowieka.

Początkowo dziecko siedzi spokojnie, jednak z każdą minutą ma coraz bardziej wilgotną od potu buzię i włosy. Zaczyna szybko i płytko oddychać, a później płakać. Płacz coraz bardziej rozpaczliwie. Po kilku, kilkunastu minutach dziecko nie płacze, nie rusza się, ma zamknięte oczy. To znak, że doszło do uszkodzenia mózgu i nerek. **Wystarczy zaledwie 15 minut w zamkniętym, przegrzanym samochodzie, żeby dziecko doznało zagrażających życiu urazów tych narządów. Przy 40° C organy wewnętrzne przestają działać. Przy 41,6° C dziecko umiera.**

Dziecko w nagrzanym samochodzie – jak je ratować?

1. Jeśli np. na parkingu zobaczysz samochód, w środku którego znajduje się dziecko, a na dworze jest upał, w pierwszej kolejności sprawdź, czy w pobliżu nie ma opiekunów dziecka. Jeśli nie, zadzwoń na pogotowie i policję, a następnie cały czas obserwuj, co się dzieje z maluchem.

Nie wiadomo, jak długo dziecko znajduje się w samochodzie. Nie można mieć też pewności, czy dziecko śpi, czy straciło przytomność, dlatego zawsze należy zareagować.

2. Jeśli u dziecka pojawiły się niepokojące objawy – płacze, krzyczy, jego ciało jest złane potem, ma wypieki na twarzy – nie wahaj się, tylko wybij szybę w samochodzie (to stan wyższej konieczności!) i wyjmij dziecko. Jeśli siedzi ono z tyłu auta, najlepiej wybić przednią szybę (by odłamki szkła nie zraniły dziecka) i otworzyć samochód. Jeśli wybicie szyby sprawia ci trudność, zadzwoń po straż pożarną.

3. Jeśli po wyciągnięciu dziecko jest świadome, należy przenieść je w chłodne miejsce. Można też mu podać chłodne (nie zimne!) płyny, a także robić chłodne

okłady na czoło (np. z chusteczek nasączonych wodą).

4. Jeśli jest nieprzytomne, należy sprawdzić, czy oddycha. W tym celu nachyl ucho blisko jego buzi i patrz na klatkę piersiową. Jeśli po 10 sekundach nie pojawia się oddech, trzeba wykonać sztuczne oddychanie. Ułóż dziecko na ziemi (choć może być ratowane także

na przedramieniu). Swoją buzią należy objąć u dziecka nos i buzię i wdmuchiwać 5 razy powietrze. Jeśli klatka piersiowa się uniesie, można zaprzestać czynności.

5. Jeśli jednak mimo to dziecko nie oddycha, należy przystąpić do resuscytacji. W tym celu rozpina się ubranie dziecko, by klatka piersiowa była widoczna. Następnie w linii sutkowej przykładamy dwa palce, uciskamy trzydzieści razy i wykonujemy 2 oddechy. Ratujemy w ten sposób dziecko do czasu przyjazdu pogotowia.

To ci się przyda

Także w czasie dłuższej podróży nieklimatyzowanym autem może dojść do przegrzania organizmu dziecka. W związku z tym należy robić częste przerwy i zadbać o to, by dziecko napiło się wody lub soku.

W czasie jazdy samochodem należy także sprawdzać, czy temperatura w tej części auta, w której znajduje się dziecko (czyli najczęściej z tyłu), nie jest za wysoka. Jest to bardzo ważne, ponieważ okna znajdujące się w tylnej części auta zwykle są pozamykane (z obawy przed przewianiem dziecka), przez co temperatura jest zwykle znacznie wyższa niż w przedniej jego części.

Źródło: poradnikzdrowie.pl





M. JANIK - PODGÓRSKA
ORTO-LIVE

Michał Wieczorski
OTOLARYNGOLOG

Zapisy tel. pn-pt w godz. 9-19.
602 660 944, 532 004 781
Radom ul. Lekarska 2A
ortolive.janik@gmail.com, www.ortolive.pl

M/0630

**GABINET
LARYNGOLOGICZNY**

**MAŁGORZATA
MIKULSKA**
lekarz laryngolog specjalista foniatra

Przyjmuje: Wtorek 17.00 - 19.00
Radom, ul. Główna 12
rejestracja codziennie
tel. 48 331 20 19
tel. dom. 660 426 797

M/0306



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

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

Zapraszamy od poniedziałku do piątku
w godzinach 9-16

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

REFUNDACJA z NFZ

ZAPRASZAMY
tel.: 48 3442078, 48 3440329

M/0382



SPECJALISTYCZNA PRAKTYKA LEKARSKA

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



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

DIAGNOSTYKA I LECZENIE AMBULATORYJNE
chorób uszu, gardła, nosa i krtani
u dzieci i dorosłych
DIAGNOSTYKA I LECZENIE
zaburzeń słuchu u dzieci i dorosłych
zaburzeń głosu i mowy u dzieci i dorosłych
**ENDOSKOPOWA OCENA
MIGDAŁKA GARDŁOWEGO**
przy pomocy endoskopu giętkiego
DIAGNOSTYKA I LECZENIE ZAWROTÓW GŁOWY
VNG

ZABIEGI OPERACYJNE:

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

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

M/0130

CENTRUM ZAOPATRZENIA
ORTOPEDYCZNO-MEDYCZNEGO

ort-med

wypożyczalnia sprzętu rehabilitacyjno-medycznego



refundacja

NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia

• ciśnieniomierze • artykuły przeciwoleżynowe • 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

Bogactwo natury – agrest

Agrest to owoc, którego właściwości i wartości odżywcze powinny docenić zwłaszcza osoby, które skarżą się na zmęczone oczy. Agrest jest bowiem skarbnicą luteiny, która wspomaga pracę narządu wzrok. Poza tym agrest zawiera liczne witaminy i składniki mineralne, dzięki którym wykazuje inne działania zdrowotne.

Sprawdź, jakie właściwości ma agrest i ile ma kalorii.

Agrest to krzew o kolczastych pędach i drobnych jadalnych owocach, który należy do rodziny agrestowatych

– tej samej co porzeczki. O jego właściwościach i wartościach odżywczych jako pierwsi przekonali się mieszkańcy południowej i środkowej Europy, Kaukazu, północnej Afryki i Ameryki Północnej, ponieważ stamtąd pochodzi.

Winorośl Północy, bo tak dawniej był nazywany agrest, zawiera liczne witaminy, z których największy udział ma witamina A, oraz składniki mineralne. Poza tym agrest wyróżnia się sporą zawartością luteiny, pektyn (rodzaj błonika) i kwasów organicznych.

Wspomaga pracę oczu

Agrest jest jednym z owoców o najwyższej zawartości luteiny. Do tej grupy zalicza się także nektarynki, jeżyny, awokado, kiwi, maliny i czarne porzeczki. Luteina należy do karotenoidów



– silnych przeciwutleniaczy i barwników.

Najwięcej karotenoidów można znaleźć w czerwonej odmianie agrestu, trochę mniej w zielonej, a najmniej – w odmianie białej. Luteina może zapobiegać chorobom przewlekłym, głównie chorobom układu krążenia, nowotworom i chorobom oczu (zwłaszcza zwyrodnieniu plamki żółtej).

Luteina jest polecana osobom nadmiernie eksploatującym wzrok, np. długą pracą przy komputerze czy oglądaniem telewizji. Poza tym związek ten działa jak naturalny filtr chroniący oko przed promieniowaniem UVA i UVB. Luteina koncentruje się najczęściej w skórze i w miąższu owoców i warzyw.

Wspomaga trawienie

Agrest zawiera kwasy – jabłkowy i cytrynowy – oraz pektyny, które wspomagają trawienie. Polecany jest zwłaszcza osobom, które zmagają się z zaparciami, wzdęciami i innymi dolegliwościami trawiennymi.

W tym pierwszym przypadku pomogą zwłaszcza suszone owoce. Suszony agrest można mieszać z liśćmi herbaty lub zaparzać samodzielnie.

Koi nerwy

W składzie agrestu znajduje się sporo magnezu oraz witamin z grupy B, które wspomagają układ nerwowy,

ASORT

GABINET ORTOPEDYCZNY

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

Chirurgia Urazowa Narządu Ruchu
Ortopedia
Medycyna Sportowa

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

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

medistar
SKLEP MEDYCZNY

Radom,
ul. Okulickiego 58/70 lok 2
tel./faks 48 360 83 24
e-mail medistar@medistar.pl
www.medistar.pl

BEZPŁATNY DOWÓZ
TOWARU DO INSTYTUCJI

REALIZUJEMY
WNIOSKI NA NFZ

lek. med. **Piotr Janik**
w trakcie specjalizacji z chirurgii plastycznej

MEDYCYNA ESTETYCZNA
wycinanie znamion barwnikowych

Zapisy tel. pn-pt w godz. 9-19.
602 660 944, 532 004 781
Radom ul. Lekarska 2A
ortolive.janik@gmail.com, www.ortolive.pl

poprawiają pamięć i koncentrację oraz łagodzą objawy stresu.

Dział moczo-pędnie

Owoce agrestu wspomagają pracę układu moczowego, a także pomagają oczyścić organizm z toksyn.

Koi nerwy

W składzie agrestu znajduje się sporo magnezu oraz witamin z grupy B, które wspomagają układ nerwowy, poprawiają pamięć i koncentrację oraz łagodzą objawy stresu.

Pomaga zachować równowagę kwasowo-zasadową

Agrest jest bogaty w substancje o działaniu alkalizującym i pomaga utrzymać równowagę kwasowo-zasadową w organizmie. W związku z tym można go włączyć do jadłospisu diety zasadowej.

Agrest na odchudzanie

Owoce agrestu mają korzystny wpływ na przemianę materii i są niskokaloryczne – jedna garść (50 g) dostarcza zaledwie 22 kcal. Poza tym agrest ma niski indeks glikemiczny, który wynosi 15. W związku z tym bez obaw mogą sięgać po niego osoby chore na cukrzycę.

Zastosowanie w kuchni

Agrest można jeść na surowo lub przeznaczyć go na przetwory – dżemy, konfitury, kompoty, nalewki. Zawiera dużo pektyn, więc idealnie nadaje się na galaretki.

Zastosowanie w kosmetyce

Agrest znalazł zastosowanie także w kosmetyce. Jest bowiem doskonałym źródłem przeciwutleniaczy, takich jak luteina, witamina A i C, które opóźniają proces starzenia się skóry. Poza tym witamina A zwiększa sieć naczynek krwionośnych, dzięki czemu do skóry wraz z krwią dociera więcej tlenu i substancji odżywczych.

Źródło: poradnikzdrowie.pl



Magnetic
Gabinet Podologii
Specjalistycznej

www.podologiaspecjalistyczna.pl

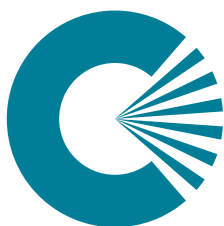
**GABINET
PODOLOGII
SPECJALISTYCZNEJ**

KOMPLEKSOWA OPIEKA TWOICH STÓP

- usuwanie odcisków, modzeli, nagniotków
- terapia wrastających paznokci
- leczenie brodawek wirusowych
- terapia pękających pięt
- pedicure specjalistyczny/lecniczy
- protetyka paznokcia uszkodzonego
- terapia wspomagająca leczenie grzybicy
- oczyszczanie stóp i paznokci zmienionych chorobowo
- oraz inne zabiegi specjalistyczne i pielęgnacyjne stóp i paznokci

26-600 Radom, ul. Partyzantów 5/7
tel.: 607 537 507

PONIEDZIAŁEK-PIĄTEK
10:00 - 18:00



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



Program Profilaktyki Raka Piersi

Bezpłatna mammografia
dla kobiet w wieku 50-69 lat

zapisy:

tel. 48 377 90 20

Patulina – toksyna z pleśni w owocach. Jak uniknąć zatrucia patuliną?

Patulina w niektórych owocach powstaje w wyniku ich stłuczenia lub uderzenia. Pod żadnym pozorem nie wolno wykrajać zgniłych miejsc i zjadać reszty owocu, która tylko pozornie jest zdrowa. Trująca patulina potrafi przenikać w głąb tkanki, powodując zatrucia pokarmowe, wrzody i krwawienia. Sprawdź, jakie są objawy zatrucia patuliną i na czym polega leczenie.

Patulina to toksyna powstająca na owocach zaatakowanych przez pleśń. Grzyby, które potocznie nazywamy pleśniami, w procesie wtórnego metabolizmu wytwarzają trujące mykotoksyny.

Ich skład chemiczny jest bardzo zróżnicowany, a naukowcy wyodrębnili już ponad 400 mykotoksyn. Jedną z nich jest patulina – toksyna powstająca z pleśni w owocach.

Nadgnięte owoce, które zostały wcześniej stłuczone, są skażone przez grzyby *Penicillium*, *Aspergillus*, *Byssochlamys*.

Rozwijają się one, gdy powietrze jest odpowiednio wilgotne. Wtórne metabolity, czyli produkty metaboli-

zmu tych grzybów, to właśnie patulina. Nie jest ona potrzebna pleśniom do dalszego rozwoju i powstaje jako skutek uboczny.

Efektom pojawienia się patuliny jest charakterystyczna, brązowa plama na skórce, a miąższ owocu zmienia konsystencję na watowatą lub wodnistą.

Zjedzenie patuliny jest niebezpieczne, bo wytwarzająca ją pleśń może wykwiatać w jelitach człowieka, powodując krwawienia i choroby układu pokarmowego.

Patulina – toksyna pleśni na owocach i nie tylko

Grzyby tworzące patulinę występują na wszystkich surowcach i produktach spożywczych: warzywach, ziarnie zbóż, mięsie, serach, pieczywie. Patulina jest gatunkiem szczególnie często spotykanym w psujących się owocach, takich jak:

- jabłka
- banany
- wiśnie
- truskawki
- morele
- gruszki
- nektarynki
- czarna porzeczka
- pigwa
- pomidory

Pleśnie często rozwijają się

wewnątrz owocu, na pestkach. W konsekwencji owoce, które z zewnątrz wyglądają na zdrowe, przekazywane są z patuliną do przetworzenia na soki i konfitury.

Patulina zanieczyszcza zasadniczo przede wszystkim jabłka, gruszki, winogrona, sok z jabłek i wina owocowe z jabłek.

To ci się przyda

Toksyny w żywności:

1. Azjatycki przysmak, czyli ryba Fugu. Jej wnętrzności i ikra mają właściwości toksyczne, powodujące paraliż mięśni, prowadzący do uduszenia osoby, która ją zjadła. Tylko odpowiednie przygotowanie potrawy przez certyfikowanego kucharza daje możliwość zjedzenia ryby bez śmiertelnych konsekwencji.

2. Niejadalna łuska orzechów nerkowca zawiera żrący sok, który może poparzyć skórę. Ta sama toksyna (urushiol) znajduje się też w trującym bluszczu. Na szczęście dostępne u nas orzechy są już oczyszczone.

3. Zielone i kielkujące ziemniaki mogą spowodować biegunkę, zawroty głowy i zaburzenia oddychania z powodu powstałej w nich solaniny. Dlatego im dłużej bulwy były przechowywane w wilgotnych pomieszczeniach, tym grubiej trzeba je obierać.

Patulina – czy można skutecznie pozbyć się pleśni z uszkodzonych owoców?

Nawet odkrojenie uszkodzonej części owocu nie jest równoznaczne z usunięciem patuliny, ponieważ mykotoksyna rozpuszcza się w wodzie i przedostaje w głąb owocu.



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



Studio Urody Honka

Sprawdź naszą ofertę!

- Vacu z podcierwieniem i z podciśnieniem
- Bieżnia z podcierwieniem
- Rower powietrzny
- Platforma wibracyjna
- Rollmasaż • Bieżnia
- Manicure • Pedicure
- Fish Spa • Limfodrenaż • Masaż
- Elektrostymulacja • Lipolaser
- Sauna z podcierwieniem • Kawitacja

**26-600 Radom,
ul. Wierzbicka 99C lok. 101, tel. 512 790 331**





Odporna jest także na procesy pasteryzacji, dlatego z zaatakowanych nią owoców nie można robić przetworów.

Pleśń usuwa się jedynie z owoców twardych, o niskiej zawartości wody. Wtedy ryzyko przenikania patuliny jest niewielkie.

Aby mieć pewność, że owoc jest już pozbawiony toksycznej substancji, trzeba wykroić fragment o wielkości 3 cm wokół spleśniałego miejsca.

Patulina – objawy zatrucia i leczenie

Rodzaj chorób powodowanych przez patulinę zależy od dawki trucizny. Nawet jeśli toksyna regularnie trafia do organizmu, ale w niewielkich ilościach, nie musi być niebezpieczna.

Groźna jest dopiero wtedy, gdy jednorazowo zaaplikujemy dużą dawkę substancji. Spowoduje wtedy ostre zatrucie, a w niektórych wypadkach nawet śmierć.

Patulina ma właściwości rakotwórcze i patogenne. W organizmie może wywołać niemałe spustoszenie. Jej nadmiar może spowodować:

- ostre i przewlekłe zatrucia
- alergie
- choroby układu oddechowego
- choroby wątroby
- wrzody
- krwawienia w jelitach
- uszkodzenia śluzówki jelit
- osłabienie układu odpornościowego
- niekorzystny wpływ na układ nerwowy
- wady płodu

Leczenie zależy od rodzaju wywołanych dolegliwości.

Ważne

1. Patulina jest odporna na cukier i temperaturę, dlatego może rozwijać się też w dżemach stojących w lodówce.
2. Zawsze przykrywaj żywność

folia spożywczą, która uchroni ją od nitek pleśni z powietrza.

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/>

P10363



CENTRUM WSPOMAGANIA ZDROWIA UMYSŁ DUCH CIAŁO

● BIOELEKTROSKANER

To najnowocześniejszy sprzęt diagnostyczny. Badanie daje prawidłowe, szczegółowe informacje dotyczące stanu układów ciała.

● LASEROTERAPIA MAGNETYCZNA, PRZESKÓRNA ELEKTROSTYMULACJA

Działanie: przeciwbólowe, przeciwzapalne, regeneracyjne, poprawia krążenie krwi, reguluje układ hormonalny,

● KOMORA HIPERBARYCZNA

Rozprowadzanie dużych dawek tlenu pod ciśnieniem daje duże możliwości lecznicze: wspomaganie procesów gojenia, likwidowanie stanów zapalnych, leczenie boreliozy. Likwidowanie obrzęków i poprawa ukrwienia, spowalnianie procesów starzenia, poprawa koncentracji i likwidowanie bólów migrenowych. Przyspieszenie przemiany materii i normowanie procesów metabolicznych

● HYDROKOLONOTERAPIA

Bezinwazyjny, bezzapachowy i bezbolesny zabieg głębokiego oczyszczania jelita grubego ze złogów, kamieni, metali ciężkich, pleśni, grzybów i pasożytów.

● OZONOTERAPIA - autohemotransfuzja, rękaw ozonowy.

● WLEWY WITAMINOWE

● KONSULTACJE LEKARSKIE - badanie żywej kropli krwi.

● MASAŻE: relaksacyjne, lecznicze, odchudzające.

Dla sportowców, kierowców, pracowników biurowych i dzieci.

● STREFA SPA &WELLNESS:

Sauna infrared, Sauna parowa, tzw. łaźnia rzymska, Sauna sucha (fińska), Jacuzzi.

● KĄPIELE: zdrowotne, lecznicze, relaksacyjne.

● ZAJĘCIA GRUPOWE I INDYWIDUALNE:

ogólnorozwojowe, joga, stretching, zajęcia korekcyjne

PONADTO W OFERCIE:

ZEGARKI TERAPEUTYCZNE - skuteczność w leczeniu:

hiperlipidemii, nadmiernej krzepliwości krwi, nadciśnienia, hiperglikemii, chorób sercowo – naczyniowych, naczyniowo – mózgowych.

TURNUSY PROZDROWOTNE - z z szeroką gamą różnorodnych zajęć gimnastycznych i bogatą ofertą rozrywkową.

ZADBAMY O TWOJE DOBRE SAMOPOCZUCIE I WITALNOŚĆ

Informacje i zapisy osobiście w siedzibie CWZ ul. Wolność 10C
lub telefonicznie : 790 233 133

www.liberty.radom.pl

AP10365

OPIEKA DŁUGOTERMINOWA

ZDROWIE

ZDROWIE

ZDROWIE I URODA

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

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 białobrzieskiego
zapewniamy **bezpłatną opiekę lekarską,**
pielęgniarską, psychologiczną, rehabilitacyjną i duchową
oraz **wypożyczamy bezpłatnie sprzęt medyczny**

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

NZOZ MAR-MED

PIELĘGNIARSKA DŁUGOTERMINOWA OPIEKA DOMOWA

Świadczymy usługi pielęgniarskie
w domu pacjenta

BEZPŁATNIE
NA PODSTAWIE UMOWY Z **NFZ**

PRYWATNE USŁUGI PIELĘGNIARSKIE
OPIEKA CAŁODOBOWA
RÓWNIEŻ W SOBOTY I NIEDZIELE

ZGŁOSZENIA TELEFONICZNIE
CAŁĄ DOBĘ 509 514 811

O pasożytach słów kilka

W oparciu o ostatnie dane WHO to właśnie pasożyty powodują w organizmie człowieka powstawanie większości śmiertelnych chorób, poczynając od wrzodów żołądka, po zapalenia wątroby, a na nowotworach kończąc. Z powodu pasożytów co roku umiera 15 milionów ludzi, a żyją one wewnątrz niemal każdego człowieka. Problem ten dotyczy więc każdego z nas.

Na ile prawdziwe są dane WHO dotyczące zakażenia pasożytami?

Jeszcze niedawno środowisko medyczne uważało, że pasożyty co najwyżej osłabiają układ odpornościowy człowieka. W miarę gromadzenia statystyk i badań w tym kierunku okazało się, że właśnie zarażenie pasożytami prowadzi do powstawania wszystkich poważnych chorób u ludzi. Około 92% ludzkich

zgonów spowodowanych jest przez zakażenia pasożytami. Zdecydowana większość tzw. „naturalnych zgonów” jest konsekwencją działań pasożytów wewnątrz ludzkiego ciała.

W jaki sposób pasożyty mogą doprowadzić do śmierci człowieka?

Istnieje ogromna różnorodność pasożytów żyjących we wszystkich ludzkich narządach i doprowadzających do najrozmaitszych problemów zdrowotnych. Glisty czy robaki jelitowe np. niszczą jelita, doprowadzając do ich gnicia, a ostatecznie nawet do śmierci.

Istnieją tysiące pasożytów, które mogą żyć w naszej wątrobie, mózgu, płucach, krwi, żołądka. I praktycznie wszystkie one są śmiertelne. Niektóre z nich od razu zaczynają działać, są agresywne i niszczą organizm, a inne od czasu do czasu – działają niezauważalnie, dopóki ich ilość jest tak duża, że organizm nie będzie już mógł funkcjonować i człowiek umiera.

Pasożytami zakażeni są praktycznie wszyscy, a znaczna część z nich jest bardzo trudna do wykrycia i zniszczenia. Do zdiagnozowania większości z nich potrzebne są specjalistyczne analizy. Niestety lekarze i tak starają się leczyć jedynie skutki zarażenia pasożytami, a nie skupiają się na eliminacji pasożytów, czyli przyczyny chorób.

Jakie są konkretne przykłady zarażenia pasożytami?

Można opowiedzieć o setkach takich przypadków.

Okazało się, że np. niektóre tasiecmce mogą prowadzić do raka, przy czym formalnie zaraża się nie człowiek, a właśnie robaki. Ich komórki nowotworowe rozchodzą się po całym organizmie. Dzieje się tak, gdy larwy tasiecmca trafiają z jelit do węzłów chłonnych i tam, przekształcając się one w guzy nowotworowe, bardzo szybko zakażające człowieka. Śmierć w takim przypadku następuje w ciągu zaledwie kilku miesięcy.

Pasożyty są również bardzo niebezpieczne dla mózgu człowieka. Zakażenie nimi prowadzi do nerwic, szybkiego męczenia się, nadmiernej drażliwości i ostrych wahań nastroju. W kolejnym etapie, w miarę wypełniania mózgu przez pasożyty, rozwijają się bardziej poważne choroby, których skutkiem może być nawet śmierć.

Natomiast zakażenie pasożytami ludzkiego serca uważa się za dość rzad-

NZOZ ESSAMED Anna Sosińska www.essamed.pl

Radom, ul. CHROBREGO 54 lok. 7

BEZPŁATNIE NA PODSTAWIE UMOWY Z

GABINET

REHABILITACJI LECZNICZEJ

(pełny zakres usług) **NFZ** i odpłatnie

REHABILITACJA W DOMU PACJENTA

PIELĘGNIARSKA OPIEKA DOMOWA

**Prywatne zabiegi pielęgniarskie
w domu pacjenta**

(również w soboty i niedziele)

ZGŁOSZENIA TELEFONICZNIE
codziennie w godz 8-18



48 360 74 52, 600 766 982

OSOBIŚCIE: pn - pt w godz. 9-16

„ZAWSZE PRZY TOBIE,, Sp.z o.o.

oferuje usługi w zakresie

Hospicjum Domowego dla Dorosłych

bezpłatnie - refundacja NFZ

na obszarze Radomia,
powiatu radomskiego,
przysuskiego i szydłowieckiego.

**Pielęgniarska Opieka Długoterminowa
w domu chorego**

Kontakt telefoniczny całodobowo

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

501 741 118. 602 772 744

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



**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
- + diagnostyki cukrzycy
- + analityki ogólnej
- + diagnostyki anemii
- + koagulologii
- + diagnostyki infekcji
- + chemii klinicznej
- + immunoglobulin
- + hormonów
- + autoimmunologii
- + diagnostyki tarczycy
- + diagnostyki alergii
- + diagnostyki stanów zapalnych
- + diagnostyki bakteriologicznej
- + markerów nowotworowych

więcej na: www.baldys-lab.eu

ką chorobę. W rzeczywistości jednak robaki sercowe występują w pewnej ilości u ok. 23% ludzi, czyli praktycznie u co czwartego człowieka. W początkowym stadium są one niewidoczne, ale z upływem czasu stają się pierwszą przyczyną mnóstwa chorób serca. Pasożyty są odpowiedzialne za niemal 100% nagłych zgonów spowodowanych zatrzymaniem akcji serca.

Pierwszymi objawami świadczącymi o tym, że w organizmie żyją pasożyty są:

- alergię (wysypki, łzawienie oczu, katar);
- częste przeziębienia, ból gardła (angina), zatłokany nos;
- chroniczne zmęczenie (szybkie zmęczenie się, niezależnie od rodzaju wysiłku);
- bóle stawów i mięśni;
- nerwowość, zaburzenia snu

i apetytu;

– cienie, worki pod oczami.

Przy obecności dwóch z wyżej wymienionych objawów w organizmie na pewno występują pasożyty.

W jaki sposób zabezpieczyć się przed pasożytami?

Obecnie ze względu na występowanie ogromnej ilości rodzajów pasożytów oraz bardzo wysoki poziom złożoności ich wykrycia istnieje niewiele naprawdę dokładnych urządzeń dokonujących pełnej analizy pod kątem występowania pasożytów we wnętrzu człowieka.

Najnowocześniejszym oraz najsukcesyjniejszym urządzeniem diagnostycznym jest DIACOM LITE-FREQ-UTIUM, który umożliwia odrębne określenie stanu bio-energetyki każdego organu człowieka.

Dokończenie na str. 14.

NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ



PRZYCHODNIA GOŁĘBIÓW

rejestracja on line
www.nzoz.radom.pl

Przychodnia znajduje się w dwóch lokalizacjach:

Radom ul. Paderewskiego 26
(Gołębiów)

tel. 48 389-99-88

Radom ul. Paderewskiego 6
(Gołębiów)

tel. 48 383-62-52

czynne codziennie w godz. 8.00-18.00

PRZYJMUJĄ LEKARZE:

Jolanta Kopeć

specj. med. rodzinnej - pediatra

Leszek Kopeć

specj. med. rodzinnej, lek. med. ogólnej

Wojciech Pacholicki

specj. medycyny rodzinnej

Wojciech Czekaj

specj. med. rodzinnej, specj. chorób wewn.

Krzysztof Bocheński

specjalista chorób wewnętrznych, endokrynolog

Agnieszka Kania

specjalista chorób dziecięcych

Anna Zielińska-Pacholicka

specj. psychiatra II

Dariusz Łańczyk

specj. ginekolog położnik

Paweł Mazur

dr n.med. specj. ginekolog - położnik

Miroslaw Kupidura

specj. ginekolog - położnik

Poradnie specjalistyczne:



- Ginekologiczna
- Psychiatryczna

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

POSIADAMY CERTYFIKAT ISO 9001 - 2008

**SKLEP
MEDYCZNY**  **ADMED NFZ**

Wypożyczalnia Sprzętu Medycznego

Sklepy medyczne ADMED:

Radom,

ul. Osiedlowa 9
tel.: **48 366 10 78**
lub **666 704 682**

email: admed.radom@gmail.com

Radom,

ul. Lekarska 2a, parter
tel.: **790 762 890**
email:

admed.radom1@gmail.com

Kozienice,

al. Sikorskiego 10,
tel.: **881 565 31**
email:

admed.sklepkozienice@gmail.com

Rehabilitacja domowa w ramach NFZ
mgr fizjoterapii Adam Kiljanek

tel. 502 729 548
admed.radom@gmail.com

ADAM KRAJEWSKI

specjalista dermatolog
specjalista alergolog

przyjmuje

pon. wt. czw. 14-17

Radom, ul. Żeromskiego 92, lok. 1A

tel. 48 362 12 25

BADANIA
www.zdrowko.com

PRZYCHODNIE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

ALERGOLOGIA
www.zdrowko.com

ALERGOLOGIA
www.zdrowko.com

ANDRZEJ BORYSOWICZ

LEKARZ SPECJALISTA NEUROLOG

N/0459

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

N/0663

Tomasz Paciejewski

specjalista neurochirurg

PRZYJMUJE

Radom:

VITAMED

ul. Główna 12

rejestracja,

tel. 483651113, 693423363

Grójec:

Centrum Medyczne Leda-Med
ul. Polskiej Organizacji Wojskowej 14

rejestracja,

tel. 48 366 11 72

N/0544

O pasożytach słów kilka

Dokończenie ze str. 13.

Za pomocą urządzenia można wykryć pasożyty, ich rodzaje oraz lokalizację, grzyby, bakterie, wirusy oraz ocenić stan zdrowotny poszczególnych organów



prof. dr hab. n. med.

Jan Krzysztof Podgórski

NEUROCHIRURG

N/0215

ORTO-LIVE

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

Zapisy tel. pn-pt w godz. 9-19.

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

N/0247

JAROSŁAW KOSOWSKI

specj. NEUROLOG

Radom,
ul. Focha 12/7

rejestracja:

tel. 608460030

przyjmuje

w poniedziałki i środy od godz. 16

N/0290

Agnieszka Rogozińska

specjalista neurolog

Przyjmuje

w czwartki i piątki od 17.00

Radom, ul. Bernardyńska 3A

CENTRUM
BERNARDYŃSKA511 511 234
48 386 95 00

N/0647

i stany zagrożenia rozwojem choroby.

Na czym polega technika diagnozowania?

To rewelacyjna pomoc w rozpoznawaniu ukrytych i nierozpoznawalnych innymi metodami anomalii i wczesnych patologii. Zastępuje wiele inwazyjnych, czasochłonnych i kosztownych badań diagnostycznych. DIACOM to również potężne urządzenie do terapii: zwalczania pasożytów, stanów zapalnych i bólowych, wzmacniania procesów regeneracji, zabiegów rehabilitacji i usuwania zmęczenia.

Co umożliwia diagnostyka urządzeniem DIACOM?

Urządzenie DIACOM jest niezastąpione w następujących obszarach:

- we wczesnym wykrywaniu problemów zdrowotnych;
- rozpoznaniu przyczyn dolegliwości;
- rozpoznaniu rodzaju, tempa i stopnia rozwoju choroby;
- wykrywaniu bakterii, wirusów, pasożytów oraz ich szkodliwości dla organizmu;
- dokładnej cyfrowej ocenie stanu wielu narządów;
- udzieleniu pomocy bez stosowania środków farmaceutycznych, a dzięki zastosowaniu fal elektromagnetycznych

**LABORATORIUM
LAB-MEDIC**
mgr Lena Krajewska

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

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

Badania analityczne
Mikrobiologia - wymazy, hormony

LABQUALITY - HELSINKI
ISO 9002

www.lab-medic.pl

L/0046

USG

dr n.med. Jarosław Więckowski
specjalista radiodiagnostyki

BADANIA:
jamę brzusznej, tarczycy, piersi,
prostaty, przeziemiętkowe,
stawów biodrowych, kolanowych,
kolor doppler i inne.

Radom, ul. Żeromskiego 64
tel. 48 364 22 66
695 434 813

Nowy Aparat VOLUSON E 8

B/0335



Kompleksowe badanie REZONANSEM MAGNETYCZNYM

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



**Wykonywanie badań
na życzenie pacjentów**

**oraz w ramach
pakietu**

**LUXMED,
PZU,
ENELMED**

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

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

o niskim napięciu.

Jakie korzyści przynosi badanie biorezonansem DIACOM?

Przed wszystkim badanie bardzo dokładnie odnajduje źródło i przyczynę dolegliwości, a jednocześnie odbywa się w sposób bezpieczny, nie obciążający organizmu i zupełnie bezbolesny.

Precyzja urządzenia oceniana jest na około 97%.

Kompleksowy obraz, który można uzyskać dzięki biorezonansowi pozwala leczyć przyczyny choroby, a nie jej objawy, niezależnie od tego, jak głęboko jest ona ukryta w organizmie.

Terapie wykonywane na urządzeniu DIACOM umożliwiają leczenie chorób jeszcze przed ich rozwinieciem.

Małgorzata Borkowska

**LICENCJONOWANY
DIAGNOSTA-TERAPEUTA DIACOM**

tel. 506 183 797

Źródło: <http://wolna-polska.pl/wiadomosci>

**CENTRUM BIOREZONANSU
I TERAPII PLAZMOWYCH
RADOM, ul. Konrada Vietha 23**



Radom ul. Konrada Vietha 23

**Najnowsza technologia
w diagnostyce i wspomaganiu
leczenia XXI wieku**

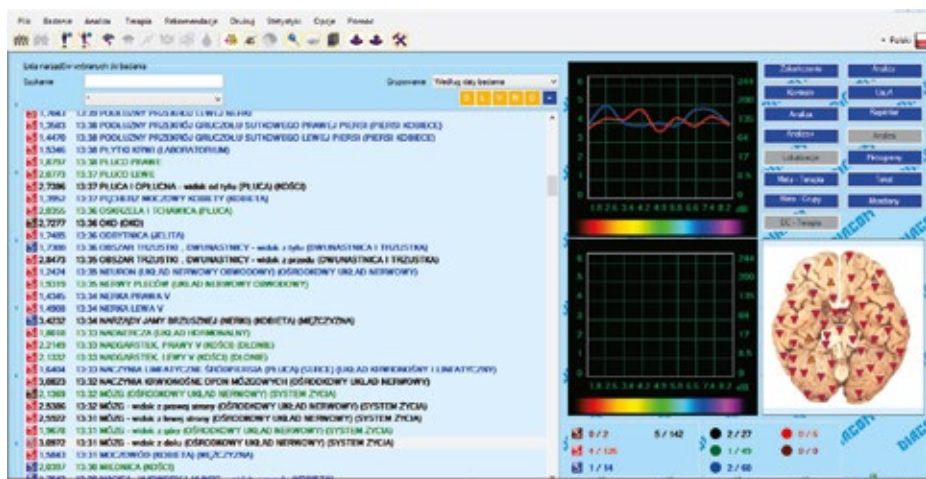
Analizuje i dokonuje terapii
dla ponad 540 narządów,
tkanek i kości.

**ZA POMOCĄ URZĄDZENIA
DIACOM OKREŚLAMY STAN
ZDROWOTNY POSZCZEGÓLNYCH
ORGANÓW, WYKRYWAMY
PASOŻYTY, ICH RODZAJE ORAZ
LOKALIZACJE, GRZYBY,
BAKTERIE, WIRUSY I STANY
ZAGROŻENIA ROZWOJEM
CHOROBY.**

Zapisy na badanie pod numerem telefonu

506 183 797

www.facebook.com/diacom.solatiumnatural



L/0646

BADANIA
www.zdrowko.com

BADANIA
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

BADANIA
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

ZBIGNIEW KUPIS

Angiomedicus

www.angiomedicus.pl

GABINET CHIRURGII NACZYNIOWEJ

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

Zbigniew Kupis

specjalista chirurgii ogólnej naczyniowej i angiologii

CHIRURGIA NACZYNIOWA

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

CHIRURGIA ESTETYCZNA

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

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

NOWOŚĆ w CHIRURGII NACZYNIOWEJ

Usuwanie żylaków metodą pary wodnej SVS

informacje i zapisy tel.: 48 370 38 84

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

F/0071

OS-MED s.c.

GABINET ORTOPEDYCZNY

Bartosz Szmigiel

Specjalista ortopedii
i traumatologii narządu ruchu

Chirurgia Urazowa Narządu Ruchu
Ortopedia
Preluksacja

Przyjmuje:
wtorek i czwartek od godz. 15:30
Savoy Medicus
Radom, ul. Główna 11 lok. 14, p.1
Rejestracja od poniedziałku do piątku
tel. 601 779 699; 607 146 249

AG/0673

Refleksologia

Refleksologia to metoda masażu polegająca na uciskaniu określonych punktów i pobudzaniu w ten sposób potencjału samoleczenia organizmu. Ogólna idea refleksologii polega na uciskaniu konkretnych punktów w obrębie kończyn człowieka, tzw. refleksów, które połączone są z danym organizmem. Masaż tych miejsc powoduje regenerację zaburzeń występujących w skomunikowanych obszarach lub narządach wewnętrznych oraz oczyszczenie organizmu z toksyn. Uciskanie konkretnego miejsca na stopie może wpłynąć leczniczo na organizm, który jest skomunikowany z danym punktem.

W Polsce refleksolog widnieje na liście zawodów od 2005 roku. Zabiega on o to, aby jego pacjenci dbali o swoje ciało, właściwie się odżywiali, by znali czynniki wywołujące choroby. Choroba atakuje ciało wtedy, gdy jest ono na nią podatne. Zgodnie z prawami fizyki wszechświat znajduje się w ciągłym

ruchu, dlatego każde działanie wywołuje taką samą i przeciwną reakcję. Te same siły czy też energia przyrody, które sprawiają, że planety krążą wokół słońca, a drzewa wiosną wypuszczają liście, powodują też, że ludzie się śmieją, płaczą, wykonują określone działania, a ich narządy funkcjonują. Równowaga

pośród wszystkich tych układów decyduje o naszym zdrowiu, a więc i o jakości naszego życia. Brak równowagi w przyrodzie wywołuje pożary lasów, huragany, powodzie i trzęsienia ziemi. W ciele człowieka jest ona przyczyną wszystkich objawów chorobowych, takich jak gorączka, niestrawność, wysokie ciśnienie krwi i bóle głowy.

Refleksologia stóp polega na masażu kończyn i uciskaniu kolejnych refleksów pod różnymi kątami. Podczas masażu dotyka się wszystkich punktów, połączonych z odpowiednimi zonami, przechodząc płynnie od zdrowego organu do tego, w którym występują zaburzenia. Poprzez taki masaż możemy zmniejszyć lub całkowicie zlikwidować objawy chorobowe takie jak:

– stany wytrącenia organizmu

PROKTOLOGIA CHIRURGIA

ZBIGNIEW KOTUR

specjalista chirurgii ogólnej
i onkologicznej, proktolog

- choroby odbytu i odbytnicy
- nowoczesne bezbolesne leczenie żylaków odbytu LASER 1470 nm i metodą HEMORON
- wrastające paznokcie
- usuwanie zmian skórnych, kaszaków, znamion
- diagnostyka i leczenie zmian w piersi (gruczolaki, torbiele itp.)
- leczenie stulejki
- leczenie żylaków kończyn dolnych
- kamica żółciowa, przepukliny, choroby tarczycy

ul. Paderewskiego 21 lok. 4, Radom
tel. 48 364 55 52,
kom 603 091 129
www.kotur.pl, kotur@onet.pl

F/0456

dr n. med.

Adam Kukliński

specjalista Chirurgii Naczyniowej i Ogólnej

Centrum Medyczne "MedJana"
ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)
tel. 48 363 33 73

„MEDICON”

Radom ul. Gagarina 1
tel.: 48 367 15 10, 48 366 81 51

USG

Doppler naczyń,
operacje
oraz małoinwazyjne
leczenie żylaków,
skleroterapia

www.drkuklinski.pl

F/0061

Ilek. med. Jacek Sobaszek

specjalista chirurgii ogólnej, specjalista gastroenterologii

wtorki:
POLMEDIC
ul. Osiedlowa 9, 26-600 Radom
tel. 48 386 90 60

środki:
ENDOMED
ul. Ks. Sedlaka 4/6/8, 26-600 Radom,
tel. 48 36 544 72, kom. 604 058 628

czwartki:
POLMEDIC
ul. T. Mazowieckiego 7K, 26-600 Radom
tel. 48 386 90 60

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

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

- Pracownia endoskopowa
kolonoskopia gastroscopia, polipektomia
możliwość znieczulenia anestetycznego

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

- Konsultacje chirurgiczne, proktologiczne
z zabiegami proktologicznymi

F/0105



z homeostazy;
 – stany zaburzeń fizycznych, psychicznych;
 – choroby kręgosłupa i stawów obwodowych;
 – migreny;
 – nadciśnienie i niedociśnienie tętnicze;
 – udary mózgu;
 – niedowłady układu pokarmowego;
 – stany permanentnego zmęczenia;
 – stresy, depresje, bezsenność;
 – nadpobudliwość u dzieci;



– chłoniak;
 – ciąża zagrożona.

– alergię;
 – łuszczycę;
 – astmę;
 – infekcje;
 – uzależnienia.

Refleksologia budzi również płodność i pomaga zająć w ciąży.

Przeciwwskazania do refleksologii:
 – stany ostre wymagające leczenia operacyjnego;
 – stany bezpośrednio przed lub po zabiegach chirurgicznych;
 – pacjenci przed i po przeszczepach narządów;
 – świeże rany stóp, stany pourazowe stóp (złamania, zwichnięcia stawów do czasu wygojenia), grzybica stóp lub rozległe zmiany skórne stóp;
 – ciężkie choroby zakaźne;

RADOSŁAW MOLGA
 specjalista urolog

Centrum Medyczne
 ChŁODNAMED

Radom
 ul. Chłodna 26

zapisy telefonicznie

502 166 165
48 331 06 46

U/0406

Dla zdrowia i dobrego samopoczucia zachęcam każdego do zabiegu refleksologicznego stóp.

Olena Gromniuk
 Dyplomowany Refleksolog

Centrum Refleksologii
 i Medycyny Naturalnej

Olena Gromniuk
 refleksolog

Radom ul. Miła 9
 Zapisy telefoniczne
 tel. **662 675 645**

Y0349



Kompleksowe BADANIA SŁUCHU

M/0381

Zapraszamy na
BEZPŁATNE BADANIA SŁUCHU

Oddział w Radomiu:

SŁUCHMED

ul. Mieszka I 1/3, obok Poradni Laryngologicznej
tel. 789 218 601

UROLOGIA
 www.zdrowko.com

ZDROWIE
 www.zdrowko.com

ZDROWIE
 www.zdrowko.com

LARYNGOLOGIA
 www.zdrowko.com

LARYNGOLOGIA
 www.zdrowko.com

AURUM DENT

RADOM UL. PAMIĘCIKATYNIA 12A/1

TEL. 530 704 300
www.aurumdent.pl

GABINET DENTYSTYCZNY

LEK. STOM. MAREK ZATORSKI

KOMPLEKSOWE LECZENIE - NOWOCZESNA PROTETYKA

J/0294

Zapraszamy
pon-pt. 8.00 - 19.00
sobota 9.00-13.00lek.stomatolog
Hubert Szwede

SZWEDENTAL

Gabinet Stomatologiczno-Protetyczny
Radom, ul. Traugutta 6, tel 48/362-49-22RTG, leczenie, profilaktyka, uzupełnienia kosmetyczne,
protetyka, naprawa protez w 24h, korony porcelanowe
i ceramiczne

infolinia 794 101 801

J/0515

LUXDENT
Gabinet Stomatologiczny
Dariusz SzydłoRadom, ul. Struga 54 Lok 7
(wejście z tyłu budynku)

- Leczenie dorosłych i dzieci
- Bezbolesne usuwanie zębów
- Usuwanie kamienia nazębnego
- piaskowanie
- Lakierowanie zębów
- u dzieci i młodzieży do 18 roku życia
- Wybielanie zębów
- Protezy zębowe
- Korony, mosty - porcelanowe

Godziny przyjęć:

Informacje i zapisy:

pn. pt. 9.00 do 18.00
sobota 9.00 do 14.00695 726 422
48 360 64 36

J/0543

Coraz więcej osób starszych w Polsce. Opieka senioralna powinna być priorytetem państwa

W Polsce w szybkim tempie rośnie liczba starszych osób. Część z nich to osoby niesamodzielne, wymagające opieki. Jednak nie każdy może liczyć na pomoc bliskich, a obecnie państwo udziela niewystarczającego wsparcia ludziom tracącym samodzielność. Należy dążyć więc do stworzenia kompleksowego systemu świadczeń opiekuńczych i pielęgnacyjnych, tak aby osoby niesamodzielne i ich rodziny nie były pozostawione same sobie – apelowali eksperci podczas konferencji „Opieka nad osobami niesamodzielnymi w Polsce po 2020 roku – perspektywy, alternatywy, propozycje”.

W Polsce rośnie liczba osób starszych. Przewiduje się, że do 2050 r. liczba osób powyżej 65. roku życia wzrośnie o 77%. Wynika to m.in. z tego, że żyjemy coraz dłużej. Jednak część zyskanego czasu przypada na okres w chorobie (najczęściej kilku współistniejących chorób przewlekłych), która często oznacza niesamodzielność.

Praktycznie cały ciężar opieki nad seniorami, osobami niesamodzielnymi, spada na rodzinę, która z różnych powodów nie zawsze jest w stanie sprostać swoim obowiązkom (np. dzieci mieszkają w innych miastach, a często i krajach).

Poza tym spada liczba dzieci w gospodarstwie domowym, co wynika ze zmniejszającej się systematycznie od wielu lat liczby urodzeń.

Należy również zaznaczyć, że opieka nad osobami niesamodzielnymi jest kosztowna, a będzie jeszcze droższa. Jednocześnie wartość emerytur spada. Przyszli seniorzy będą mieć mniej pieniędzy na własne utrzymanie, a przecież już teraz przeciętna emerytura nie wystarcza na pokrycie kosztów utrzymania seniora.

– Wobec nieuniknionego wzrostu zapotrzebowania na opiekę długoterminową oraz ograniczenia możliwości sprawowania tej opieki przez rodzinę konieczne jest wprowadzenie rozwiązań systemowych – mówi prof. Piotr Błędowski z Instytutu Gospodarstwa Społecznego Szkoły Głównej Handlowej w Warszawie.

– System opieki długoterminowej



powinien obejmować zasady finansowania tych świadczeń, orzecznictwa o stopniu niepełnosprawności, organizacji usług środowiskowych, półstacjonarnych i stacjonarnych, przygotowania zawodowego opiekunów oraz nadzoru i kontroli jakości udzielanych świadczeń – podkreśla prof. Błędowski.

Z 13,6 mln gospodarstw domowych

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

ortodontalek.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 piętro605 384 773
48 363 53 66

J/0295

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. 15-20; Wt. 9-20; Śr. 15-20
Czw.-Pt. 9-20; Sb. 9-14

ORTO-LIVE

M. JANIK - PODGÓRSKA

chirurg stomatolog
Marek Roszkowicz

PROTETYKA NA IMPLANTACH
IMPLANTY

Zapisy tel. pn-pt w godz. 9-19.
602 660 944, 532 004 781
Radom ul. Lekarska 2A
ortolive.janik@gmail.com, www.ortolive.pl

ORTO-LIVE

M. JANIK - PODGÓRSKA

specjalista chirurgii szczękowo-twarzowej
lek. med. lek. stom. **Paweł Roguś**

PROTETYKA NA IMPLANTACH
IMPLANTY

Zapisy tel. pn-pt w godz. 9-19.
602 660 944, 532 004 781
Radom ul. Lekarska 2A
ortolive.janik@gmail.com, www.ortolive.pl

ujętych w narodowym spisie ludności z 2011 roku w 30,5% z nich (4,1 mln) mieszkają osoby w wieku 65 lat i więcej. W porównaniu do poprzedniego spisu z 2002 roku to przyrost o niemal 350 tysięcy gospodarstw. W tej liczbie ponad 1,2 mln (30%) stanowią gospodarstwa jednoosobowe.

Ustawa o pomocy osobom niesamodzielnym

Celem Ustawy o pomocy osobom niesamodzielnym jest zwiększenie dostępności, poprawa kompleksowości i ciągłości usług opiekuńczych dla osób zależnych od pomocy innych.

Ustawa zakłada m.in.

- wprowadzenie tzw. czeku opiekuńczego – to comiesięczne świadczenie (w wysokości od 650 do 1000 zł miesięcznie), które można wydać tylko na opiekę nad osobą niesamodzielną. Opiekunowie osób niesamozależnych będą mogli płacić nim za różnego rodzaju usługi, które ich odciążą. Dzięki temu będą mogli funkcjonować na rynku pracy;
- urlop bezpłatny w celu sprawowania opieki;
- możliwość refundacji kosztów opieki – dotyczy seniorów na emeryturze, którzy opiekują się seniorem partnerem,

rodzeństwem, czasem bardzo starymi rodzicami. Takie osoby mają już swoją emeryturę, ale w związku z tym, że opiekują się osobą mocno niesamodzielną, powinny mieć zwrot za tzw. kwalifikowane koszty opieki;

- tzw. opiekę wytchnieniową czasowo odciążającą opiekuna;

- teleopiekę – to usługa opiekuńcza, wykorzystująca nowoczesne technologie. Wprowadzenie do opieki nowych rozwiązań technicznych zmniejsza udział rodziny w sprawowaniu opieki.

Nowy zawód: asystent osoby niesamozależnej?

Ustawa zakłada również powstanie nowego zawodu: asystenta osoby niesamozależnej. Osoba taka musiałaby przejść odpowiednie szkolenia, a następnie zostałaby wpisana do rejestru. Podlegałaby także kontroli np. pracowników OSP czy pielęgniarki środowiskowej.

Szacuje się, że dzięki wprowadzeniu powyższych przepisów na rynku pojawiłoby się ok. 200 tys. zawodowych asystentów osób niesamozależnych. Osoby z rodziny mogłyby korzystać z opieki zastępczej, by np. odpocząć czy samemu poddać się leczeniu.

Źródło: poradnikzdrowie.pl

NZOZ DENT-ARTIS

lek. stom. **Bożena Domańska**
lek. stom. **Anna Domanska**

Radom,
ul. Waryńskiego 9a lok7 I piętro
tel.: 48 334 14 25, 604 481 599

Czynne codziennie
sobota po wcześniejszym uzgodnieniu

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

LECZENIE BEZ BOROWANIA
metodą abrazji wodno-powietrznej

multiDENT

GABINET STOMATOLOGICZNY
www.multident.radom.pl

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

Radom, ul. Traugutta 30
czynne: 9-18
tel. kom. 601 864 861
tel. 48 34 0000 4

GABINET STOMATOLOGICZNY

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

tel. 48 33 12 012
606 712 214

unident

JAWORSKY EDYTA I RADOŚLAW

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

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

SPECJALISTYCZNY GABINET OKULISTYCZNY**lek. Anna Dusińska-Kamińska***specjalista chorób oczu*

tel. lekarza 600 951 229

Rejestracja tel.: pn. - pt. godz. 9⁰⁰-19⁰⁰**48 385 18 12**przyjęcia czwartek 16⁰⁰-19⁰⁰

ul. Daszyńskiego 7

O/0273

**GABINET
OKULISTYCZNY****Ewa Kowalik-Stani**

Specjalista chorób oczu

**Radom,
ul. Żeromskiego 94
tel.: 48 331 03 84**

Przyjmuje

wtorek, czwartek godz. 16.30-18.00

O/0249

GABINET OKULISTYCZNY**PRACOWNIA BADAŃ ULTRASONOGRAFICZNYCH OCZU I OCZODOŁÓW
wysokiej klasy aparatem ultrasonograficznym****BADANIE ULTRASONOGRAFICZNE OCZU I OCZODOŁÓW w diagnostyce**

- Mętów w cieple 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



O/0658

BIOMETRIA GAŁKI OCZNEJ

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

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

Radom, ul. Bławatna 1, zapisy telefoniczne 790 424 555

ANGINA – choroba, która wraca LATEM

Angina w lecie? Tak! Zmiany temperatury powodują szok termiczny, który osłabia odporność i otwiera drogę infekcji, a wtedy angina gotowa. Czym się różni angina biała od anginy czerwonej i jakie mogą być powikłania anginy w lecie?

Angina (bakteryjne zapalenie migdałków), to choroba górnych dróg oddechowych wywołana zakażeniem przez paciorkowce, która szczególnie lubi atakować nas latem. Dlaczego?

Angina w lecie: przyczyny

To, że angina atakuje nas w lecie, to wina gwałtownych zmian temperatury. Szok termiczny osłabia układ odpornościowy, który nie jest w stanie odeprzeć ataku zarazków. Gdy w upały zjemy szybko lody, rozszerzone gorącym naczynia krwionośne gwałtownie się kurczą, więc śluzówka gardła staje się bardziej podatna na zakażenie. Chorobie sprzyja picie zimnych

napojów, głównie gazowanych, które ochładzają gardło i rozpułniają śluzówkę, więc łatwo wnikają do niej drobnoustroje. Ale nie trzeba pić lodowatej wody – już sam upał sprzyja zachorowaniu. W gorącym powietrzu wysychają śluzówki, a gdy uszkodzona zostanie pierwsza linia obrony, zarazki bez problemu wnikają do organizmu. Uśpione w migdałkach bakterie (stanowiące naturalną florę) w cieple zaczynają się gwałtownie rozmnażać.

Angina biała i czerwona

Bakterie przenoszą się drogą kropelkową, rzadziej przez wspólnie używane przedmioty. Choroba rozwija się gwałtownie. Najpierw bakterie atakują śluzówkę gardła. Staje się ono czerwone, a na powiększonych migdałkach pojawia się biały nalot (czopy ropne). Widać je gołym okiem, gdy szeroko otworzysz usta (angina biała). Czasem jednak bakterie od razu wnikają w głąb migdałków. Wówczas nie widać nalotu albo jest go bardzo mało, migdałki są opuchnięte i bardzo czerwone (angina

czerwona).

W anginie o podłożu wirusowym nie ma nalotu. Zawsze pojawia się nasilający się podczas przełykania ból gardła, który może promieniować do uszu. Przeszkoda w gardle i szybkie rozmnażanie się zarazków wywołują odruch wymiotny. Powstaje obrzęk węzłów chłonnych za uszami i pod żuchwą. Gdy wirusy dotrą w głąb organizmu, powiększają się węzły w jamie brzusznej. Czujesz się coraz gorzej, boli cię głowa, gorączka rośnie nawet do 40°C.

*Dokończenie na str. 22.***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

E

Y

S

P

N

O

F

Q

I

G

H

A

W

G

Z

M

U

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

O/0053

OPTYK
OKO
ZAKŁAD
OPTYCZNY

Dorota Miszczak
specjalista
rehabilitacji
okulistyki

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

czynny: codziennie 9.00 - 17.30, soboty 10.00-18.00

O/0467

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

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

**Radom
ul. Żeromskiego 62
pn., śr., pt. od 15****zapisy na telefon:
606 689 450**

O/0303

Nie wiesz? Przeczytaj – cykl urologia cz. 7

DIAGNOSTYKA CHOROÓB PROSTATY

Drodzy czytelnicy Informatora Zdrowko.

Od grudniowego 277. numeru Zdrówka publikujemy artykuły dr. hab. n. med. Igała Mora z dziedziny urologii. Wszystkie dostępne na stronie zdrowko.com zakładka archiwum Dzisiaj o diagnostyce chorób prostaty.



prof. dr hab. n. med. Igał Mor – UROLOG

Współzałożyciel i dyrektor zarządzający Szpitala Mazovia. Specjalista urolog, który posiada wieloletni staż pracy w Klinice Urologii Akademii Medycznej w Warszawie i Uniwersyteckiej Klinice Urologicznej w Beer Sheva. Dr Mor jest członkiem Polskiego i Europejskiego Towarzystwa Urologicznego.



SZPITAL
MAZOVIA

ZG

Diagnostyka gruczołu krokowego musi w pierwszej kolejności opierać się na wykluczeniu nowotworu.

Do tego celu służą nam następujące podstawowe badania diagnostyczne:

- badanie krwi (stężenie PSA),
- badanie palcem przez odbytnicę stercza (DRE, per rectum).

W przypadku wątpliwości urologa co do charakteru zmiany stercza wykonujemy badania dodatkowe, takie jak:

- USG przezodbytnicze (TRUS),
 - rezonans magnetyczny miednicy,
 - biopsja stercza pod kontrolą TRUS,
 - biopsja stercza fuzyjna (wykorzystująca rezonans magnetyczny i badanie TRUS).
- Kiedy wykluczmy raka gruczołu krokowego, należy zwrócić uwagę na inne dolegliwości związane z układem moczowo-płciowym, które mogą znacznie utrudniać komfort życia mężczyznom. Są to:

- dolegliwości przeszkodowe (osłabienie strumienia moczu, częstomocz, oddawanie moczu w nocy, mikcje tłoczną brzuszna, itd);
- dolegliwości podrażnieniowe (parcia naglące, częstomocz, popuszczanie moczu, pieczenie, ból).

Dolegliwości powyższe mogą być związane ze stanem chorobowym takim jak:

- łagodny rozrost gruczołu krokowego (BPH), kiedy powiększony, rozrośnięty gruczoł krokowy uciska mechanicznie cewkę moczową, utrudniając lub uniemożliwiając prawidłowy wypływ moczu z pęcherza.
- Bakteryjne zapalenie gruczołu krokowego. Kiedy bakterie wywołują objawy podrażnieniowe, powodują gorączkę i ból.
- Niebakteryjne zapalenie gruczołu krokowego (zespół bolesnej miednicy). Zespół niecharakterystycznych dolegliwości bólowych okolicy podbrzusza, którym towarzyszy często problem z oddawaniem moczu.
- Inne choroby niezwiązane bezpośrednio z gruczołem krokowym (np. zwężenie cewki moczowej, zwężenie ujścia zewnętrznego cewki moczowej, stulejka, itp.).

Wysokiej klasy specjalista urolog, dyrektor Szpitala Mazovia i ordynator urologii Szpitala Powiatowego w Kozienicach, prof. dr n. med. Igał Mor zaprasza pacjentów do Poradni Specjalistycznej Mój Lekarz Radom ul. Skrajna 113 – dzielnica Halinów.

Zapisy telefoniczne pod numerem
694 880 044.



Mój Lekarz Radom.pl
PORADNIA SPECJALISTYCZNA

**ul. Skrajna 113
Radom
oś. Halinów**

**WIZYTY PO UZGODNIENIU TELEFONICZNYM
694 880 044**

NASZ ZESPÓŁ

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

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

Neurolog – prof. hab. n. med. **Adam Kobayashi** – Instytut Psychiatrii i Neurologii w Warszawie, Oddział Neurochirurgii Szpitala Wojewódzkiego w Radomiu /Józefów/

Diabetolog, Pediatra – prof. dr hab. n. med. **Ewa Pańkowska** – Instytut Diabetologii w Warszawie

Terapia uzależnień – prof. dr hab. n. med. **Agnieszka Saracen** – prodziekan Wydziału Nauk o Zdrowiu UTH w Radomiu

Chirurg naczyński – dr. n. med. **Andrzej Ostrach** – były wieloletni 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/

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

Onkolog, Radioterapeuta – dr. n. med. **Jerzy Z. Skoczylas** – Radomskie Centrum Onkologii

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

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

Dermatolog, Lekarz Pierwszego Kontakt – lek. med. **Jolanta Ostrowska**

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

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

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

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

Psychiatra, Psychoterapeuta – lek. med. **Anna Zdzimira** - Szpital w Morawicy, Klinika Snu Erfurt

Wizyty domowe

od poniedziałku do niedzieli, godz. 8-18 - Lekarze Pierwszego Kontakt
lek. med. **Anna Żmudzin**, lek. med. **Łukasz Skórka**, lek. med. **Łukasz Słomski**

BADANIA: USG, USG DOPPLER, EKG, HOLTER EKG i CIŚNIENIOWY

ZDROWIE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

PORADNIE
www.zdrowko.com

PORADNIE
www.zdrowko.com

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

N/0387

**SPECJALISTYCZNY
GABINET
NEUROLOGICZNY**lek.med. **Ewa Dudzińska**
*specjalista neurolog***PRZYJMUJE:***poniedziałki 16 - 18***Centrum Medyczne**
MEDiana

Radom, ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)

N/0316

tel. 606731821**Gabinet Neurologiczny
i Leczenia Zaburzeń Pamięci**lek. specjalista. neurolog
Beata Topolska- Kordys

przyjmuje

Radom ul Klonowica 10/12
w środy od 14-16zapisy telefoniczne
od pon-piąt od 15-17**tel. 603-055-125**

N/0503

ANGINA – choroba, która wraca LATEM

Dokończenie ze str. 20.

Chorobie wirusowej może towarzyszyć katar, chrypka, łamanie w kościach.

Angina powikłania

Wbrew pozorom angina wcale nie jest błahą infekcją: obejmuje cały organizm, dlatego nie wolno jej leczyć na własną rękę. Skutki przechodzonej lub niedoleczonej choroby mogą być naprawdę groźne.

Przewlekłe zapalenie migdałków: zaniedbane leczenie prowadzi do nawrotów choroby, a to grozi przejściem ostrego zapalenia migdałków w stan przewlekły – część bakterii pozostaje w środku migdałków i przy najmniejszym spadku odporności powoduje kolejne infekcje.**Przerośnięcie migdałków:** jest następstwem częstych angin. Ze względu na liczne zwłóknienia nie chronią już one przed żadną infekcją i same stanowią zagrożenie, bo między włóknami żyją bakterie, do których nie docierają antybiotyki. W każdej chwili mogą się uaktywnić. Lekarz może rozważyć usunięcie migdałków. Trzeba to zrobić, gdy sączy się z nich ropna wydzielina.**Ropień w okolicy migdałka:** w gardle powstaje rodzaj guza wypełnionego ropą. Kłujący ból promieniuje do ucha, nasila się przy przełykaniu, powoduje szczykocisk. Węzły szyi są powiększone, bolesne. Rośnie temperatura. Leczenie polega na nacięciu ropnia. Podaje się antybiotyki, leki przeciwgorączkowe. Ból łagodzi płukanie gardła chłodnym naparem szalwii lub rumianku. Ropień jest wskazaniem do usunięcia migdałka.**Zapalenie ucha:** kilka dni po anginie pojawia się gorączka oraz silny ból ucha. To znak, że bakterie zadomowiły się w błonie śluzowej przewodu słuchowego, wywołując zapalenie. Spuchnięta śluzówka utrudnia odpływ wydzieliny zapalnej, śluzu i ropy. Wszystko zbiera się w uchu środkowym, powodując obrzęk błony bębenkowej. Potrzebny jest antybiotyk i środki przeciwbólowe. Pod wpływem wytworzonego w uchu ciśnienia może dojść do pęknięcia błony bębenkowej. Wówczas z ucha sączy się wydzielina ropna. Czasem trzeba naciąć błonę, by wydzielina znalazła ujście. Niewyleczone zapalenie może przejść w stan przewlekły, co prowadzi do niedosłuchu spowodowanego zaleganiem wydzieliny (lekarz usuwa ją drenem).

N/0394

lek. med. **Dorota Milanowska***specjalista neurolog*

przyjmuje w środy od godz 18.00

**CENTRUM
BERNARDYŃSKA**Radom,
ul. Bernardyńska 3A**tel. 511 511 234**
48 386 95 00**GABINET
NEUROLOGICZNY****MAŁGORZATA ZIOŁEK**
lekarz specjalista neurolog**Przyjmuje:****wtorek 16.00 - 17.00****Radom, ul. KellesKrauza 32**
tel. 48 36 229 83

N/0089



M. JANIK - PODGÓRSKA

ORTO-LIVE

prof. dr hab. n. med.

Witold Tłustochowicz

Specjalista chorób wewnętrznych

REUMATOLOG

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 układu naczyniowego

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

nie zostawia trwałych zmian w stawach, co odróżnia tę chorobę od RZS. Utajony proces choroby toczy się w sercu. Dochodzi do zwężenia zastawki mitralnej i niewydolności krążenia. W leczeniu gorączki reumatycznej stosuje się antybiotyki i preparaty z grupy NLPZ, rzadziej sterydy. Aby zapobiec kolejnemu rzutowi, antybiotyk podaje się co 3–4 tygodnie do 5 lat od ostatniego rzutu, do 30. roku życia. Gdy stwierdzono zapalenie serca lub/i doszło do wady serca, profilaktyka trwa jeszcze dłużej.

Ważne

Antybiotyk konieczny

W razie wątpliwości czy jest to zakażenie bakteryjne, czy wirusowe, lekarz może zalecić wykonanie testu na obecność paciorkowców, niekiedy też posiew z gardła z oznaczeniem antybiogramu. Jedynym skutecznym lekiem na anginę bakteryjną jest antybiotyk. Nie modyfikuj ani nie przerywaj kuracji, by nie doprowadzić do uodpornienia bakterii na lek. Oprócz anty-

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

www.wromed.pl

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**

biotyku można stosować środki obniżające gorączkę, które uśmierzą też ból głowy, płukać gardło letnim naparem z szalwii lub rumianku. Ulgę przyniesie ssanie tabletek z tymiankiem czy podbiałem. Pij dużo letnich herbatek owocowych i ziołowych oraz wodę. Dopóki masz gorączkę, zostań w łóżku. Choroba osłabia, unikaj więc wysiłku i szoku termicznego (opalania, kąpieli w morzu).

Zrób to koniecznie

Abry angina

nie dopadła cię podczas upałów

- unikaj gwałtownych zmian temperatury – nie przechodź bezpośrednio z pomieszczeń mocno nagranych do mocno wychłodzonych;
- nie pij bardzo zimnych napojów po wizycie na plaży lub po wejściu do domu z nagrzanej ulicy;
- w klimatyzowanych pomieszczeniach nie siadaj blisko nawiewu;
- nie ustawiaj klimatyzatora na maksymal-

nie niską temperaturę;

- podczas jazdy samochodem bez klimatyzacji nie otwieraj pełnego okna;
- unikaj nadmiernego przegrzania i gwałtownego wychłodzenia organizmu.

Źródło: poradnikzdrowie.pl

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

ULTRASONOGRAFIA KOMPLEKSOWE LECZENIE

Witold Świechowski

specjalista ginekolog - położnik
zastępca kierownika oddziału

tel. **601 812 317**
mariwit@op.pl

PRZYJMUJE:

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

"DORadca"

Kancelaria Doradztwa Podatkowego
Dorota Nowak

nr wpisu 10411

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

Prowadzenie:

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

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

tel.kom. 793027097, tel. 48 3602761

Ginekolog - położnik

Małgorzata Hejnar - Szczerbińska

Radom, ul Szewska 5

tel.: 602 288 359, 48 363 15 52

USG

GINEKOLOGIA

REUMATOLOGIA

ZDROWIE

RÓŻNE

GINEKOLOGIA

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

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

Bezpłatne 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

**PIELEGNIARSKA
OPIEKA DOMOWA**

**BEZPŁATNIE
NA PODSTAWIE**

UMOWY Z NFZ

ZGŁOSZENIA TELEFONICZNIE
codziennie w godz 8-20



48 360 74 52,
600 766 982

P/0430

Układ chłonny – „autostrada przemiany materii” w naszym organizmie

Najbardziej znanym układem transportującym w ludzkim organizmie jest układ krążenia. Jednak również układ chłonny w dużej mierze przyczynia się do tego, że nasz organizm „funkcjonuje” każdego dnia. Naczynia limfatyczne tworzą pewnego rodzaju sieć w całym organizmie. Gromadzą, transportują i filtrują substancje rozpuszczone w płynie tkankowym. Mogą to być przykładowo: białka krwi, tłuszcze, produkty przemiany materii lub produkty zapalne. Układ limfatyczny działa jak „wywóz odpadów specjalnych”, usuwając każdego dnia do czterech litrów limfy z tkanek, przez co wspomaga nasz układ odpornościowy. Jeśli transport ten jest zaburzony, jesteśmy narażeni na nieprawidłowe gromadzenie się limfy w tkankach. Występuje wtedy u nas limfodemia lub lipodemia.

Czym jest limfodemia?

Pod pojęciem limfodemii kryje się choroba przewlekła, która częściej dotyka kobiet niż mężczyzn. W przypadku zakłócenia działania układu chłonnego limfa nie może być nadal usunięta w prawidłowy sposób i zalega w tkance. Skutkiem tego jest bezbolesny obrzęk – tak zwany obrzęk limfatyczny, czyli limfodemia. Specjaliści rozróżniają limfodemię pierwotną i wtórną. W przypadku limfodemii pierwotnej mamy do czynienia z wrodzonym zaburzeniem układu limfatycznego. Jeśli dolegliwości pojawią się na skutek operacji, naświetlania, infekcji lub obrażeń, wówczas określa je się mianem limfodemii wtórnej. Często dotyczy to tylko jednej nogi lub ramienia – występuje asymetria.

Czym jest lipodemia?

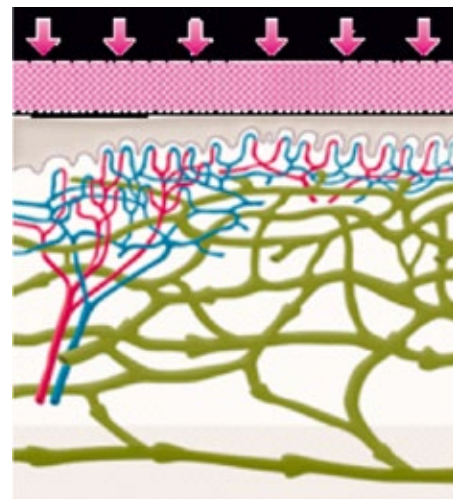
Lipodemia to choroba przewlekła charakteryzująca się zaburzeniem związanym z gromadzeniem się tłuszczu na ramionach i/lub nogach. Typowe dla lipodemii jest to, że nie występuje na tułowie. Ponadto u pacjentów dochodzi do wylewu krwi oraz silnych bólów podczas dotyku odpowiednich miejsc na ciele. Lipodemia zmienia kształt kończyn ciała w sposób symetryczny – obie nogi lub obie ręce są dotknięte w identyczny sposób.

Diagnoza – do kogo się zwrócić?

Z reguły w oparciu o dotychczasową historię choroby i gruntowne badania lekarz specjalista może stwierdzić, czy występuje u Ciebie obrzęk i jakiego jest rodzaju. Lekarze ogólni, interniści, chirurdzy naczyniowi lub też dermatolodzy posiadają często dodatkowe wykształcenie z zakresu układu limfatycznego.

Jak działają medyczne pończochy kompresyjne?

Medyczne pończochy kompresyjne to nieodłączny element terapii w przypadku lipodemii i limfodemii. Składają się ze specjalnej kompresyjnej dzianiny, która wykazuje dokładnie określony przebieg docisku (zmniejszający się od kostki aż do uda). W terapii leczenia lipodemii i limfodemii wykorzystuje się medyczne pończochy kompresyjne z dzianiny płaskiej. Służą one do utrzymania dotychczasowego sukcesu w fazie udrażniającej i zapobiegają pogorszeniu się obrzęku.



Oddziaływanie kompresoterapii na układ chłonny

Jak często należy nosić pończochy kompresyjne?

Dla uzyskania optymalnego rezultatu terapii istnieje tylko jedna odpowiedź: codziennie! Najlepiej zakładać pończochy codziennie rano tuż po przebudzeniu, ponieważ wtedy nogi nie są jeszcze spuchnięte.

Katarzyna Wójtowicz

Salon Medyczny



ARMED-ORT Sp. z o.o.

ul. Bernardyńska 1

26-600 Radom

tel.: 783 939 704

sklep@armed-ort.pl

Barbara Węgrzycka

Specjalista chorób płuc
Pulmonolog

Y0649

Radom, ul. Bernardyńska 3A



CENTRUM
BERNARDYŃSKA

511 511 234
48 386 95 00

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
Marzena Hinz	lek. chorób wew.
Wiesława Korycka	specj. ch. wewn., specj. med. rodz.
Agnieszka Lengowska	lek. ch. wewn., specj. med. rodz.
Piotr Liss	specj. ch. dziecięcych, alergolog
Marzena Maksym	lek. ch. wewn., specj. med. rodz.
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 Krąpiec - specjalista psychiatra

PRACOWNIA USG

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

Z0262

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

AAV0076

Papież Jezuita

Prezentując w tym miejscu „jezuickie świątynie” w Polsce, pisałem o świątyniach w Świętej Lipce, Poznaniu, Piotrkowie Trybunalskim, Starej Wsi koło Brzozowa, Nowym Sączu, Kaliszu oraz o 3 świątyniach krakowskich i 2 warszawskich. Patrząc na mapę Rzeczypospolitej i na liczne miejsca, w których działali jezuici, można by jeszcze wymienić wiele innych. Pozostańmy jednak przy tych już przedstawionych i przejdźmy do zupełnie nowego tematu tego kącika w „Zdrowku”.



Pamiętam dzień wyboru Papieża Franciszka, czyli kard. Jorge Mario Bergoglio SI. To SI (od łac. *Societas Iesu*) przy Jego nazwisku znacząco jedno – jest, a raczej był kapłanem Towarzystwa Jezusowego, czyli jezuitą. Napisałem „jest, a raczej był”, gdyż sprawa nie jest taka prosta.

Kiedy Papież po 4 miesiącach pontyfikatu wracał ze swojej pierwszej pielgrzymki (23–28 lipca 2013, Rio de Janeiro – Brazylia) – ze spotkania z młodymi na Światowych Dniach Młodzieży (3,7 mln uczestników) – w samolocie spotkał się z dziennikarzami i wtedy wśród wielu pytań zadanych przez otaczające Go „lwy” – jak sami określili się dziennikarze – odpowiedział na pytanie dziennikarki Caroliny Pigozzi:

Dobry wieczór, Ojciec Święty. Chciałabym wiedzieć, czy po wyborze na Papieża Wasza Świątobliwość nadal czuje się jezuitą...

– Jest to pytanie teologiczne, bo jezuici składają ślub posłuszeństwa papieżowi. Ale jeśli papież jest jezuitą, może powinien ślubować posłuszeństwo generałowi jezuitów... Nie wiem, jak to rozwiązać... Czuję się w mojej duchowości jezuitą, w duchowości Ćwiczeń Duchownych, tej duchowości, którą mam w sercu. Czuję się tak bardzo jezuitą, że za trzy dni będę świętował z jezuitami święto św. Ignacego: odpowiem poranną mszę św. Nie zmieniłem duchowości, nie. Franciszek, franciszkanin: nie. Czuję się jezuitą, myślę jak jezuita. Nie obłudnie, ale myślę jak jezuita. Dziękuję pani.

Jeszcze ciekawiej odpowiadali jezuici na całym świecie, którzy po wyborze Papieża – jezuitę, na pytanie co o tym sądzą, odpowiadali zgodnie: „że jest to koniec świata”. Nie mieściło się bowiem w głowie św. Ignacego – a także w głowach Jego duchowych synów – że, ślubując absolutne posłuszeństwo następcy Św. Piotra, w owym gronie następców Piotra ujrzą swojego współbrata.

Wiadomo, że zgodnie z prawem Kościoła, gdy zakonnik zostaje mianowany biskupem, przestaje być podległy regule zakonnej swojej wspólnoty oraz zakonnej jurysdykcji, a przechodzi pod jurysdykcję przewidzianą w Kościele powszechnym przez prawo kanoniczne. Nie przeszkadza to jednak, by nowy biskup żył swoją zakonną regułą na tyle, na ile jest to realne w nowych okolicznościach, choć owa reguła już go nie obowiązuje.

Tak stało się w wypadku Ojca Jorge Bergoglio, gdy otrzymał sakrę biskupią. Jednakże jak wynika z Jego wypowiedzi jako Biskupa Rzymu, nadal czuje się jezuitą i – jak mówi – myśli jak ktoś, kto został ukształtowany w szkole Ignacego z Loyoli, czyli jak jezuita.

JT JT

www.radom.jezuici.pl

PROKTOLOGIA CHIRURGIA ONKOLOGIA**dr n. med. Robert Rojewski**

26-600 Radom ul. Bolesława Chrobrego 42

Rejestracja: poniedziałek – piątek w godz. 10.00 - 16.00

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

www.rrojewski.pl - UMÓW WIZYTĘ

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

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

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

**BADANIE
USG**

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

F/0576

**Porady chirurgiczne
i onkologiczne****lek. med. Danuta Krajewska**
specj. chirurg**SZCZEGÓLNE CHOROBY PIERSI
PORADY i ZABIEGI**

wtorki 14.00 - 17.30

czwartki 15.00 - 18.00

tel. 48 363-33-73

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

Q/0045

Najlepsza dieta na upały

Najlepsza dieta na upały to dieta śródziemnomorska, której podstawę stanowią warzywa, owoce, pełnoziarniste produkty zbożowe i jogurty. Nie zapominaj o obiadach, ale dostosuj je do pogody, np. zupy zastąp chłodnikami. Nie lekceważ nawadniania organizmu i unikaj alkoholu. Zobacz, jakie potrawy utrzymują organizm w dobrej formie w gorące, letnie dni.

Najlepsza dieta na upały to potrawy lekkie, bogate w warzywa i owoce, wypełnione zdrowymi, jak najmniej przetworzonymi produktami, z codzienną dawką mleka i jogurtów, rybami morskimi i białym mięsem drobiowym zamiast schabowych, bez tuczających i osłabiających serce tłuszczów, słodczy i alkoholu. Oto idealna dieta na upalne dni.

**Dieta na upały
obniży temperaturę ciała**

Kiedy temperatura wzrasta, apetyt maleje. Całe szczęście są produkty, które działają chłodząco. Co jeść w upalne dni?

JOGURTY – orzeźwiają i wspomagają problemy trawienne wywołane wysoką temperaturą. Zawierają dużo wapnia i trawią się łatwiej niż mleko. W połączeniu z owocami jogurt zamieni się w pyszny, chłodny koktajl, idealny na podwieczorek!

OWOCE – warto wybierać pomarańcze, arbuzy, melony, gruszki, jabłka, czyli owoce regulujące poziom nawodnienia organizmu.

CZOSNEK – jego smak nie kojarzy się orzeźwiająco. Trzeba jednak wiedzieć, że czosnek poprawia krążenie krwi, pobudza organizm do naturalnego chłodzenia.

– Omijaj pułapki kaloryczne – radzi dr Magdalena Białkowska, specjalista w dziedzinie dietetyki w Instytucie Żywności i Żywnienia. Od dawna wiemy, że nasze zdrowie

w 52 proc. zależy od stylu życia, w 22 proc. od środowiska, w którym żyjemy, a tylko w 16 proc. od dziedziczonych genów. Latem przede wszystkim warto zwiększyć aktywność fizyczną i zmienić dietę na bardziej wartościową. Moc tanich owoców i warzyw sprzyja temu zadaniu. Owoce jedz w postaci naturalnej (jeżeli soki, to świeżo wyciśnięte). Nie wzbraniaj się przed produktami nieoczyszczonymi, zawierającymi cenny błonnik. Śniadania urozmaicaj wzbogacanym żelazem muesli. Ogranicz natomiast spożywanie wołowiny.

Dieta na upały: obiad na zimno

Kiedy temperatury przekraczają 30 stopni Celsjusza, może brakować ochoty na obfity, dwudaniowy obiad. Pomimo to, nie możemy o nim zapomnieć. Zamiast gorącej zupy wybierzmy chłodnik na bazie kefiru lub naturalnego jogurtu. Pamiętaj o tym, żeby w każdym posiłku znalazły się świeże owoce lub warzywa, a na drugie danie przygotuj sałatkę. Żeby stała się bardziej sycąca, do sałaty, papryki, pomidorów warto dodać ser żółty lub mozzarellę i garść brązowego ryżu. Danie przyprawione świeżymi ziołami i łyżką oliwy będzie lekkostrawne i wspomogę wchłanianie witamin z warzyw.

Dieta na upały: należy więcej pić

Niezależnie od tego czy ma się pragnie-



nie, czy nie, powinno się wypijać minimum 2 litry płynów dziennie. Najlepiej, by były to wody mineralne, soki, herbatki ziołowe lub owocowe. Lekarze nie polecają napojów zawierających kofeinę, ze względu na jej działanie moczopędne i pobudzające. Pamiętaj, że wzrost temperatury ciała o każdy stopień powyżej 37 powoduje wzrost zapotrzebowania organizmu na wodę o 500 ml. Osoby starsze, a czasem dzieci nie odczuwają pragnienia. Dlatego trzeba pilnować, by wypijały często i po trochu odpowiednią porcję.

Dokończenie na str. 28.

GABINET PSYCHOLOGICZNY

konsultacje, porady, terapia

wsparcie w sytuacjach kryzysowych - dla dzieci, młodzieży i dorosłych

mgr Małgorzata Zarębapsycholog, socjoterapeuta,
oligofrenopedagog

tel. 604 940 757

mgr Katarzyna Winiarskapsycholog,
socjoterapeuta

tel. 500 170 146

H/0352

M. JANIK - PODGÓRSKA
ORTO-LIVE**Wioletta Latosek**

NEUROLOGOPEDA

Zapisy tel. pn-pt w godz. 9-19.

602 660 944, 532 004 781

Radom ul. Lekarska 2A

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

N/0604



Poradnia Wspomagania Rozwoju dla dzieci

Radom ul. 11-go Listopada 2/4

oferujemy:

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

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

Zapraszamy!

Y/0643



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, DOŚWIADCZONYCH SPECJALISTÓW:

- logopedzi • surdologopedzi • neurologopedzi
- specjaliści wczesnej interwencji logopedycznej
- oligofrenopedagodzy • pedagogzy • surdopedagodzy
- psychologowie w tym z uprawnieniami do diagnozy i terapii neuropsychologicznej • fizjoterapeuta
- terapeuci wczesnego wspomagania 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 połykania 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/0644

O szpitalach radomskich

Mazowiecki Szpital

Specjalistyczny sp. z o.o.

Dokończenie historii Mazowieckiego Szpitala Specjalistycznego Sp. z o.o. z poprzedniego (282.), majowego numeru Zdrówka.

Potencjał szpitala był bardzo duży – już w 2002 roku został on sklasyfikowany wśród 100 najlepszych polskich szpitali na 38. miejscu, a na Mazowszu na 3. miejscu. Jednocześnie oddziały Wewnętrzne prowadzone przez doktorów: Sławomira Narożnika i Wojciecha Dworżańskiego zajęły pierwsze miejsca w swoich specjalnościach medycznych. W tym okresie, dzięki pracy zespołu lekarskiego, był to rozwojowy szpital o dużym potencjale. Działający od 1995 r. Mazowiecki Szpital Specjalistyczny Sp. z o.o. ma 760 łóżek w 21 oddziałach szpitalnych, w 6 Zakładach i w 4 Pracowniach, w których rocznie hospitalizowanych jest ok. 36 tys. pacjentów. Jako jedyny na tym obszarze leczy pacjentów wymagających interwencji kardiologicznych, neurochirurgicznych, chirurgii dziecięcej oraz otolaryngologii. Posiada 29 poradni specjalistycznych. Posiada również blok operacyjny z dziewięcioma nowoczesnymi wyposażonymi salami operacyjnymi. Niestety w ostatnim czasie, na skutek prowadzonej restrukturyzacji, ilość łóżek szpitalnych oraz Oddziałów ulega zmniejszeniu. Doszło również do przekazania podmiotom zewnętrznym Zakładu Diagnostyki Obrazowej oraz Laboratorium Analitycznego. Pacjenci mają zapewniony pobyt w salach jedno-, dwu- i trzyosobowych, często posiadających osobne węzły sanitarne. Sale wyposażone są w odbiorniki telewizyjne (system płatnej TV kablowej). Budynek jest w pełni przystosowany dla osób niepełnosprawnych dzięki specjalnym podjazdom, windom i węzłom sanitarnym.

Na terenie szpitala znajduje się Kaplica pw. Matki Bożej z Lourdes, Apteka Ogólna, Urząd Pocztowy, Biblioteka beletrystyczna, Biblioteka Lekarska (filia Głównej Biblioteki Lekarskiej), Punkt Zaopatrzenia Ortopedycznego, Punkt Krwiodawstwa, kwiaciarnia, salon fryzjerski, sklepy i bufet.

W budynku głównym Szpitala znajduje się także centrum konferencyjne na 450 osób.

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

Dzisiaj działa jako Mazowiecki Szpital Specjalistyczny w Radomiu.

Szpital zdobył pierwsze miejsce w plebiscycie Hipokrates Radomski 2018 w kategorii Najlepszy Szpital. W plebiscycie organizowanym przez Echo Dnia wyróżniono również siedmioro lekarzy i pielęgniarek pracujących w lecznicy na Józefowie.



Specjalistyczny Ośrodek Diagnostyki i Rehabilitacji Dzieci i Młodzieży z Wadą Słuchu
Wszystkie usługi i świadczenia dla DZIECI I DOROSŁYCH realizowane są w ramach



ZAPRASZAMY,
RADOM, ul. Wjazdowa 4
tel./fax 48 362 84 74,
tel. 48 362 25 02,
tel. kom. 696 489 002.

ZAKRES DZIAŁALNOŚCI:

- DIAGNOZA TERAPIA I REHABILITACJA: logopedyczna, psychologiczna, pedagogiczna
- badania słuchu, dobór aparatów słuchowych u dzieci i dorosłych
- pomoc rodzinie
- logorytmika
- rehabilitacja ruchowa
- terapia SI

LEKARZE W RAMACH NFZ
Małgorzata Mikulska
lek. laryngolog spec. foniatra
pn. od godz. 15, czw. 8.00 - 11.00

Barbara Czapluk
lek. laryngolog
środy od godz. 12.30 - 15.30

Poradnia Rehabilitacji Zaburzeń Słuchu i Mowy

- Indywidualna terapia logopedyczna, surdologopedyczna, pedagogiczna, surdopedagogiczna i opieka psychologiczna.
- Całościowa diagnoza psychologiczna, pedagogiczna i logopedyczna - wydawanie dokumentów na potrzeby szkół, komisji ds. niepełnosprawności oraz inne.
- Systematyczne zajęcia grupowe dla dzieci i młodzieży z uszkodzeniami słuchu.
- Współpraca ze szkołami, przedszkolami i innymi placówkami.
- Terapia metodą Warnego połączona z ćwiczeniami logopedycznymi i pedagogicznymi.

Poradnia Logopedyczna

Poradnia prowadzi działalność diagnostyczną, terapeutyczną, doradczą i profilaktyczną w zakresie:

- Indywidualnej terapii logopedycznej.
- Opieki i profilaktyki logopedycznej.
- Profilaktycznych zajęć grupowych.
- Współpracy ze szkołami, przedszkolami itp.
- Merytorycznej pomocy podczas terapii dla rodziców.

Poradnia Laryngologiczna

- Diagnostyka i leczenie chorób uszu, gardła, nosa i krtani u DZIECI I DOROSŁYCH.
- Diagnostyka i leczenie zaburzeń słuchu.
- GABINET PROTETYKI SŁUCHU**
- Dobór aparatów słuchowych i wkładek.
- Akcesoria.
- Fachowa pomoc i opieka.

Poradnia Psychologiczna

- Indywidualna terapia psychologiczna dla dzieci, młodzieży i dorosłych.
- Terapia poznawczo-behawioralna zaburzeń lękowych i depresyjnych.
- Wspomaganie rozwoju i uzdolnień dziecka, psychoedukacja rodziców.
- Wspomaganie wychowania dzieci i młodzieży z zaburzeniami przystosowanymi, trudnościami wieku dojrzewania.
- Pomoc w zakresie sytuacji kryzysowych.
- Wzmacnianie kompetencji społecznych, zasobów osobistych.
- Rozwijanie kompetencji wychowawczych.
- warsztaty dla rodziców.
- Terapia dzieci i młodzieży (trudne zachowania).
- Poradnictwo.

PRZYJMUJĄ SPECJALIŚCI:

- logopeda,
- surdologopeda
- psycholog
- pedagog
- surdopedagog
- psychoterapeuta
- terapeuta SI
- lekarz rehabilitacji medycznej
- logorytmik
- rehabilitant ruchu
- lekarz otolaryngolog
- protetyk słuchu

BEZPŁATNE BADANIE SŁUCHU KONSULTACJE LARYNGOLOGICZNE

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

30 LAT TRADYCJI !!! WIEDZA - DOŚWIADCZENIE - PROFESJONALIZM

Najlepsza dieta na upały

Dokończenie ze str. 26.

Ludzki organizm składa się głównie z wody – nasze mięśnie zawierają jej ok. 75 proc., krew – ok. 82 proc., mózg zaś prawie 76 proc. Nic zatem dziwnego, że dorosły człowiek w przeciętnych warunkach temperatury i wilgotności, właściwych dla klimatu umiarkowanego, wytrzyma bez wody zaledwie od siedmiu do dziesięciu dni (bez jedzenia – trzydzieści). Ponieważ płyny krążące po naszym organizmie niosą do każdej komórki potrzebne związki organiczne i nieorganiczne, zadajmy o to, by były to soki naprawdę

dobrej jakości.

Dieta na upały:

nie jedz lodów w upały!

Kiedy ciało potrzebuje natychmiastowego ochłodzenia, chętnie sięgamy po lody lub wodę z lodówki. Spożywane zachłannie mogą wywołać przeziębienie albo anginę. Gwałtowna różnica temperatur spowoduje szok termiczny, a nieprzyjemne skutki choroby przykują nas do łóżka nawet na kilka tygodni.

Ważne

Jeżeli musisz przyjmować środki moczące i na zaparcia, koniecznie wypijaj podwójną porcję wody. Inaczej realna staje się groźba odwodnienia.

Uzupełniaj sól, ale tylko wtedy, gdy brakuje jej w codziennej diecie

Gdy jest ciepło, więcej się pocisz. Pot, schładzając organizm, ma za zadanie obronić go przed nadmiernym przegrzaniem. Nieste-

ty, wraz z potem, usuwana jest z organizmu woda i sole mineralne. A te trzeba koniecznie uzupełniać, bowiem ich niedobór nie jest sprawą błahą. Narasta wtedy osłabienie i wyczerpanie, pojawia się niepokój, brak apetytu, nudności, grożą ci również skurcze tyłek.

Czy oznacza to, że trzeba solić wodę w czasie upałów?

Niekoniecznie, bo trzeba wiedzieć, że zamiast zalecanej dawki ok. 6 g soli dziennie przeciętnie spożywamy aż 17 g. Dlatego też przesadna dbałość o solenie wody w czasie upałów nie jest konieczna. Nawet jeśli ograniczamy sól w posiłkach, w półproduktach (np. wędlinach) znajduje się wystarczająco dużo ukrytego chlorku sodu.

Zimne piwo ugasi pragnienie w gorące dni?

Mówi się, że w upał nie ma nic lepszego niż zimne piwo. Nic bardziej mylnego! Kiedy temperatury powietrza są wysokie, nie powinno się pić alkoholu. W gorące dni szybciej się upijamy, łatwiej o zasłabnięcie czy zawroty głowy. Alkohol odwadnia organizm, podobnie jak kawa. Pamiętajmy, aby szczególnie wystrzegać się napojów wysokopiętowych.

Unikaj produktów typu light

Jeżeli w lecie postanowiłaś/eś stracić parę kilo nadwagi, nie daj się złapać w pułapkę produktów light, które często mają większy procent tłuszczu niż te zwykłe, unikaj superkalorycznych tzw. soft drinków (alkohol szybko wchłania się i sprzyja tyciu, bo nasila apetyt), omijaj z daleka wszelkie przybytki ulicznej gastronomii i zapomnij o lodach.

Źródło: poradnikzdrowie.pl



Kazimierz Ciszek

Specjalista ds. ubezpieczeń i inwestycji

OFERUJE

zabezpieczenie finansowe w razie: poważnego zachorowania, niezdolności do pracy po chorobie lub NW, za doznany uszczerbek wskutek NW.

Program zrekompensuje utratę dochodów z w/w powodów oraz zapewni środki na spłatę kredytów, czy utrzymanie dla rodziny w razie śmierci.

Płacąc składki na ZUS od działalności gospodarczej poszkodowany otrzymuje niskie świadczenia, które należy uzupełnić dobrze dobraną polisą

Szczegółowe informacje: Radom, ul. B. Prażmowskiego 15 lok. 24 II p.
tel.: 48 362-8065; 602 650 374
ciszek.kazimierz@aviva.com.pl

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

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, 510 781 404

Badania urodynamiczne w ramach NFZ

Laserowe zabiegi
obniżenia ścian pochwy - odpłatnie

Dr nauk medycznych

Grzegorz Szcześniak

specj. chirurgii ogólnej i onkologicznej

BIOPSJA MAMMOTOMICZNA PIERSI!

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

Nawiążemy współpracę z dermatologiem

- zabiegi laserem ER : YAG

www.euromed.radom.pl

F/0331

dr n. med. **Andrzej Wypyski**
specjalista chirurgii dziecięcej

CHIRURGIA DZIECI I MŁODZIEŻY

Leczenie ran trudnogojących
u dzieci i dorosłych.

OPARZENIA OWRZODZENIA ODLEŻYNY

przyjmuje w Radomiu:

ul. Mieszka I 1
czwartek 17-18

ul. Struga 57a
poniedziałek, wtorek, piątek: 16-17

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

F/0342

Jak podróżować bezpiecznie?

Długa podróż bywa wyczerpująca i jest sporym obciążeniem dla organizmu. Co zrobić, by upłynęła komfortowo?

Przed tobą długa podróż. Bez względu na to, czym będziesz podróżować, możesz znacznie zminimalizować zmęczenie i stres.

W podróży nie przeciążaj kręgosłupa

Gdy przez wiele godzin tkwisz w pozycji siedzącej, kręgosłup zaczyna dawać się we znaki, bo długotrwały ucisk na zakończenia nerwowe powoduje ból. Kiedy zaś podnosisz ciężkie torby czy przenosisz je z miejsca na miejsce, fundujesz kręgosłupowi ogromne przeciążenia. Jeśli powtarza się to często, może dojść do trwałego rozciągnięcia



cia więzadeł i przemieszczenia dysków.

Nasze rad

- Ustaw fotel w samochodzie tak, by ciężar ciała przesunąć z ud na pośladki.
- Wsiadając do auta, najpierw siądź na fotelu, a dopiero potem wsuń nogi.
- Gdy prowadzisz, ustaw nieco do góry lusterko wsteczne – aby w pełni z niego skorzystać, będziesz musiała utrzymać wyprostowaną pozycję.
- Jeśli jesteś pasażerem, zaopatr się w poduszkę w kształcie rogala – zapobiega nadwężeniu mięśni wokół kręgosłupa szyjnego. Kierowcy przyda się tzw. poduszka lędźwiowa wspierająca dolny odcinek kręgosłupa.
- W czasie długich podróży samochodem zatrzymuj się

co godzinę i spaceruj przez 5–10 minut, aby rozprostować kości i wykonać kilka ćwiczeń.

- Podróżując autokarem, koleją, statkiem, samolotem, co jakiś czas wstań i przejdź się.
- Umiejętnie spakuj walizki – lepiej zabrać dwie mniejsze niż jedną dużą i bardzo ciężką.

- Podnosząc ciężkie torby, najpierw przykucnij, a dopiero potem je dźwignij, prostując jednocześnie obie nogi.

- Bagaże noś w obu rękach, równomiernie rozkładając ciężar. Jeszcze lepszym rozwiązaniem są walizki na kół

Źródło: poradnikzdrowie.pl

Dokończenie w kolejnym
284. sierpniowym numerze Zdrówka

Halina Łopuszańska

specjalista psychiatra

przyjmuje:

Środa od 16.00

tel. 695 757 775

S/0362

Jan Kopacz

lekarz specjalista psychiatra

przyjmuje prywatnie
we wtorki od godziny 15,30
budynek Poradni Rehabilitacji
POLMEDIC

Radom, ul. Okulickiego 76

Rejestracja pacjentów
od pon. do pt. w godz. 8-19
tel.: 48 386 90 60

S/0333

Marek Paliński

specjalista psychiatra

przyjmuje prywatnie
w środy od godziny 15,30
budynek Poradni Rehabilitacji POLMEDIC
Radom, ul. Okulickiego 76

Rejestracja pacjentów
od pn. do pt. w godz. 8-19
tel.: 48 386 90 60

S/0414

SPECJALISTYCZNY GABINET PSYCHIATRYCZNY

Leczenie zaburzeń nerwicowych, depresji i psychoz.

Agata Nowakowska

lekarz specjalista psychiatra

tel: 506 472 466

Robert Nowakowski

lekarz specjalista psychiatra

tel: 502 258 348

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

S/0308

CHIRURGIA
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

PSYCHIATRIA
www.zdrowko.com

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

ŚWIADCZY USŁUGI NA NFZ ORAZ KOMERCYJNIE

Świadczenia NFZ

- Poradnie Podstawowej Opieki Zdrowotnej: lekarz chorób wewnętrznych, pediatra, pielęgniarka środowiskowa, punkt szczepień - **MOŻLIWOŚĆ ZAPISÓW NOWYCH PACJENTÓW**
 - Poradnie specjalistyczne: okulistyka, neurologia, kardiologia, pulmonologia, otolaryngologia, gastroenterologia, ginekologia, ortopedia - NFZ
 - Poradnia Zdrowia Psychicznego; lekarz psychiatra oraz psychoterapeuta - NFZ
 - Rehabilitacja i fizykoterapia - świadczenia na NFZ oraz komercyjnie
 - Stomatologia - świadczenia protetyczne - NFZ
- PORADNIA MEDYCyny PRACY** – badania wstępne, okresowe i kontrolne do pracy. Badania kierowców wszystkich kategorii.

Posiadamy:

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

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

Agnieszka Sala

Pediatra

specjalista chorób dzieci

Radom,
ul. Daszyńskiego 7
przyjmuję
w poniedziałki i piątki 16-20
w soboty 9-15

tel. 731-279-115

T/0020

lek. med. **Piotr Słyk**

specjalista chorób dziecięcych,
radiolog

**SPECJALISTYCZNY
GABINET PEDIATRYCZNY
oraz BADANIA**

USG

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

Wtorek 14⁰⁰-15⁰⁰, Środa 15³⁰-17⁰⁰

Tel.dom. 48 385 11 42

tel.kom. 603 208 589

T/0074

Niedziela Palmowa w Ziemi Świętej

PIELGRZYMKA
SŁUŻBY ZDROWIA

30.03-6.04.2020

ZAPISY DO 30 SIERPNIA

Informacje:

ks. Konrad, tel. 604214773,

email: xkwojcik@gmail.com



PIERWSZA POŻYCZKA

NA 30 DNI ZA DARMO,
oddajesz tyle,
ile pożyczasz !!!

SZYBKIE POŻYCZKI

- na dowolny cel
do 1500 zł.
- nawet do 15 tyś w 24 H.

Radom, ulica Witolda 7, tel. 795 959 919. Zapraszamy, pn./pt. 9-17

Y/0348

W MOCY BOŻEGO DUCHA

95. Ogólnopolska Pielgrzymka Służby Zdrowia na Jasną Górę

W dniach 25-26 maja odbyła się 95. Pielgrzymka Służby Zdrowia na Jasną Górę. Hasło tegorocznej Pielgrzymki brzmiało: „W mocy Bożego Ducha”.

W tym roku czynny udział w organizacji Pielgrzymki brali udział przedstawiciele naszej diecezji. Serdecznie dziękujemy Wszystkim zaangażowanym w organizację przejazdu, prowadzenie nabożeństw i oprawę Mszy świętych. Szczególnym przeżyciem była Droga Krzyżowa ze świecami na wałach jasnogórskich. Rozważania przygotowane i prowadzone przez przedstawicieli naszej diecezji budziły głębokie refleksje nad znaczeniem radości i trudów związanych z pracą w Służbie Zdrowia.

Serdecznie dziękujemy przedstawicielom Katolickiego Stowarzyszenia



Lekarzy Polskich Oddział Ziemi Radomskiej i Katolickiego Stowarzyszenia Pielgrzymek i Położnych w Radomiu za zaangażowanie w organizację Pielgrzymki.

Już nie możemy doczekać się wspólnego pielgrzymowania w przyszłym roku.

Ks. Konrad Wójcik
Diecezjalny duszpasterz Służby Zdrowia

KAPELAŃSKIE ABC

Namaszczenie chorych - cz. 3



Ks. dr Radosław Kacprzak, kapelan Mazowieckiego Szpitala Specjalistycznego w Radomiu, wykładowca WSD w Radomiu

„Czy może ksiądz położyć olejki dla mojego chorego taty? Może to się jeszcze do czegoś przyda, a przy okazji jego zdrowie się polepszy”. W czasie mojej posługi często słyszę takie prośby i cieszę się, że mogę wtedy wyjaśnić rodzinom i chorym, jaka jest różnica między olejkami kupowanymi w sklepie, a olejem używanym do sakramentu namaszczenia chorych.

List św. Jakuba podpowiada, by w chorobie sprowadzić kapłanów, by namaścić olejem w imię Pana (por. Jk 5, 14). Zdanie to świadczy o biblijnych źródłach namaszczenia. W innym miejscu czytamy zaś, że na chorych należy kłaść ręce, a ci odzyskają zdrowie (por. Mk 16, 17 nn).

Istotą tego sakramentu jest modlitwa nad chorym i namaszczenie go olejem z oliwek poświęcanym każdego roku przez biskupa w czasie wielkoczwartkowej Mszy Krzyżma. Warto wspomnieć, że gdy okoliczności tego wymagają, można użyć też innego oleju roślinnego. Kiedy kapłani udzielają tego sakramentu, namaszczają czoło i dłonie chorego, a także kładą ręce na jego głowie. Symboliczne gesty są wyrażeniem tego, że sakrament namaszczenia chorych odnosi się do całego człowieka, gdyż głowa i ręce to znak całej osoby i jej aktywności w świecie. Gesty te są też nawiązaniem do namaszczenia przez Ducha Świętego.

Kapłan w czasie obrzędu namaszczenia wypowiada również słowa: „Przez to święte namaszczenie, niech Pan w swoim nieskończonym miłosierdziu wspomaga cię łaską Ducha Świętego. Pan, który odpuszcza ci grzechy, niech cię wybawi i łaskawie podźwignie” (zob. KKK 1513, 1517, 1519, 1531, KPK, kan. 998).

Trzeba także przypomnieć, że sakramentu namaszczenia chorych mogą udzielać tylko biskupi oraz kapłani. Nie mogą tego praktykować osoby świeckie. Zadaniem tych ostatnich jest przygotowanie chorych do przyjęcia z wiarą tego niezwykłego daru. Taką rolę mogą pełnić zarówno lekarze, jak i pielęgniarki, a także opiekujący się chorymi. Bardzo często bowiem ludzie cierpiący ulegają różnym przesądom i boją się kapłana, który proponuje umocnienie tym sakramentem. Twierdzą, że nie jest jeszcze z nimi tak źle i nie zamierzają umierać, a przecież ten sakrament to ostatnie namaszczenie.

Warto zatem, by osoby, które dbają o zdrowie chorych, częściej zachęcały ich do większej otwartości na przyjęcie tego sakramentu. Jest on bowiem niezwykle cennym umocnieniem w trudnych doświadczeniach choroby i cierpienia, a nie jakimś tylko magicznym znakiem z olejkami.

CDN.

Najbliższe wydarzenia Duszpasterstwa Służby Zdrowia

17-22 czerwca - Pielgrzymka Służby Zdrowia do Paryża

25-30 czerwca - Piesza Pielgrzymka w Intencji Trzeźwości, Radom-Niepokalanów

14 lipca, godz. 15:00 - comiesięczna Msza święta w intencji Służby Zdrowia (Parafia Miłosierdzia Bożego w Radomiu, ul. Starokrakowska 144).

POSŁUGA DUSZPASTERSKA W SZPITALACH

RSS TOCHTERMANA

MSZA ŚWIĘTA - Niedziela - 9.30, pn. - sob. - 7.30
Kaplica otwarta w godz. 6.00 - 21.00

UDZIELANE SAKRAMENTY:

EUCHARYSTIA: roznoszenie Komunii świętej:
- codziennie godz. 6.00 - 12.30.

SPOWIEDŹ: podczas roznoszenia komunii św. lub w innym czasie na prośbę chorego lub rodziny.

SAKRAMENT NAMASZCZENIA CHORYCH

- udzielany jest podczas roznoszenia Komunii św. lub w innym czasie na prośbę chorego lub rodziny.

KAPELANI:

ks. kan. Mirosław Bandos, ks. Przemysław Wójcik
TELEFON DYŻURNY: 602307457

OR GISERSKA

Msza Święta - Niedziela i Uroczystości - godz. 14.30

SWPZZPOZ KRYCHNOWICE

MSZA ŚWIĘTA w kaplicy szpitalnej:

od pon. do sob. godz. 7.45, Niedziela o godz. 9.30

SPOWIEDŹ: codziennie w kaplicy lub na oddziale

KAPELANI: ks. Mirosław Kszczot, ks. Konrad Wójcik

MSzS 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 na terenie szpitala.

Więcej informacji: www.kapelan.radom.pl

Radomskie Centrum Onkologii

MSZA ŚWIĘTA w kaplicy szpitalnej: Niedziele

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

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

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

Druk - 4ART

fit APTEKA

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

ul. Tochtermana 1
Pon-pt 8-20
Sob 8-15

ul. Główna 12
Pon-pt 8-20
Sob 8-14

ul. Traugutta 42
Pon-pt 7.30-19.30
Sob 8-14

ul. Królowej Jadwigi 13
Pon-pt 8-20
Sob 8-14

A/0004

APTEKA
Radosław Pawlik
mgr farm.
Radom
ul. Warszawska 4

Pon-Pt 8:00 - 19:00
Sob 8:00 - 14:00

A/0131

APTEKA

MGR FARM. HELENA
BORYSEWICZ-PAWLIK

RADOM UL. CHROBREGO 9

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



48 364 07 07

A/0007

APTEKA CAŁODOBOWA

CZYNNA 24 GODZINY

**W DNI POWSZEDNIE
NIEDZIELE I ŚWIĘTA**

tel.: 48 36 234 16

Radom, Pl. Konstytucji 3 Maja 5

A/0013

Apteka

mgr farm. Przemysław Niedziątek

Radom, ul. Komandosów 4

Pon. - Pt. 8.00 - 20.00, Sob. 8.00 - 14.00

tel. 48 363 43 41

A/0036

**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