

# ZDRÓWKO

INFORMATOR BEZPŁATNY

## Rok szkolny rozpoczęty. Żyjemy!

Mamy w pamięci tekst z filmu w reżyserii Juliusza Machulskiego „Seksmisja”: „Uratowani! Uratowani jesteśmy! Bocian! Patrz! Bocian! Jak on żyje, to znaczy, że my też możemy. Bocian, bociuś!” Wprawdzie bociany już w drodze do Afryki prawie wszystkie, to przywołałem ten cytat uznając, że progowym wydarzeniem dla nas wszystkich w trwającej od marca wojnie z koronawirusem był powrót dzieci i młodzieży do szkół. Dzięki staraniom dyrektorów, pracowników szkół i rodziców oraz przede wszystkim młodzieży, nie nastąpiło żadne spektakularne tąpnięcie. Stosując się do zaleceń sanitarno-epidemiologicznych możemy z optymizmem patrzeć w przyszłość. Wrzesień, październik i listopad to te miesiące, w których infekcji dróg oddechowych zawsze było więcej i łatwo nie będzie, ale zbierać się trzeba

i wracać do normalności. Maseczki, rękawiczki czy pojemniki z płynem dezynfekcyjnym wpisały się jako atrybuty towarzyszące nam na każdym kroku. Wszak stosowanie się do zaleceń lekarzy, to nie są ciężary nie do udźwignięcia. Można z tym wszystkim zaprzyjaźnić się i żyć. Trzeba pozbyć się złudzeń, że ten wirus zostanie kiedyś zlikwidowany. Trzeba się pogodzić, że będzie mutował, zmieniał się i nam towarzyszył jak wiele innych chorób, z którymi jednak jakoś żyjemy. 22 września żegnamy się z kalendrzowym latem, 23 września witamy jesień. Życząc wszystkim czytelnikom informatora nade wszystko dobrego zdrowia, zachęcając do podejmowania ciągłej walki z koronawirusem, zapraszam do lektury wrześniowego 298. numeru Zdrówka.

zg



WYBRANE ARTYKUŁY:

### Dobry, zły i brzydki: stres w pracy (i nie tylko)

*Czytaj na stronie 3.*

### Jeszcze większa siła w walce o nasze zdrowie

*Czytaj na stronie 6.*

### Kiedy Polacy zaszczepią się na koronawirusa

*Czytaj na stronie 8.*

### X Tydzień Społeczny

*Czytaj na stronie 10.*

### Agresja ZSRR na Polskę

*Czytaj na stronie 12.*

### Łamliwe paznokcie

*Czytaj na stronie 16.*

### Bogactwo natury - jarzębina

*Czytaj na stronie 18.*

### SPINOMED - pomoc dla kręgosłupa

*Czytaj na stronie 20.*

### Bariery w komunikacji międzyludzkiej

*Czytaj na stronie 22.*

### Kapelańskie ABC

*Czytaj na stronie 27.*

**Biuro Obsługi Działalności Medycznej s.c.**

Radom, ul. 25-go Czerwca 57,  
tel. 48 386 90 04, 509 454 314 w godz. 8<sup>00</sup> - 17<sup>00</sup>

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

O/0273

**SPECJALISTYCZNY GABINET OKULISTYCZNY**

**lek. Anna Dusińska-Kamińska**

specjalista chorób oczu

**tel. lekarza 600 951 229**

Rejestracja tel.: pn. - pt. godz. 9<sup>00</sup>-19<sup>00</sup>

**48 385 18 12**

przyjęcia czwartek 16<sup>00</sup>-19<sup>00</sup>  
ul. Daszyńskiego 7

B/0142

STUDIO PROTETYKI SŁUCHU

**MORSE**

**USŁYSZ  
WYRAŹNIE  
20 GŁOSÓW  
ŚPIEWAJĄCYCH  
STO LAT!**

REJESTRACJA: RADOM,  
UL. M.C. SKŁODOWSKIEJ 6/2

**48/362-64-39**



**PRZETESTUJ APARAT  
SŁUCHOWY ZA DARMO**

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

M/0473

**PRACOWNIA USG**

[www.usgradom.pl](http://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**

**S P I S O G Ł O S Z E Ń****LEKARZE  
SPECJALIŚCI**

Alergologia – str. 5  
Chirurgia – str. 25  
Chirurgia naczyniowa – str. 8  
Endokrynologia – str. 4, 10  
Ginekologia - str. 2, 5, 9  
Hematologia - str. 5  
Interna – str. 4, 12,  
Kardiologia – str. 4, 29  
Laryngologia – str. 2, 5, 14,  
Neurologia – str. 12, 13, 18  
Okulistyka – str. 2, 16  
Onkologia – str. 8, 19  
Ortopedia – str. 17, 19, 24, 25  
Pediatria – str. 20  
Psychiatria – str. 25  
Psychologia – str. 7  
Rehabilitacja – str. 5, 22  
Reumatologia – str. 22

Stomatologia – str. 14, 15

Urologia – str. 7

**USŁUGI MEDYCZNE**

Pielęgniarstwo – str. 6, 10,  
Opieka długoterminowa - str. 6, 10,  
19  
NZOZ, Poradnie – str. 4, 11, 10, 17

**SKLEPY MEDYCZNE**  
– str. 11, 20 21, 22

**DIAGNOSTYKA**

Badania, USG – str. 3, 4, 8, 15  
Laboratoria – str. 3, 11, 13, 16,  
15, 24  
Radiologia - str. 5, 11, 16, 15

**ZDROWIE I URODA**  
– str. 9

**MEDYCYNĄ PRACY**  
– str. 11,

**PROFILAKTYKA**

Ośrodki – str. 11  
Przychodnie – str. 3, 5, 7, 9, 11,  
13, 17, 26

**RÓŻNE**

Usługi dla podmiotów prowadzą-  
cych  
działalność medyczną – str. 2, 4,  
18, 21, 28

**POSŁUGA DUSZPASTERSKA**  
w szpitalach - str. 26,27

**APTEKI**

- str. 26, 28

**INNE**

- str. 4, 23

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

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

**PORADNIE SPECJALISTYCZNE**

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



**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/>

## Dobry, zły i brzydki: stres w pracy (i nie tylko) okiem psychologa

Choć od ponad stu lat psychologowie i lekarze zgłębiają i popularyzują wiedzę na temat stresu, świadomość ludzi, czym stres jest i jak efektywnie sobie z nim radzić wciąż nie jest powszechna. Czy stres jest naturalny i go potrzebujemy, czy może wręcz przeciwnie: powinniśmy unikać sytuacji stresowych lub je ignorować? Prawda jak zwykle leży po środku.

### Czy żyjemy pod wpływem stresu?

Otoczenie społeczne nawołuje nas często, aby ze stresem walczyć lub w ogóle go unikać, z uwagi na jego szkodliwy wpływ zarówno na nasze samopoczucie i komfort życia, jak również zdrowie. Tymczasem poziom stresu deklarowany przez ludzi, zwłaszcza w obszarze pracy zawo-

dowej, wcale nie spada. Badania pokazują wręcz trend odwrotny – **coraz więcej ludzi czuje, że ich życie zostało zdominowane przez napięcie, odczuwanie ciągłej presji, czy poczucie przytłoczenia obowiązkami.** W chwili obecnej u wielu osób problem ze stresem jeszcze bardziej się nasilił wskutek konsekwencji związanych z pandemią koronawirusa. Konieczność pracy zdalnej i związane z nią niemal zupełne „złanie się” życia prywatnego z zawodowym spowodowały, że dla wielu z nas – szczególnie kobiet – liczba obowiązków, a co za tym idzie poczucie stresu, jeszcze wzrosło.

Mimo iż sytuacja w chwili obecnej nieco się stabilizuje – dzieci wróciły do szkół, a część biur otwiera się na pracowników z zachowaniem reżimu sanitarnego – nie wiemy, co wydarzy się za chwilę i z jakimi sytuacjami, nowymi wyzwaniami przyjdzie nam się mierzyć. A to właśnie brak kontroli, niemożność przewidzenia przyszłości, niepewność – to główne stresory wywołujące w nas napięcie, dyskomfort psychofizyczny, a także – prędzej czy później – obniżenie odporności i większą podatność na choroby. Jak się zatem chronić? Co robić, aby nie narażać siebie i swojej rodziny na nadmierny stres? Zaczniemy od zdefiniowania problemu.

### Czym jest stres?

Stres to reakcja organizmu na sytuację, która jest przez nas odbierana jako trudna, a w momencie gdy się pojawia – jako wręcz przerastająca nasze zasoby (czyli możliwości poradzenia sobie z nią). Pierwszy etap tej reakcji to alarm, czyli

pobudzenie fizjologiczne. Kiedy mózg „zorientuje się”, że dzieje się coś, co krzyżuje nam plany lub nam zagraża (np. naszej samoocenie), wówczas do krwi zostają uwolnione hormony stresu: adrenalina, noradrenalina i kortyzol. Dobrze jest znać i rozumieć fizjologiczny mechanizm stresu, bo to on właśnie sprawia, że mamy więcej siły i energii kiedy stoimy przed trudnym wyzwaniem. Możemy wówczas wykonywać zadania, które w stanie relaksu byłyby dla nas niemożliwe do wykonania! Dzięki temu mechanizmowi dobrze przygotowany sportowiec biegnie szybciej podczas zawodów niż w trakcie treningów, a ty świetnie wypadasz przed zarządem firmy, prezentując efekty prowadzonej kampanii reklamowej waszego produktu.

*Dokończenie na str. 4.*

**LABORATORIUM  
LAB-MEDIC**  
mgr Lena Krajewska

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

zapraszamy

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

Badania analityczne  
Mikrobiologia - wymazy, hormony

LABQUALITY - HELSINKI  
ISO 9002

[www.lab-medic.pl](http://www.lab-medic.pl)



**USG**

**dr n.med. Jarosław Więckowski**  
*specjalista radiodiagnostyki*

**BADANIA:**

jamy brzusznej, tarczycy, piersi,  
prostaty, przeziębieniowe,  
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

## 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

## 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

K/0334

Testy wysiłkowe - po wcześniejszym  
uzgodnieniu na wizycie

Lek. med. **Jolanta Kwiecień**  
specjalista chorób wewnętrznych  
specjalista kardiolog

## GABINET KARDIOLOGICZNY

Radom, ul. Struga 19/21, tel. 728 775 577  
wtorek, czwartek od 15<sup>30</sup>, zapisy od 12<sup>00</sup>

USG serca  
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

# Dobry, zły i brzydki: stres w pracy (i nie tylko) okiem psychologa

Dokończenie ze str. 3.

Nie bez powodu jednak napisałam „dobrze przygotowany sportowiec”. Owo dobre przygotowanie sprawia bowiem, że mamy poczucie panowania nad sytuacją – przynajmniej do pewnego stopnia – a lekki stres sprawia, że nasze ciało pobudza się, aby być lepiej przygotowanym na trudne momenty. Opisana reakcja – zwana stresem zadaniowym – to w istocie dar od ewolucji, na który – bezwiednie, bezrefleksyjnie i w pewnym sensie niewdzięcznie – często narzekamy. Tymczasem **nie byłoby osiągnąć bez wyzwań!** To właśnie trudne i niekomfortowe sytuacje sprawiają, że mobilizujemy się, szukamy nowych rozwiązań i stajemy się bardziej kreatywni. Stan wiecznego relaksu nie jest dla nas dobry – zarówno z motywacyjnego punk-

tu widzenia, jak również zdrowia naszego mózgu. Skąd zatem tyle negatywnych opinii na temat stresu, a także realnych problemów, w które przez niego wpadamy?

## Stres a zaburzenia autostresowe

Zjawisko, które tak naprawdę uprzykrza nam codzienne życie to stres przewlekły – zwany także zaburzeniami autostresowymi. O ile krótkie pobudzenie – szczególnie, gdy zadanie do wykonania jest nie tak bardzo trudne oraz gdy jesteśmy dobrze przygotowani – pomaga nam osiągnąć cel, o tyle długotrwałe podwyższenie hormonów stresu poważnie zaburza naszą homeostazę. Najważniejszym zatem pytaniem jest – dlaczego trwamy w stanie podwyższonego pobudzenia, kiedy staje się to doświadczeniem chronicznym?

Może tak być z różnych powodów, część z nich to nasze własne – choć nie do końca świadome – wybory. **Sposób myślenia o sobie i otaczającym nas świecie** ma tu kluczowe znaczenie.

Jednym z błędnych i szkodliwych przekonań jest założenie, że nie można popełniać błędów, że pomyłki są czymś złym i karygodnym. Tymczasem to, co okre-



ślamy mianem doświadczenia życiowego to nic innego jak właśnie suma naszych błędów popełnionych w przeszłości! Oczywiście, oprócz samych błędów potrzebny jest wysiłek intelektualny, który możemy włożyć lub nie – aby zastanowić się

Z/0590

## SPECJALISTYCZNE GABINETY LEKARSKIE

**GERmed**

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

lek. med. **Ewa Pawlik-Rak**  
kardiolog endokrynolog

tel.: 605 344 577

Lek. med. **Grzegorz Rak**  
kardiolog

tel.: 602 665 828

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

Kompleksowa opieka lekarska

K/0070

## Iwona Kędzior-Biedrzycka

KARDIOLOG DZIECIĘCY  
PEDIATRA

EKG, UKG (echo serca)  
Holter EKG (12 i 3 kanałowy)  
Holter ciśnieniowy

Konsultacje kardiologiczne  
Badania pediatryczne

Przychodnia EndoCard,  
Radom (Glinice), ul. Biała 47

603 770 018

www.kardiolog-dzieciecy.radom.pl  
biedrzycka@gmail.com

K/0431

## LEKARZE SPECJALIŚCI

511 511 234

CENTRUM  
BERNARDYŃSKA

48 386 95 00

Radom,  
ul. Bernardyńska 3A,

www.centrumbernardynska.pl



**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

gruntownie nad tym, co się stało, przemyśleć sytuację i – jeśli trzeba – zmienić swoje postawy i wdrożyć ewentualne korekty w kolejne działania.

Każdy wie – to łatwo zobaczyć – co dzieje się w zlewie w kuchni, kiedy bezzastannie wkładamy tam naczynia, jednocześnie nie robiąc z nimi nic, nie myjąc ich lub nie wkładając do zmywarki. Miejsce się zapełnia i w pewnym momencie naczynia po prostu zaczną „same wychodzić” ze zlewu. Podobnie jest z naszymi problemami...

Zastosowanie najbardziej intuicyjnej i niestety – jak wynika z moich doświadczeń psychologa praktyka – bardzo powszechnej metody ucieczki lub udawania, że „nic się nie dzieje” sprawia, że po jakimś czasie wpadamy w jeszcze gorsze tarapaty i wówczas rzeczywiście trudno sobie z nimi poradzić.

Jeśli na przykład zamiast przeprowadzić trudną rozmowę ze współpracownikiem, szefem czy klientem po prostu akceptujemy – a w zasadzie udajemy że akceptujemy – niewygodną i wypalającą nas sytuację, poniesiemy koszty, które mogą zaowocować wypaleniem zawodowym, depresją a nawet poważną chorobą somatyczną. Popularne, kolokwialne hasło – „odpuszczanie sobie” ma niestety swoją ciemną stronę. O ile rzeczywiście jest szeregiem czynników i sytuacji, których wpływ na nasze życie warto przemyśleć i je odpuścić,

**ADAM KRAJEWSKI**

**specjalista dermatolog  
specjalista alergolog**

przyjmuje

**od pon. do pt.  
w godz. 14-17**

Radom, ul. Żeromskiego 92, lok. 1A

**tel. 48 362 12 25**

## ZAPRASZAMY NA BEZPŁATNE I BEZPIECZNE BADANIE SŁUCHU

Nasz program *Bezpieczny gabinet* obejmuje zastrzeżone zasady higieny i dezynfekcji. Nasi pracownicy są przeszkoleni i wiedzą, jak zapewnić Państwu komfort oraz bezpieczeństwo.



**Dezynfekujemy** gabinet i sprzęt medyczny przed każdą wizytą



Używamy **maseczek ochronnych**, oferujemy je również pacjentom



Stosujemy **rękawiczki jednorazowe**



Zakładamy **przyłbice ochronne**



Planujemy wizyty w bezpieczny sposób, **umawiając pacjentów na konkretne godziny**



Pacjentów z objawami chorobowymi (gorączka, kaszel) **nie przyjmujemy**, a ich wizyty przekładamy

**Zapraszamy do naszego gabinetu w Radomiu:  
ul. Mieszka I 1/3 (obok poradni) | tel. 789 218 601**

Uprzejmie prosimy  
o telefoniczne umówienie wizyty

**SŁUCHMED**

o tyle nadmierne odpuszczanie może się stać wygodnym (do czasu) mechanizmem obronnym usprawiedliwiającym naszą bierność i niepodejmowanie wymagającego wysiłku działania. Udawanie, że „jest mi dobrze”, „jest ok”, może za chwilę dać o sobie znać bolącym żołądkiem, zapaleniem pęcherza, infekcją gardła, a nawet rozwojem choroby nowotworowej.

Dla jasności – ciągłe stwierdzanie, że jest źle, beznadziejnie i „nikt nas nie kocha” – bez podejmowania działania ukierunkowanego na zmianę naszej sytuacji, może prowadzić do analogicznie negatywnych skutków – także jest bowiem stresem dla naszego organizmu. Dlaczego ponosimy fizyczny koszt stresu? Warto znów wrócić do definicji stresu jako doświadczenia angażującego nie tylko naszą sferę czysto psychiczną, ale także – za sprawą hormonów i różnych przemian biochemicznych – nasze ciało.

Autor:

Dr Ewa Jarczewska-Gerc, Uniwersytet SWPS

Źródło: poradnikzdrowie.pl

**Gabinet  
INTERNISTYCZNO-  
HEMATOLOGICZNY**

**Jolanta Wójcik  
hematolog**

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

AF/0338

**SPZOZ**

**Poradnia  
Medycyny  
Rodzinnej**

**Radom, ul. Żeromskiego 31**

**tel. 48 362 89 47**

czynne codziennie  
w godz. **8.00-18.00**

**PRZYJMĄ LĘKARZE:**

**Waldemar Przybyłowicz**  
internista, specj. med. rodzinnej

**Izabela Pacek-Wiśnicka**  
pediatra, specj. med. rodzinnej

**Karol Dabiński**  
spec. chorób wewnętrznych

**Ayoub Sayed**  
pediatra, lek. rodzinny

**Elwira Jęczyńska**  
lek. rodzinny

**USŁUGI PIELĘGNIARSKIE**

gabinet zabiegowy:

- EKG - pomiar RR  
- iniekcje - szczepienia ochronne

**BADANIA KIEROWCÓW  
i OKRESOWE**

pon., czw. 14 - 16, wt. 11.30 - 13.30,  
śr. 13.30 - 15.30, tel. 553 444 207

**LARYNGOLOGIA**  
**PARADNIE**  
**ZDROWIE**  
**ALERGOLOGIA**  
**PARADNIE**

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

# Jeszcze większa siła w walce o nasze zdrowie

**We współczesnym świecie istnieją problemy zdrowotne wymagające innowacyjnych rozwiązań. Jak pomóc organizmowi pozbyć się martwych tkanek, produktów ich rozpadu, wirusów i bakterii bez szkody dla zdrowia?**

Zgodnie z badaniami Nikola Tesli, a także lekarzy: Alberta Abramsa, Roya Rife'a Huldy Clark, Georga Lakhovsky, firma Diacom stworzyła nowe urządzenie Diacom-Plazmotronic, które rozwija specyficzne promieniowanie powstające podczas jego działania i daje dobre rezultaty dzięki likwidacji patogennej mikroflory.

Generator plazmy wykorzystuje specjalne częstotliwości, zdolne do zniszczenia mikroorganizmów (wirusów chorobotwórczych, bakterii, pasożytów i innych), które są wokół nas i w nas samych, a które mogą być przyczyną różnych chorób.

Generator plazmy Plazmotronic jest wynikiem długoletnich badań. Urządzenie jest odpowiedzią na potrzebę stworzenia wiarygodnego urządzenia zdolnego zniszczyć mikroorganizmy, przeciwko którym system

immunologiczny nie jest w stanie samodzielnie walczyć, a który nie szkodzi organizmowi i nie zachwieje jego równowagi biologicznej.

## **Dlaczego terapie wykonywane na generatorze plazmowym są tak skuteczne?**

Fala elektromagnetyczna o konkretnych częstotliwościach (w zależności na jaki rodzaj patogenu jest prowadzony zabieg) ma negatywny wpływ na mikroorganizm wprawiając w wibrację jego błonę biologiczną oraz zaburzając metabolizm. W efekcie końcowym patogen zostaje na tyle uszkodzony, że nie ma możliwości dalszej egzystencji. Jego błona biologiczna ulega zerwaniu.

Pozostałości drobnoustrojów usuwane są z organizmu ludzkiego poprzez komórki układu odpornościowego.

Fala plazmatyczna jest bardzo skuteczna,

ponieważ wytwarzane promieniowanie przenika również przez tkanki twarde nie dając patogenom możliwości ukrycia się w różnych zakamarkach naszego organizmu.

Istnieje wiele opracowań naukowych potwierdzających wpływ pola elektromagnetycznego na rozbijanie biofilmu. Dodatkowo, niektóre z nich wprost potwierdzają wpływ pola elektromagnetycznego na drastyczne zwiększenie skuteczności działania antybiotyków wobec biofilmu. Terapia generatorem plazmowym, nie tylko może być stosowana w okresie nieprzyjmowania antybiotyków, ale również silnie pomaga w trakcie kuracji antybiotykowych, skracając czas jej trwania.

## **Dla kogo przeznaczone są terapie?**

Diacom Plazmotronic przeznaczony jest do wspomagania organizmu w walce z przewlekłymi i poważnymi chorobami, między innymi:

- zaburzeniami psycho-emocjonalnymi,
- słabymi połączeniami międzykomórkowymi (np. stwardnienie rozsiane)
- nowotworami,
- chorobami skóry (łuszczyca, egzema),
- boreliozą i koinfekcjami boreliowymi,
- regulacją układu pokarmowego,

## **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**  
specjalista rehabilitacji medycznej,  
specjalista chorób wewnętrznych  
lek. med. **Andrzej Kozera**  
specjalista rehabilitacji medycznej,  
specjalista chorób wewnętrznych

### **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

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

## **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 białobrzezkiego  
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**



## **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 pielęgnacyjne pobyty poszpitalne.

**RADOM UL. BIAŁA 2**

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

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

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

- prostatą,
- problemami z sercem,
- zwiększeniem odporności,
- poprawą pola energetycznego ludzkiego ciała,
- regulacją snu i wiele innych.

#### **Na czym polega unikatowość urządzenia Diacom-Plazmotronic?**

Diacom-Plazmotronic posiada unikalne oprogramowanie oparte na najnowszych innowacjach technologicznych. Ma skuteczny wpływ na niepożądaną obecność mikroorganizmów w pomieszczeniu, wpływając tym samym na poprawę stanu zdrowia.

Urządzenie Diacom-Plazmotronic daje możliwość ustawienia różnych parametrów i opcji, w tym intensywności działania, częstotliwości pracy, czasu trwania i mocy powtarzanych częstotliwości oraz możliwość korzystania z zewnętrznego źródła impulsów, mimo własnego generatora. Dzięki temu każdą terapię można dostosować indywidualnie do własnych potrzeb.

Diacom-Plazmotronic może działać w zakresie częstotliwości od 0,1 Hz do 1 MHz, dzięki tak szerokiemu zakresowi działania, skutecznie usuwa wszystkie patogeny z naszego organizmu.

#### **Czy generator plazmowy da sobie radę ze wszystkimi patogenami?**

Jak najbardziej tak, zwłaszcza, że jest już dostępna na rynku jedna z najnowszych innowacji firmy, która powstała w wyniku długich badań.

Specjalistyczna lampa, kompatybilna z urządzeniem Diacom-Plazmotronic.

Dzięki łagodnemu zakresowi ultrafioletu, światło emitowane przez tą lampę może zniszczyć dużą listę patogenowych mikroorganizmów: wirusów, bakterii, a także grzybów pleśniowych, w tym tzw. „Czarnej pleśni”.

Dzięki urządzeniu Diacom-Plazmotronic i nowej lampie zdolnej do generowania kontrolowanego promieniowania ultrafioletowego w zakresie długości fal od 250 do 450 nm, można osiągnąć bardzo dobre wyniki.

Twórcą nowoczesnej fototerapii nazywany jest lekarz Niels Ryberg Finsen laureat nagrody Nobla w dziedzinie medycyny, który otrzymał ją w 1903 roku za wkład w leczenie chorób przy użyciu wiązki światła. Udowodnił on lecznicze działanie światła słonecznego i promieniowania nadfioletowego w leczeniu różnych chorób, zwłaszcza tocznia pospolitego (gruźlica) i innych chorób skóry.

Najważniejsze jest jednak to, że pozbywanie się chorobotwórczych bakterii i wirusów poprzez aplikowane im pole produkowane przez generator Diacom-Plazmotronic jest całkowicie nieszkodliwe dla zdrowych komórek organizmu oraz bez żadnych skutków ubocznych dla zdrowia pacjenta.

*DIAGNOSTA DIACOM-TERAPEUTA*  
Małgorzata Borkowska

Tel. 506 183 797

**CENTRUM BIOREZONANSU**  
Radom ul. Konrada Vietha 23



## **Kompleksowe badanie REZONANSEM MAGNETYCZNYM**

*na aparacie SIMENS MAGNETOM ESSENZA 1,5 Tesli*



**POSIADAMY  
KONTRAKT z NFZ  
KRÓTKIE TERMINY**

**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](http://www.pracowniartg.eu)



**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](http://www.facebook.com/diacom.solatiumnatural)

**PIELĘGNIARSKA  
OPIEKA DOMOWA**

**BEZPŁATNIE  
NA PODSTAWIE**

**UMOWY Z NFZ**

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

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

**RADOSŁAW MOLGA**  
*specjalista urolog*

**Centrum Medyczne  
ChŁODNAMED  
Radom  
ul. Chłodna 26**

**zapisy telefonicznie  
502 166 165  
48 331 06 46**

**BADANIA**  
[www.zdrowko.com](http://www.zdrowko.com)

**BADANIA**  
[www.zdrowko.com](http://www.zdrowko.com)

**OPIEKA DŁUGOTERMINOWA**  
[www.zdrowko.com](http://www.zdrowko.com)

**OPIEKA DŁUGOTERMINOWA**  
[www.zdrowko.com](http://www.zdrowko.com)

**UROLOGIA**  
[www.zdrowko.com](http://www.zdrowko.com)

# MEDYCZNA SZKOŁA POLICEALNA

czesne 0 zł  
dla dorosłych



terapeuta zajęciowy  
technik masażysta  
opiekun medyczny  
opiekun DPS



48/362-26-28

fb/twpradom

www.twp.radom.pl



## Minister zdrowia zapowiada: wiosną Polacy zaszczepią się na koronawirusa

Szczepionka na koronawirusa ma być dostępna w Polsce wiosną – i to, jak zapowiedział minister zdrowia Adam Niedzielski – wiosną niezbyt wczesną. Podkreślił jednocześnie, że niezależnie od tego, ile czasu będziemy na nią czekali to „jesteśmy jako Polska, bardzo dobrze zabezpieczeni”.

osiągnięta pod koniec grudnia” – powiedział Adam Niedzielski.

Podkreślił jednak, że przeprowadzone w ostatnim czasie standardowe badania wykonywane przy pracach nad lekiem wykazały „pewne zjawiska uboczne i te prace zostały chwilowo wstrzymane”. Jak dodał: „Z naszych informacji wynika, że nie są to takie fundamentalne zastrzeżenia. Te ryzyka raczej są takie, które powodują chwilową przerwę i w tym znaczeniu myślę, że to by było hura optymistyczne zakładać, że w grudniu będzie już ta szczepionka dostępna, bo też musimy pamiętać, że po tym, jak ona jest przekazana do moż-

### 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

O to, kiedy w Polsce dostępna będzie bezpieczna szczepionka na koronawirusa, minister zdrowia Adam Niedzielski pytany był na antenie Telewizji Republika. Odpowiedział: „situacja wygląda w ten sposób, że my staramy się kierować takim kryterium bezpieczeństwa pacjenta, świat medycyny tym się charakteryzuje, że to kryterium bezpieczeństwa pacjenta rzeczywiście jest najważniejsze”.

„My uczestniczymy we wspólnym mechanizmie zakupowym Unii Europejskiej, który w ramach negocjacji prowadzi taką kooperację z trzema dużymi firmami farmaceutycznymi, które prowadzą prace w tym trybie, który jest standardowy dla rozwijania jakiegokolwiek leku, w tym również szczepionki i według tych prac oczywiście każda z tych firm wykazuje różne postępy, ale mamy bardzo optymistyczne informacje, które mówią, że zdolność produkcyjna w przypadku jednej z firm, będzie

### ZBIGNIEW KUPIS

specjalista chirurgii ogólnej naczyniowej i angiologii

**Angiomedicus**

www.angiomedicus.pl

### GABINET CHIRURGII NACZYNIOWEJ

#### CHIRURGIA NACZYNIOWA

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

### NOWOŚĆ Usuwanie żylaków metodą pary wodnej SVS

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

### CHIRURGIA ESTETYCZNA

Sawoy Medicus,  
Radom, ul. Główna 11 lok. 16  
Zapisy i rejestracja pon. - pt.  
kom. 722 341 247, tel. 48 380 10 50

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

# CENTRUM MEDYCYNY Kobiet

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

lek. med. **Zygmunt Jacek Nita**

Specjalista Ginekolog - Położnik

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

G/0102

## ULTRASONOGRAFIA KOMPLEKSOWE LECZENIE

**Witold Świechowski**

specjalista ginekolog - położnik  
zastępca kierownika oddziału

tel. 601 812 317  
mariwit@op.pl

PRZYJMUJE:

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

G/0422

## Ginekolog - położnik

**Małgorzata Hejnar - Szczerbińska**

Radom, ul Szewska 5

tel.: 602 288 359, 48 363 15 52

**USG**

liwości produkcyjnych, to musi być produkcja, dystrybucja, musi to dotrzeć do nas do kraju”.

Powiedział również, że „niezależnie od tego, ile ten proces będzie trwał, to my jesteśmy jako Polska bardzo dobrze zabezpieczeni”. „Mamy udział parytetowy w tych zakupach, taki który przekracza liczbę mieszkańców Polski, więc jeżeli już będzie ta szczepionka wypracowana właśnie w takim europejskim mechanizmie koordynacyjnym, to też mamy zagwarantowane miejsce i udział w zakupach, które na pewno do nas trafią” - zapewnił minister zdrowia.

„Realnie myślę, że szczepionka to jest kwestia wiosny i to wiosny niezbyt

wczesnej, czyli mówimy tu marzec, kwiecień. Jak nie zadzieją się żadne nieprzewidziane sytuacje w systemie testowania szczepionki, to wtedy rzeczywiście będziemy mogli się na wiosnę zaszczepić” - przekazał.

Na pytanie, czy będą jakieś grupy, dla których szczepienie na koronawirusa będzie obowiązkowe, odpowiedział: „zdaję sobie sprawę, że kwestie szczepień budzą dużo kontrowersji, pojawiają się przeciwieństwa ruchy antyszczepionkowe, ale według mnie tutaj niektóre grupy, szczególnie narażone na ryzyko, rzeczywiście powinny mieć ten obowiązek czy dostęp zapewniony”.

Źródło: PAP

**IF Interfach**  
WIĘCEJ NIŻ MYŚLISZ

**Zabezpieczenia,  
teleinformatyka,  
ochrona.**

Monitorowanie systemu zabezpieczeń  
z interwencją patrolu.

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

## MANUANA ORIENT RITUALS



**Centrum Terapii  
Manualnych  
Twarzy i Ciała**

Zaprasza na

- Japoński masaż twarzy KOBIDO
- Japoński masaż twarzy KASSAJI
- Masaż tajski
- Masaż balijski
- Masaże relaksacyjne/lecniczne

ul. Mazowieckiego 7G/Radom  
tel. 666-102-516

AB/0376

## GABINET LEKARSKI

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

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

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

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

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

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

G/0343



M. JANIK - PODGÓRSKA

**ORTO-LIVE**

mgr inż. **Ludmiła Podgórska**

DIETETYK KLINICZNY,  
chirurgiczne leczenie  
otyłości u dorosłych,  
choroby onkologiczne.

Zapisy tel. pn-pt w godz. 10 - 17.

602 660 944, 532 004 781

Radom ul. Lekarska 2A

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

Y/0604



**Madam**

Specjalistyczny Gabinet  
Podologiczny

**Zadbaj o swoje  
stopy**

Odwiedź gabinet podologiczny

- Diagnostowanie
- Profilaktyka
- Pielęgnacja stóp

Pedicure specjalistyczny

Bezpłatne konsultacje

Usuwanie brodawek

wirusowych  
Usuwanie nadmiernych  
zrogowaceń  
(odcisków, nagniotków, modzeli)

Pielęgnacja  
pęknięć i rozpadlin

Profilaktyka  
stopy cukrzycowej

Korekcja wrastających  
paznokci

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

tel. 48 312 17 33 kom. 697 078 042

ul. Kościuszki 1A, Lokal 104, Piętro I  
26-600 Radom  
www.madamradom.pl

AB/0377

GINEKOLOGIA  
www.zdrowko.com

GINEKOLOGIA  
www.zdrowko.com

ZDROWIE  
www.zdrowko.com

ZDROWIE I URODA  
www.zdrowko.com



## 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

[www.poradniasluchu.radom.pl](http://www.poradniasluchu.radom.pl)

### 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 Warnkego** 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.

**BEZPŁATNE  
BADANIE SŁUCHU  
KONSULTACJE  
LARYNGOLOGICZNE**

**Zaopatrzenie w środki wspomagania słuchu:** aparaty słuchowe, baterie, wkładki uszne, systemy wspomagające słyszenie

### 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

AP/0451

# X TYDZIEŃ SPOŁECZNY

Aktualność przesłania Prymasa Tysiąclecia w warunkach demokratycznego państwa

Zapraszamy na X Tydzień Społeczny pod hasłem „Aktualność przesłania Prymasa Tysiąclecia w warunkach demokratycznej Polski”. Tydzień Społeczny organizowany jest przez Akcję Katolicką pod patronatem Biskupa Radomskiego i Zarządu Regionu NSZZ „Solidarność” Ziemia Radomska. Jest to coroczne wydarzenie, mające na celu refleksję nad ważnymi i aktualnymi problemami społecznymi z chrześcijańskiej perspektywy. W tym roku, przygotowując się do beatyfikacji wielkiego Prymasa, chcemy przypomnieć jego postać i nauczanie a także zastanowić się razem z zaproszonymi gośćmi (m.in. znanymi naukowcami, politykami i publicystami), na ile to nauczanie może być dla nas, współczesnych Polaków drogowskazem życia i kształtowania ładu społecznego.



**NIEDZIELA 27.09., godz. 18.00,**  
**katedra radomska**

INAUGURACJA:

Msza św. (Przewodniczenie: Biskup Radomski Henryk TOMASIĆ, homilia: biskup Mirosław MILEWSKI, Krajowy Asystent Akcji Katolickiej).

Wykład inauguracyjny: mgr Anna Rastawicka (Instytut Prymasowski) „Aktualność Jasnogórskich Ślubów Narodu”.

**NZOZ ESSAMED**  
**Anna Sosińska**  
Radom, ul. CHROBREGO 54 lok. 7

**BEZPŁATNIE** na podstawie umowy z **NFZ**  
Pielęgniarska opieka długoterminowa domowa

**PRYWATNE ZABIEGI PIELĘGNIARSKIE**  
w domu pacjenta

**REHABILITACJA** lecznicza (pełny zakres usług)  
NASI PARTNERZY Signal Iduna, Allianz

**ZGŁOSZENIA TELEFONICZNIE**  
codziennie w godz 8-18  
**48 360 74 52, 600 766 982**

**OSOBISTO:** pn - pt w godz. 9-13  
[www.essamed.pl](http://www.essamed.pl)

**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**

**„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.

P/0516

**PONIEDZIAŁEK 28.09., godz. 18.30, Oratorium św. Filipa Neri, Grzybowska 22**

Prof. UMK w Toruniu, dr hab. Andrzej ZYBERTOWICZ: „Relacja Kościół–Naród–Państwo: aplikacja nauczania Prymasa do warunków współczesnej Polski”.

Panel parlamentarzystów: Marek BIERNACKI (PSL), Krzysztof BOSAK (Konfederacja), Zbigniew GIRZYŃSKI (PiS). Moderowanie dyskusji: red. Wojciech DĄBROWSKI (Polsat News).

**WTOREK 29.09., godz. 18.30, Oratorium św. Filipa Neri, Grzybowska 22**

Prof. dr hab. Paweł SKIBIŃSKI: „Prymat rodziny w życiu społecznym. Prawa i obowiązki rodziny”.

Panel publicystów: Grzegorz GÓRNY, Michał KARNOWSKI, Franciszek KUCHARCZAK. Moderowanie dyskusji: red. Wojciech SAŁEK (Radio PLUS Radom).

**ŚRODA 30.09., godz. 18.30, Oratorium św. Filipa Neri, Grzybowska 22**

Ks. dr Jerzy JASTRZĘBSKI: „Aktualność nauczania Prymasa Wyszyńskiego o pracy ludzkiej. Wybrane aspekty”.

Zdzisław MASZKIEWICZ: „Obrona praw pracowniczych i troska o dobro wspólne” - Komunikat Przewodniczącego NSZZ „Solidarność” Ziemi Radomskiej.

Film „Non possumus”, reż. Paweł WOLDAN, cz. I.

**CZWARTEK 1.10., godz. 18.30, Oratorium św. Filipa Neri, Grzybowska 22**

Prof. dr hab. Jan ŻARYN: „Prymas Tysiąclecia i Mąż Stanu: prowadzenie Kościoła i Narodu w warunkach komunistycznego zniewolenia”.

Film „Non possumus”, reż. Paweł WOLDAN, cz. II.

**PIĄTEK 2.10., godz. 18.30, Oratorium św. Filipa Neri, Grzybowska 22**

O. dr Gabriel BARTOSZEWSKI (wicepostulator w procesie beatyfikacyjnym): „Prymas Wyszyński w służbie Kościołowi i Narodowi” rozmowę przeprowadzi red. Iza KOZŁOWSKA (PR24).

„Prymas”: Przedstawienie teatralne przygotowane przez młodzież par. św. Stefana w Radomiu, scenariusz i reżyseria: ks. Krzysztof KOŁTUNOWICZ; współpraca reżyserska: Wojciech ŁUGOWSKI.

## NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ



PRZYCHODNIA GOŁĘBIÓW

rejestracja on line  
[www.nzoz.radom.pl](http://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:

**Leszek Kopeć**

specj. med. rodzinnej, lek. med. ogólnej

**Wojciech Pacholicki**

specj. medycyny rodzinnej

**Wojciech Czekaj**

specj. med. rodzinnej, specj. chorób wewn.

**Krzysztof Bocheński**

specjalista chorób wewnętrznych, endokrynolog

**Agnieszka Kania**

specjalista chorób dziecięcych

**Anna Zielińska-Pacholicka**

specj. psychiatra II

**Dariusz Łańczyk**

specj. ginekolog położnik

**Paweł Mazur**

dr n.med. specj. ginekolog - położnik

**Mirosław Kupidura**

specj. ginekolog - położnik

**Poradnie specjalistyczne:**



- Ginekologiczna

- Psychiatryczna

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

POSIADAMY CERTYFIKAT ISO 9001 - 2008

**OPIEKUN  
MEDYCZNY**

**Sławomir Łoboda**

**Profilaktyka  
przeciwoleżynowa,  
robiecie opatrunków,  
pielęgnacja pacjentów**

**tel. 518 319 405**

# RODZINA Zaproszenie na Studium Życia Rodzinnego



**Wydział Duszpasterstwa  
Rodzin Diecezji Radomskiej  
zaprasza na Studium Życia**

**Rodzinnego.** Studium prezentuje katolicką wizję małżeństwa i rodziny, omawia problematykę rozwoju i funkcjonowania małżeństwa na różnych etapach życia rodziny, a także ukazuje piękno życia człowieka od poczęcia.

**Studium organizowane jest dla młodych małżeństw, które pragną pogłębić wiedzę dotyczącą katolickiej wizji małżeństwa i rodziny oraz nauczyć się metod naturalnego planowania rodziny.**

W sposób szczególny zaproszenie kierowane jest do osób, które w przyszłości chciałyby podjąć pracę w parafialnych poradniach rodzinnych jako doradcy życia rodzinnego, dzieląc się zdobytą wiedzą oraz własnym doświadczeniem. Zapraszamy również rodziców, katechetów, nauczycieli, lekarzy i narzeczonych oraz wszystkie osoby zainteresowane tematyką małżeńsko-rodzinną.

Na studium omawiane będą zagadnienia z zakresu teologii małżeństwa i rodziny, prawa małżeńskiego, psychologii rodziny, pedagogiki rodziny oraz socjologii rodziny. Szczegółowo także zaprezentowane zostaną kwestie dotyczące metod rozpoznawania płodności.

Spotkania będą odbywały w każdą drugą sobotę miesiąca (10 spotkań) w godzinach od 9.00 do 13.00. Uczestnicy studium będą mieli możliwość współtworzenia zajęć poprzez aktywną dyskusję, pogadankę, ćwiczenia i pracę warsztatową.

Zajęcia rozpoczną się 12 września 2020 roku (sobota o godz. 9.00) w Kurii Diecezji Radomskiej przy ul. Malczewskiego 1. (wejście od ul. Tybla), a zakończą w czerwcu 2021 roku wydaniem stosownego dyplomu, dającego uprawnienia do pracy w parafialnych poradniach życia rodzinnego.

**Blіszsze informacje w Wydziale Duszpasterstwa Rodzin, Radom, ul. Malczewskiego 1, [www.dr.radom.org.pl](http://www.dr.radom.org.pl) lub pod numerem telefonu 48/340 62 35.**

*Duszpasterstwo Rodzin Diecezji Radomskiej  
Ks. dr Sławomir Adamczyk  
Dr Kamila Rzepka*

**[www.dr.radom.opoka.org.pl](http://www.dr.radom.opoka.org.pl)**

## 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

## ORTO-LIVE

M. JANIK - PODGÓRSKA

specjalista otorynolaryngolog  
dr n. med. Sylwia Fołtyn

Zgłoszenia tel. pn-pt w godz. 10 - 17.

602 660 944, 532 004 781

Radom ul. Lekarska 2A

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

M/0595

## ortodonta

lek.stom. **Magdalena Wiosna**  
SPECJALISTA ORTODONTA

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

przyjmuje: wt., czw., pt. od 16

Radom,  
ul. Żeromskiego 92 lok. 2C II piętro



605 384 773  
48 363 53 66

J/0295

# Agresja ZSRR na Polskę 17 września 1939 r.

Z rana 17 września 1939 r., siły zbrojne ZSRR zaczęły przekraczać Polską granicę, czołgiści jechali z wywieszonymi białymi flagami, krzycząc od czasu do czasu na strzelających do nich Polaków „Riebiata! W pieriod! Na Germańców!...”. Rozpoczął się IV Rozbiór Polski, możliwy na podstawie podpisanego przez III Rzesze i ZSRR paktu Ribentrop-Mołotow podpisanego 23 sierpnia 1939 r. Znajdował się w nim „Tajny Protokół Dodatkowy” będący umową opisującą szczegóły wspólnej napaści na Polskę. Zaraz po rozpoczęciu inwazji do Ambasadora Polskiego w Moskwie trafiła „Nota Rządu ZSRR”, której polski dyplomata nie przyjął, jej treść przedstawiała się następująco:

„Wojna polsko-niemiecka ujawniła wewnętrzne bankructwo państwa polskiego. W ciągu dziesięciu dni operacji wojennych Polska utraciła wszystkie swoje rejony przemysłowe i ośrodki kulturalne.

Warszawa przestała istnieć jako stolica Polski. Rząd Polski rozpadł się i nie przejawia żadnych oznak życia. Oznacza to, iż państwo polskie i jego rząd faktycznie przestały istnieć. Wskutek tego traktaty zawarte między ZSRR a Polską utraciły swą moc. Pozostawiona sobie samej i pozbawiona kierownictwa, Polska stała się wygodnym polem działania dla wszelkich poczynań i prób zaskoczenia, mogących zagrozić ZSRR. Dlatego też rząd radziecki, który zachowywał dotąd neutralność, nie może pozostać dłużej neutralnym w obliczu tych faktów.

Rząd radziecki nie może również pozostać obojętnym w chwili, gdy bracia tej samej krwi, Ukraińcy i Białorusini, zamieszkujący na terenie Polski i pozostawieni swemu losowi, znajdują się bez żadnej obrony.

Biorąc pod uwagę tę sytuację, rząd radziecki wydał rozkazy naczelnemu dowództwu Armii Czerwonej, aby jej oddziały przekroczyły granicę i wzięły pod obronę życie i mienie ludności Zachodniej Ukrainy i Zachodniej Białorusi.

Rząd radziecki zamierza jednocześnie podjąć wszelkie wysiłki, aby uwolnić lud polski od nieszczęsnej wojny, w którą wpędzili go nierozumni przywódcy, i dać

mu możliwość egzystencji w warunkach pokojowych.”

**Podpisano: komisarz ludowy spraw zagranicznych Władysław Mołotow**

Patrząc obiektywnie część uzasadnienia rządu ZSRR, można przyjąć za prawdziwą, Niemcy założyli pakt Anty Kominternowski, którego jawnym celem była walka z komunizmem więc Rosjanie już wtedy spodziewali się w niedalekiej przyszłości wojny z III Rzeszą. Na kresach wschodnich znajdowała się duża mniejszość białoruska i ukraińska, ta druga niestety była ciemiężona przez władze II RP. Jest to jedna z ciemnych kart polskiej historii, ale to wszystko nie zmienia faktu, że wolne i niepodległe Państwo Polskie zostało bezprawnie podbite.

### Obrona przed najeźdźcą

Jako, że od 1 września zdecydowana większość polskich sił zbrojnych była związana wojną z Niemcami o obronę zachodnich granic, do obrony przed Rosjanami stanęły tylko nieliczne oddziały Korpusu Ochrony Pogranicza, które jednak zostały rozbite. Siły polskie nie miały najmniejszych szans na sukces, dodatkowym problemem były mylące Polaków Deklaracje Rosyjskie, mówiące o wspólnej wojnie z Niemcami. Polacy mieli olbrzymie

## 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

J/0498

## GABINET STOMATOLOGICZNY

lek. stom. **Ewa Krupa-Pękala**  
przyjmuje pacjentów:

**Radom, ul. Zielona 23**

(w bloku przejście między 3-4 klatką)

rejestracja telefoniczna

tel. 48 33 12 012  
606 712 214

J/0254



## 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

Poniedziałek - czwartek 14<sup>00</sup> - 19<sup>00</sup>,  
piątek 9<sup>00</sup>-13<sup>00</sup>, sobota 9<sup>00</sup>-13<sup>00</sup>

J/0664



# unident

JAWORSKY EDYTA I RADOSŁAW

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

Zapraszamy codziennie 8 - 20, w soboty 9 - 12

Radom, ul. Piłsudskiego 4/2,  
tel./faks 48 362 19 40

[www.unident.radom.pl](http://www.unident.radom.pl)



J/0551

## multiDENT

GABINET STOMATOLOGICZNY

[www.multident.radom.pl](http://www.multident.radom.pl)

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

Radom, ul. Traugutta 30

czynne: 9-18

tel. kom. 601 864 861

tel. 48 34 0000 4

J/0410

kłopoty z łącznością, co nie pozwalało uzyskać jakiegokolwiek obrazu sytuacji, Rosjanie natomiast nie mieli większych problemów z przekazaniem Polakom, komunikatu Komandarma Michaiła (pisownia oryginalna).

### „Żołnierze Armii Polskiej!

Pańsko-burżuazyjny Rząd Polski, wciąż gnąwszy Was w awanturystyczną wojnę, pozornie przewaliło się. Ono okazało się bezsilnym rządzić krajem i zorganizować obronę. Ministrzy i gienierałowie, schwycili nagrabione imi złoto, tchórzliwie uciekli, pozostawiając armię i cały lud Polski na wolę losu. Armia Polska pocierpiała surową porażkę, od którego ona nie oprawić wstanie się. Wam, waszym żonom, dzieciom, bracia i siostrami uraża głodna śmierć i zniszczenie te ciężkie dni dla Was potężny Związek Radziecki wyciąga Wam ręce braterskiej pomocy. Nie sprzeciwicie się Robotnicz-Chłopskiej Armii Czerwonej. Wasze przeciwienie bez korzyści i przyrzeczona na całą zgubę. My idziemy do Was nie jako zdobywcy, a jak wasi bracia po klasku, jako wasi wyzwolenicy od ucisku obszarników i kapitalistów Wielka i niezwalczona Armia Czerwona niesie na swoich sztandarach pracującym, braterstwo i szczęśliwe życie. Żołnierze Armii Polskiej! Nie proliwacie daremnie krwi za cudze interesy obszarników i kapitalistów. Was przymuszają uciskać Białorusinów, ukraińców. Rządzące kole polskie sięją narodową różność między polakami, Białorusinami i Ukraińcami. pamiętajcie! Nie może być swobodny naród, uciskające drugie narody. Pracujące Białorusini i Ukraińcy – Wasi pracujące, a nie wrogi. Razem z nimi budujcie szczęśliwe, dorobkowe życie. Rzućcie broń. Przechodźcie na stronę Armii Czerwonej. Wam zabezpieczona swoboda i szczęśliwe życie.”

Korpus Ochrony pogranicza oraz jednostki wojskowe walczące z Rosjanami liczyły około 30 tys. żołnierzy, mogło być ich więcej, jednak Naczelnny Wódz Rydz-Śmigły wydał następujący rozkaz:

„Sowiety wkroczyły. Nakazuję ogólne wycofanie na Rumunię i Węgry najkrótszy-

mi drogami. Z bolszewikami nie walczyć, chyba w razie natarcia z ich strony lub próby rozbrojenia oddziałów. Zadanie Warszawy i miast, które miały się bronić przed Niemcami – bez zmian. Miasta do których podejść bolszewicy, powinny z nimi pertraktować w sprawie wyjścia garnizonów do Węgier lub Rumunii.”

W związku z tym Armia Czerwona nie miała żadnych problemów z opanowaniem terytorium Polski, a wojska walczące z Niemcami, mogły się spodziewać ataku od tyłu jednak Polska broniła się jeszcze przez dwa tygodnie.

Źródło: [www.polskiedzieje.pl](http://www.polskiedzieje.pl)

## LUXDENT

### Gabinet Stomatologiczny Dariusz Szydło

Radom, ul. Struga 54 Lok 7  
(wejście z tyłu budynku)

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

Godziny przyjęć:

pn. pt. 9.00 do 18.00  
sobota 9.00 do 14.00

Informacje i zapisy:

695 726 422  
48 360 64 36

J/0543

## AURUM DENT

RADOM  
UL. LIMANOWSKIEGO 73/75 LOK 1

GABINET DENTYSTYCZNY

TEL. 530 704 300

[www.aurumdent.pl](http://www.aurumdent.pl)

LEK. STOM. MAREK ZATORSKI

KOMPLEKSOWE LECZENIE - NOWOCZESNA PROTETYKA

J/0515

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

J/0294

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

lek.stomatolog  
**Hubert Szwe**

## SZWE DENTAL

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

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

infolinia **794 101 801**



STOMATOLOGIA  
[www.zdrowko.com](http://www.zdrowko.com)

STOMATOLOGIA  
[www.zdrowko.com](http://www.zdrowko.com)

ZDROWIE  
[www.zdrowko.com](http://www.zdrowko.com)

STOMATOLOGIA  
[www.zdrowko.com](http://www.zdrowko.com)

# endomed®

ul. Kilińskiego 6

tel. 48 340 02 35, 48 340 02 36

kom. 606 169 634, 606 169 637

[www.endomed.radom.pl](http://www.endomed.radom.pl)



## PODSTAWOWA OPIEKA ZDROWOTNA NFZ

### INTERNIŚCI

lek. med. **Anna Frydryk** • spec. chorób wewnętrznych, diabetolog

dr n. med. **Karolina Furman-Kuklińska** • spec. chorób wewnętrznych, nefrolog

lek. med. **Ewa Modrzewska-Lesisz** • spec. chorób wewnętrznych, endokrynolog

lek. med. **Anna Malinowska** • spec. chorób wewnętrznych, hipertensjolog

lek. med. **Ewa Molenda** • spec. chorób wewnętrznych

dr n. med. **Violetta Wilk** • spec. chorób wewnętrznych, endokrynolog

lek.med. **Marta Koper-Grygiel** • spec.medycyny rodzinnej

### PEDIATRY

lek. med. **Paulina Kozińska** • pediatra

lek. med. **Monika Ociesa** • spec. pediatra

lek. med. **Grzegorz Smelcerz** • spec. pediatra

lek. med. **Stanisława Szcześniak-Mazur** • spec. pediatra

lek. med. **Grzegorz Walczyński** • spec. pediatra

lek. med. **Iwona Kędzior-Biedrzycka** • spec. pediatra, kardiolog



NFZ  
NFZ  
NFZ

**PUNKT SZCZEPIEŃ**

**GABINET ZABIEGOWY - EKG**

**PUNKT POBRAŃ LABORATORYJNYCH**

## PORADNIE SPECJALISTYCZNE

**NFZ Gastroenterologiczna** – lek. med. **Janusz Romanowski**, lek. med. **Marek Stankiewicz**,

lek. med. **Jacek Kuta**, lek. med. **Ewa Tylec-Osóbka**, lek. med. **Bartłomiej Kalbarczyk**

lek. **Jacek Sobaszek**,

**NFZ Gastroenterologiczna dla dzieci** – lek. med. **Lesław Syczewski**

**NFZ Proktologiczna** – lek. med. **Sebastian Grudziński**

**NFZ Onkologiczna** – dr n. med. **Robert Wiraszka**, lek. med. **Jacek Jodłowski**

**Chirurgii ogólnej/onkologicznej** – lek.med.**Jacek Jodłowski**

**Chirurgii naczyniowej** – dr n.med. **Adam Kukliński**, lek.med. **Bolesław Sprawka**,

lek.med. **Artur Żuchowski**

**Chirurgii dla Dzieci** – lek.med. **Ewa Elertowska**

**Diabetologiczna** – lek.med. **Anna Frydryk**

**Endokrynologiczna** – lek.med. **Krzysztof Bocheński**, lek.med. **Ewa Modrzewska-Lesisz**,

dr n.med. **Violetta Wilk**

**Hematologiczna** – lek.med. **Iwona Sokołowska-Gieźgała**

**Kardiologiczna** – lek.med. **Anna Malinowska** – wizyty, Holter RR

**Nefrologiczna** – dr n.med. **Karolina Furman-Kuklińska**

**Neurologiczna** – lek.med. **Elżbieta Przepiórka**

**Ortopedyczna** – lek.med. **Tomasz Romaniuk** (wizyty, USG - ortopedyczne, preluksacja)

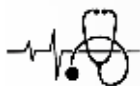
**Pulmonologiczna** – lek.med. **Mariusz Korzeniowski**

**Urologiczna** – lek.med. **Radosław Molga**, lek.med. **Antoni Nierubca**

**Zdrowia Psychicznego** – lek.med. **Małgorzata Nagadowska-Nojek**

**Dietetyczna** – mgr **Małgorzata Janusz**





## DIAGNOSTYKA OBRAZOWA

### TOMOGRAFIA KOMPUTEROWA NFZ BEZPŁATNIE

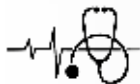
Rentgen cyfrowy

USG

USG – przezciemiączkowe

USG Doppler – szyi, kończyn dolnych

**W NOWEJ CZĘŚCI ENDOMEDU – ul. Kilińskiego 6 IIp.**



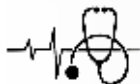
## PRACOWNIA ENDOSKOPOWA (przeniesiona z ul.Ks.Sedlaka)

### NFZ gastroscopia, kolonoskopia, polipektomia z oceną histopatologiczną

– lek.med. Janusz Romanowski, lek.med. Marek Stankiewicz, lek.med. Ewa Tylec-Osóbka,  
lek.med. Jacek Kuta, lek.med. Bartłomiej Kalbarczyk, lek.med. Dorota Rozborska-Bobola,  
lek.med. Piotr Nóżka, lek.med. Paweł Kołodziej, lek.med. Anna Cybulska, lek.med. Michał Zieliński

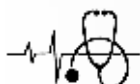
### możliwość badań w znieczuleniu ogólnym pod opieką anestezjologa

– lek.med. Jolanta Gajewska, lek.med. Maria Mroczkowska, lek.med. Maria Sieczko,  
lek.med. Jurkowska Agnieszka, lek.med. Krawczyk Grzegorz, lek.med. Lewandowski Tadeusz,  
lek.med. Borysewicz Magdalena, lek.med. Łęgowik Agnieszka, lek.med. Sys Krzysztof,  
lek.med. Barbara Magdzińska-Kupczalajć, lek.med. Katarzyna Biegańska,  
lek.med. Katarzyna Karczewska



## CHIRURGIA NACZYNIOWA

dr n.med. Adam Kukliński – usuwanie żylaków metodą BABCOCK`A ; FLEBECTOMIA,  
RF RADIO FREQUENCY, zamykanie żył klejem tkankowym,  
zamykanie żył metodą farmakomechaniczną FLEBGRIF, skleroterapia.



## PORADNIA NEUROCHIRURGICZNA

Prof. dr hab. med. Radosław Rola

– pracuje w Katedrze i klinice Neurochirurgii i Neurochirurgii Dziecięcej AM w Lublinie;  
stażysta wielu Klinik m.in. w Lille we Francji, w San Francisco w Kalifornii;  
Przewodniczący Komitetu Badań Naukowych (EANS), Przewodniczący Sekcji Neurochirurgii  
Unii Europejskich Specjalistów Medycznych (UEMS); leczenie pacjentów z nowotworami OUN,  
chorobami naczyniowymi mózgu, **leczenie operacyjne schorzeń kręgosłupa.**

**Krzysztof Kura**

– specjalista neurochirurg; starszy asystent Kliniki Neurochirurgii SP Szpitala Klinicznego Nr 4  
w Lublinie; uczestnik wielu kursów i staży z zakresu chirurgii kręgosłupa (Francja, USA,  
Hiszpania, Niemcy); **zajmuje się leczeniem operacyjnym schorzeń kręgosłupa i in.**

**Wojciech Czyżewski**

– doktorant Centrum Symulacji Medycznej Katedry Anatomii Człowieka Uniwersytetu  
Medycznego w Lublinie, rezydent Kliniki Neurochirurgii Szpitala Bielańskiego w Warszawie,  
uczestnik praktycznych kursów z zakresu neurochirurgii (Szkocja, Czechy, Francja, Niemcy);  
**leczenie operacyjne chorób kręgosłupa oraz urazów czaszkowo-mózgowych.**

## PARTNERZY MEDYCZNI



## GABINET OKULISTYCZNY

**Ewa Kowalik-Stani**

Specjalista chorób oczu

**Radom,  
ul. Żeromskiego 94**

zapisy telefoniczne:

**48 331 03 84, 603 917 769**

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



O/0658

### BIOMETRIA GAŁKI OCZNEJ

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

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

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

# Łamliwe paznokcie:

domowe sposoby na walkę z nimi. Przyczyny łamliwych paznokci.

Łamliwe paznokcie - ten problem dotyka wiele osób. Jeśli jesteś jedną z nich - Twoje paznokcie są kruche, miękkie i przede wszystkim często się łamią, oznacza to, że najprawdopodobniej stosujesz niewłaściwą dietę lub na paznokcie zadziałały szkodliwe czynniki zewnętrzne. Dowiedz się więc, jakie są inne przyczyny łamliwych paznokci i poznaj sposoby na łamliwe paznokcie.

### Przyczyny łamliwych paznokci

Łamliwe paznokcie to nic innego jak łamiąca się płytka rogowa, pokrywająca palce u rąk oraz stóp. W składzie paznokci dużą rolę odgrywa keratyna. Żeby paznokieć mógł prawidłowo rosnąć i nie łamać się, nie powinniśmy doprowadzić do jej niedoboru (jeśli tak się stanie, możemy uzupełnić go, stosując preparaty z keratyną hydrolizowaną). Co więcej, o tym, czy nasz organizm funkcjonuje prawidłowo, świadczy między innymi właśnie wygląd płytki paznokcia.

Dlatego też nie należy lekceważyć

wszelkich oznak związanych z jej złym stanem. Do przyczyn łamliwych paznokci możemy zaliczyć również nieodpowiednią dietę - płytka paznokcia łamie się przy niedoborze między innymi:

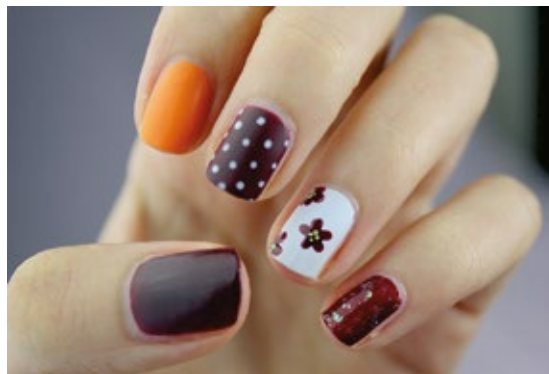
krzemu, cynku, potasu, wapnia, żelaza, witaminy B, witaminy F oraz magnezu.

Do częstych przyczyn łamania się paznokci zaliczamy również złą pielęgnację dłoni (lub jej brak), a także długie moczenie dłoni w wodzie, narażenie na działanie zbyt niskiej lub zbyt wysokiej temperatury, wilgoci i nieodpowiednie zmywanie lakieru z paznokci (zastosowanie acetonu).

### Domowe sposoby na łamliwe paznokcie

#### 1. Olejek rycynowy

Jednym ze sposobów na domową kurację, zapobiegającą łamaniu się paznokci



jest zastosowanie olejku rycynowego. To lekarstwo nie tylko na włosy, ale również i uszkodzone paznokcie. Olejek rycynowy należy wcierać w płytkę paznokcia oraz skórki wokół

paznokci dwa razy dziennie.

#### 2. Kąpiel w oliwie z oliwek

Do kolejnych domowych sposobów zapobiegających łamaniu się paznokci należy zaliczyć ich kąpiel w oliwie z oliwek z odrobiną cytryny. Jak ją przygotować? Do podgrzanej oliwy z oliwek dodajemy odrobinę soku z cytryny. Następnie moczymy dłonie przez kilka minut. Po tym czasie osuszamy ręce i smarujemy je kremem. Dzięki takiemu zabiegowi nasze paznokcie będą wzmocnione.

#### 3. Ocet jabłkowy

Kolejnym sposobem na łamliwe paznokcie jest ocet jabłkowy, który jest bogaty w takie składniki jak: wapń, żelazo, potas, magnez. Podczas kuracji z zastosowaniem octu jabłkowego należy zmieszać ze sobą jednakowe ilości octu oraz wody. W tak przygotowanej miksturze moczone paznokcie będą mocniejsze. Oprócz wzmocnienia płytki paznokcia, ocet jabłkowy zwalcza również zakażenia oraz

## 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

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

- leczenie chorób oczu u dzieci i dorosłych
- leczenie zeza 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

**OPTYK OKO**  
ZAKŁAD OPTYCZNY

ul. Szewska 17  
tel.: 48 363 42 43  
**695 85 25 85**

**Dorota Miszczak**  
specjalista diagnostyki refrakcji

okodoceta\_wmg@wp.pl

czynny: codziennie 9.00 - 17.00, soboty 10.00-18.00

O/0467

wszelkie infekcje paznokci.

#### 4. Olejek herbaciany

Do domowych sposobów walki z łamliwymi paznokciami zaliczamy także olejek herbaciany. W celu przygotowania kuracji z jego zastosowaniem należy zmieszać ze sobą pół łyżeczki witaminy E z kilkoma kroplami olejku herbacianego. Tak przygotowaną mieszankę wsmarowujemy w każdy paznokieć, delikatnie masując płytkę przez kilka minut. Po kilku minutach należy ją spłukać oraz wytrzeć dłonie do sucha. Taką kurację powtarzamy dwa razy dziennie przez miesiąc.

#### 5. Siemię lniane

Jako domowy sposób na walkę z łamliwymi paznokciami stosuje się również siemię lniane. Do dwóch łyżek siemienia lnianego wlewamy pół litra gorącej wody i odstawiamy na kilka minut w celu zaparzenia, po czym zanurzamy paznokcie na około 20 minut. Tego typu kuracja wzmacnia płytkę paznokcia oraz regeneruje zniszczone dłonie.

#### 6. Odżywka z czosnku

Wśród sposobów na łamliwe paznokcie możemy również wyróżnić odżywkę z czosnku. Rozgniatamy ząbek czosnku, dodając do niego łyżeczkę oliwy z oliwek. Tak przygotowaną odżywkę wmasowujemy w płytkę paznokcia. Po kilku minutach zmywamy wszystko ciepłą wodą.

#### 7. Piwo

Tak! Zastosowanie piwa to także jeden ze sposobów walki z daną dolegliwością. Z racji tego, iż piwo zawiera biotynę, fosfor, selen oraz potas, stosując je do pielęgnacji, sprawimy, iż nasze paznokcie będą mocniejsze.

#### 8. Aloes

Aloes to roślina, która wykazuje właściwości przeciwbakteryjne, grzybobójcze a także regenerujące. Możemy stosować go jako jeden z czynników codziennej pielęgnacji. Podczas kuracji aloesem należy pocierać przeciętym kawałkiem liścia płytkę paznokcia oraz skórki wokół paznokci.

#### Jak zapobiegać łamaniu paznokci?

Przede wszystkim warto stosować odpowiednią dietę, bogatą w minerały takie jak: magnez, wapń, cynk, krzem oraz witaminy: C, E, B, A. Należy również pić dużo wody i dbać o to aby nasz organizm był odpowiednio nawodniony. Musimy także pamiętać o tym, żeby odpowiednio dbać o dłonie. Nie moczyć ich zbyt długo w wodzie, zakładać rękawiczki ochronne podczas stosowania detergentów, chronić je szczególnie zimą, kiedy narażone są na wahania temperatury. Przydatne będzie również stosowanie kosmetyków nawilżających oraz regenerujących. Istotną kwestią jest także prawidłowe używanie pilnika i piłowanie paznokci „zgodnie” - w jedną stronę.

Źródło: poradnikzdrowie.pl/

## Poradnia Wspomagania Rozwoju dla dzieci



Rafał Zych

Punkt konsultacyjny  
indywidualnych ortez VIGO



Radom ul. 11-go Listopada 2/4

tel. 570 911 949; [www.infantporadnia.pl](http://www.infantporadnia.pl)

AP/0643

Mój Lekarz Radom.pl  
PORADNIA SPECJALISTYCZNA



ul. Skrajna 113  
Radom  
oś. Halinów

WIZYTY PO UZGODNIENIU TELEFONICZNYM

694 880 044

NASZ ZESPÓŁ

[www.mojlekarzradom.pl](http://www.mojlekarzradom.pl)

**Urolog** - prof. dr hab. n. med. **Igal Mor** – Dyrektor Szpitala Mazovia w Warszawie, Kierownik Urologii Szpitala w Koźniewicach

**Kardiolog, Internista** - prof. dr hab. n. med. **Dariusz Kosior** – Kierownik Kliniki Kardiologii i Nadciśnienia Tętniczego MSWiA w Warszawie

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

**Neurolog** – prof. dr hab. n. med. **Adam Kobayashi** – Kierownik Oddziału Neurologii Szpitala Wojewódzkiego W Radomiu /Józefów/

**Reumatolog, Internista** – prof. dr hab. n. med. **Witold Tlustochowicz**

**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

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

**Laryngolog, Otolaryngolog** – dr n. med. – **Wojciech Chlebny**

**Laryngolog, Internista, Alergolog** – dr. **Krystyna Budzynowska**

**Kardiolog, Internista** – dr **Piotr Panin**

**Kardiolog, Internista** – dr **Konrad Pajęzkowski**

**Chirurg naczyniowy** – dr **Grzegorz Noll**

**Chirurg naczyniowy** – dr **Grzegorz Prokop**

**Internista, Alergolog** – dr **Jacek Burski**

**Psychiatra** – dr. **Jan Kopacz**

**Neurolog** – dr **Paweł Chochół**

**Neurolog** – dr **Kinga Eleonora Kądziołka**

**Ortopeda** – dr **Andrzej Sawicki**

**Dermatolog, Lekarz P. Kontaktu** – dr **Jolanta Ostrowska**

**Pediatra, Lekarz Rodzinny** – dr. **Krystyna Dworzańska**

**Odchudzanie Farmakologiczne,**

**Lekarz Rodzinny** – dr **Łukasz Skórka**

KONSULTACJE TELEFONICZNE

zadzwoń: 694 880 044

**BADANIA:**

USG KARDIO - ECHO SERCA, USG DOPPLER, EKG,  
HOLTER EKG, HOLTER CIŚNIENIOWY

**KRIOCHIRURGIA** – KURZAJKI, WŁÓKNIKI, BRODAWKI

ZDROWIE  
[www.zdrowko.com](http://www.zdrowko.com)

PORADNIE  
[www.zdrowko.com](http://www.zdrowko.com)

ZDROWIE  
[www.zdrowko.com](http://www.zdrowko.com)

PORADNIE  
[www.zdrowko.com](http://www.zdrowko.com)

ZDROWIE  
[www.zdrowko.com](http://www.zdrowko.com)

**GABINET LEKARSKI  
NEUROLOGICZNY**Dr n. med. **Krzysztof Nadgrodkiewicz***specjalista neurolog*Radom, ul. Żeromskiego 65  
pokój 107**zapisy pon. - pt. 16 - 20****tel. 697060807**przyjmuje:  
poniedziałki i środy  
od godziny 17

N/0387

**SPECJALISTYCZNY  
GABINET  
NEUROLOGICZNY**lek.med. **Ewa Dudzińska**  
*specjalista neurolog***PRZYJMUJE:***poniedziałki 12<sup>00</sup> - 15<sup>00</sup>*

Centrum Medyczne

**MEDiana**

Radom, ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)

**tel. 606731821**

N/0316

**GABINET  
NEUROLOGICZNY**

Radom, ul. KellesKrauza 32

**poniedziałek 16-17****Marina Chojnacka**  
*neurolog***604 994 824**tel.pryw. **48 384 89 04**

N/0247

# Jarzębina: właściwości zdrowotne



Jarzębina, czy inaczej jarzab pospolity, a dokładniej przetwory z niej mają dużo witamin i substancji, które pomagają uporać się z zaparciami i wzdęciami. Ale nie tylko. Kwiaty jarzębiny mają działanie moczopędne, a owoce mogą być stosowane w profilaktyce arteriosklerozy, pomagają przy kamicy nerkowej i żółciowej, a także łagodzą podrażnienia wątroby. Zobacz, kiedy zbierać jarzębinę na przetwory.

Jarzębina rośnie nie tylko w lasach, ale także w parkach, ogrodach i wzdłuż ulic – jest bowiem drzewem ozdobnym. Kwitnie

w maju, ale najpiękniej wygląda jesienią, gdy w pełni dojrzałe owoce nabierają szkarłatnoczerwonej barwy. Kuliste i mięsiste jagody są w smaku gorzkie i cierpkie. Utrzymują się na drzewie jeszcze dość długo po opadnięciu liści. Jarzębinę znacie, ale czy wiedzieliście, że jej owoce są wykorzystywane w przetwórstwie?

**Jarzębina - właściwości lecznicze****KWIATY JARZĘBINY**

Kwiaty jarzębiny zawierają:

- karotenoidy,
- antocyjany,
- kwasy organiczne.

Kwiaty jarzębiny działają:

- moczopędnie,
- rozwalniająco, ale dość łagodne i najczęściej stosowane są u dzieci.

**OWOCE JARZĘBINY**

Owoce jarzębiny mają bardziej wszechstronne właściwości. Zawierają:

- kwasy organiczne,
- karotenoidy,
- substancje garbnikowe,
- gorycze,
- węglowodany (najważniejszym z nich jest alkohol cukrowy – sorbitol),
- witaminę C,

- prowitaminę A.
- Owoce jarzębiny są stosowane:
- w profilaktyce arteriosklerozy i choroby nadciśnieniowej,
  - mają właściwości moczopędne,
  - stymulują pracę jelit,
  - działają przeciwzapalnie na błony śluzowe żołądka i jelit,
  - łagodzą podrażnienia wątroby,
  - pomagają przy kamicy nerkowej i żółciowej,
  - pomagają w przewlekłych zaburzeniach trawiennych.

**Jarzębina - świeże owoce są niejadalne**

Świeże owoce jarzębiny mogą wywołać wymioty i biegunkę. Jest to spowodowane obecnością kwasu parasorbowego - ale kwas ten rozkłada się podczas suszenia owoców lub sporządzania z nich wyciągów. Owoce zbierane po przymrozkach są mniej gorzkie.

**SPECJALISTA CHOROBY UKŁADU  
NERWOWEGO I TERAPII MANUALNEJ  
KRĘGOSŁUPA****dr Andrzej Nowakowski**

- zespoły bólowe kręgosłupa i narządu ruchu pochodzenia neurologicznego reumatologicznego i pourazowego
- bóle i zawroty głowy
- choroba zwyrodnieniowa kręgosłupa i stawów
- dyskopatia, przepuklina, osteoporoza
- łokieć tenisisty, ostroga piętowa

**TERAPIA MANUALNA KRĘGOSŁUPA (ZABIEGI RĘCZNE)****ĆWICZENIA LECZNICZE I PROFILAKTYCZNE  
W ZESPOLACH BÓLOWYCH NARZĄDU RUCHU****FALA UDERZENIOWA**MEDICON  
Radom, ul. Gagarina 1, gabinet A**tel. 606 611 150**

S/0286

N/0215

N/0290

prof. dr hab. n. med.

**Jan Krzysztof Podgórski****NEUROCHIRURG**

Radom,

ul. Lekarska 2A, piętro 1  
czwartki w godz.: 15-20

Zapisy tel. poniedziałku do piątku.

**606 999 655**  
**697 060 807****JAROSŁAW KOSOWSKI***specj. NEUROLOG*Radom,  
ul. Focha 12/7

rejestracja:

**tel. 608460030**

przyjmuje w poniedziałki i środy od godz. 16

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**

## Jarzębina - wartości odżywcze

Owoce jarzębu, znanego, powszechnie rosnącego u nas drzewa, są ozdobą jesiennego krajobrazu. Koralowe, kuliste owoce to doskonałe źródło witaminy C (35–45 mg w 100 g, czyli mniej więcej tyle, co w cytrusach) i beta-karotenu. Zawierają też witaminy z grupy B, witaminę K, potas, sód, magnez i miedź. Mają też kwasy organiczne, antocyjany, flawonoidy, garbniki, pektyny i cukry.

## Jarzębina leczy i wzmacnia

Owoce jarzębiny wchodzi w skład wielu mieszanek ziołowych. Najpopularniejsze są te o działaniu przeczyszczającym, moczopędnym i przeciwzapalnym. Pomagają one przy zaburzeniach jelitowych (zaparciach, skłonności do wzdęć), dolegliwościach nerek i pęcherza, regulują przemianę materii.

Owoce są również składnikiem preparatów wzmacniających i witaminowych, stosowanych przy zakażeniach bakteryjnych, zapobiegawczo przeciw grypie i przeziębieniu, a także zalecanych rekonwalescentom.

niu, a także zalecanych rekonwalescentom.

## Jarzębina - przepisy

### • problemy z pęcherzem

Łyżkę rozdrobnionych owoców jarzębiny zalej szklanką letniej wody, doprowadź do wrzenia i podgrzewaj przez 5 minut pod przykryciem. Odstaw na 15 minut, przecedź. Pij 2-3 razy dziennie po pół szklanki jako lek przeciwbiegunkowy i moczopędny.

### • bóle nerek i wątroby:

2 razy dziennie jedz łyżeczkę suszonych zmielonych lub sproszkowanych owoców, popijając szklanką wody.

### • wzmocnienie pracy serca:

Pij 3 razy dziennie po pół szklanki wywaru z owoców jarzębiny. Przepis na wywar z jarzębiny: Do 200 ml wody wsyp 2 łyżki suszonych owoców jarzębiny. Gotuj przez pół godziny.

### • na zaparcia

Łyżkę rozgniecionych owoców jarzębiny zalej szklanką zimnej wody i zostaw na noc pod przykryciem. Rano przecedź. Popijaj w ciągu dnia przy problemach z wypróżnieniem.

## Kiedy zbierać jarzębinę na przetwory?

Kwiaty jarzębiny zbiera się na początku kwitnienia, ścinając całe kwiatostany – po wysuszeniu ociera się je z szypułek na sitach; prawidłowo przygotowane kwiaty powinny zachować białą barwę. Natomiast

## 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)

**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

zbiór owoców jarzębiny przeprowadza się, kiedy zaczynają one dojrzewać i uzyskują czerwoną barwę.

Ścina się całe baldachy, a owoce odziera się już po ususzeniu. Na przetwory – galaretki, dżemy – świeże owoce należy przetrzymać przez 1–2 dni w zamrażalniku lub zbierać je dopiero po jesiennych przymrozkach – mają wtedy łagodniejszy smak i są mniej gorzkie. Zawierają za to mnóstwo witaminy C, więc mogą być bardzo smacznym uzupełnieniem kuracji antyprzeziębieniowych.

Źródło: poradnikzdrowie.pl

**Agnieszka Rogozińska**  
specjalista neurolog

Przyjmuje  
w czwartki i piątki od 17.00

Radom, ul. Bernardyńska 3A



511 511 234  
48 386 95 00

**ANDRZEJ BORYSOWICZ**  
**LEKARZ SPECJALISTA NEUROLOG**

Radom

ul. Niedziałkowskiego 24

☎ 792 177 877



**GABINET NEUROLOGICZNY**

**Jakub Szymon Miśta**

specjalista neurolog

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

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

**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/0644]

# 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](http://www.armed-ort.pl)

AA 0323

lek. med. **Piotr Słyk**

specjalista chorób dziecięcych, radiolog

**USG**

SPECJALISTYCZNY  
GABINET PEDIATRYCZNY  
oraz BADANIA

Radom, ul. Sienkiewicza 32

tel. 48 36-26-058

Wtorek 14<sup>00</sup>-15<sup>00</sup>, Środa 15<sup>30</sup>-17<sup>00</sup>

Tel.dom. 48 385 11 42

tel.kom. 603 208 589

T/0074

# Pomoc dla kręgosłupa

## Alternatywa Spinomed

Nowe rozwiązanie zaopatrzenia kręgosłupa w gorsety przeprostne. Firma „Medi” podążając za nowoczesnymi trendami zaopatrzenia kręgosłupa polegającej na oparciu kilku pasów i pelot na wzmocnionej ramie umieszczonej wzdłuż kręgosłupa.

Do ramy jako rusztowanie przymocowane są pasy krętarzowe i piersiowe, wprowadzając kręgosłup w przeprost. W gorsecie firmy „Medi” nie zastosowano niewygodnej peloty piersiowej utrudniającej poprzez jej ucisk oddychanie. Orteza Spinomed aktywuje mięśnie tułowia w celu wzmocnienia rdzenia. Gorset zmniejsza ból, poprawia ustawienie kręgosłupa, a także zapewnia prawidłowe oddychanie, rozciągające klatkę piersiową.

**Łatwe zakładanie i zdejmowanie nawet przy ograniczonej sprawności ruchowej.**

Zasada działania Spinomedu jest odwrotna do działania gorsetu Jewetta lub Bahlera. Rama tylna i odblokowana klatka piersiowa bardzo chwalona jest zwłaszcza przez Panie. Gorset Spinomed nie ogranicza ruchu ramion, które występują



np. w gorsecie Jewetta, łuski piersiowo-mostkowe często ograniczają przywodzenie ramion.

Przy zmianach osteoporotycznych polecani przez lekarzy techników i fizjoterapeutów. Dokładnie dopasowany i założony przez specjalistów gorset Spinomed jest znakomitą alternatywą przy zabezpieczeniu kręgosłupa.

Poleca biomechanik z 40-letnim doświadczeniem p. Michał Czachor.

**Na konsultację zapraszamy  
codziennie  
w godzinach od 8 do 16.**



ul. Bernardyńska 1

26-600 Radom

tel.: 783 939 704

sklep@armed-ort.pl

**PRYWATNY TRANSPORT SANITARNY**



**DAN-MAR**

☎ **503 849 387**

## Barbara Węgrzycka

Specjalista chorób płuc  
Pulmonolog

Y0549

Radom, ul. Bernardyńska 3A



CENTRUM  
BERNARDYŃSKA

511 511 234  
48 386 95 00

[www.nzoz-srodmiescie.pl](http://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](mailto:info@nzoz-srodmiescie.pl)

czynne w dni powszednie od 8-18  
zapisy telefonicznie, osobiście lub  
online poprzez [www.osoz.pl](http://www.osoz.pl) lub  
[www.nzoz-srodmiescie.pl](http://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. - Pt. 8 - 18,  
So. 9 - 13  
[www.stymat.pl](http://www.stymat.pl)  
[stymat.radom@vp.pl](mailto:stymat.radom@vp.pl)

AAV0076

## Papież jezuita

„Ludzie, którzy widzą wykorzystywanie mało-  
letnich wyłącznie w Kościele Katolickim, są albo  
źle poinformowani, albo są zupełnymi ignorantami  
i ośmielam się powiedzieć, że Kościół katolicki nie  
jest międzynarodową firmą, która produkuje pedo-  
filów. Oczywiście prawdziwe ofiary zawsze muszą  
być otoczone uwagą i być broniące. Instrumenta-  
lizowanie pedofilii w celu uderze-  
nia w Kościół jest rzeczą haniebną  
i obrzydliwą. Szeroko mówi się  
tylko o indywidualnych przypad-  
kach wykorzystywania, popełnia-  
nych jedynie przez księży, pod-  
czas gdy w samej Europie jest 18  
milionów dzieci wykorzystywanych  
przez miliony drapieżnych pedofi-  
lów. Oznacza to, że są miliony sprawców, z których  
kapłani stanowią nawet niewielki ułamek procenta,  
ale jest to kwestia poważna, ponieważ choćby jeden  
sprawca wykorzystywania budzi oburzenie” - powie-  
dział ks. di Noto, przewodniczący stowarzyszenia  
„Meter”, które od 30 lat działa w obronie pogwałco-  
nego dzieciństwa.



„Kościół w ciągu ostatnich 15 lat stał się wyraź-  
nie świadomy problemu (przejrzystości w sprawie  
pedofilii), wszedł na drogę przejrzystości i jasności,  
a także norm i przepisów zwalczających pedofilię,  
których nie uczyniło żadne państwo ani żadna grupa  
zawodowa czy społeczna. Ale ponieważ większość  
mediów jest nastawiona antyklerykalnie, to nawet  
przypadek, który jest na pewno poważny, ale może  
stary, staje się pretekstem do atakowania Kościoła”  
- mówił ks. di Noto.

„Kościół w ciągu ostatnich 15 lat stał się wyraź-  
nie świadomy problemu (przejrzystości w sprawie  
pedofilii), wszedł na drogę przejrzystości i jasności,  
a także norm i przepisów zwalczających pedofilię,  
których nie uczyniło żadne państwo ani żadna grupa  
zawodowa czy społeczna. Ale ponieważ większość  
mediów jest nastawiona antyklerykalnie, to nawet  
przypadek, który jest na pewno poważny, ale może  
stary, staje się pretekstem do atakowania Kościoła”  
- mówił ks. di Noto.

Papież Franciszek - jak pisałem tu przed miesi-  
cem powiedział iż: „Słowa niech sobie radzą sami  
nie należą do chrześcijańskiego słownika”.

Także w sprawach związanych z poruszaniem  
tu problemem, papież Franciszek nie pozostawia  
samych sobie ludzi skrzywdzonych i wykorzystanych.

Przed wszystkim spotyka się z nimi przy różnych  
okazjach, pochylając się z troską nad ich życiem.

W tym celu zniósł np. tzw. tajemnicę papieską  
w sprawach o nadużycia seksualne, co umożliwiło  
przekazywanie informacji zebranych w wewnątrz-  
kościelnych procesach kanonicznych cywilnym orga-  
nom ścigania państw z odpowiednią jurysdykcją.  
Podniósł też wiek dzieci, które mają być chronione  
przed wykorzystaniem w celach pornograficznych  
z 14 lat do 18 lat.

Papież naprawdę dźwiga na sobie wiele proble-  
mów współczesności, w tym problem pedofilii. Wraz  
z Kościołem bowiem znalazł się pod wielkim pręgi-  
em oskarżeń o nadużycia seksualne, gdy okazało  
się, że wiele spraw było zamykanych pod dywan  
i niezatwierdzonych. Papież zrobił już bardzo wiele, gdy  
chodzi o odzyskiwanie wizerunku Kościoła pochylo-  
nego nad człowiekiem cierpiącym, wykluczonym,  
zmarginalizowanym.

Trzeba jedynie odrobinę dobrej woli by to zauważyć.

JT SJ

[www.radom.jezuici.pl](http://www.radom.jezuici.pl)

CENTRUM ZAOPATRZENIA  
ORTOPEDYCZNO-MEDYCZNEGO

ort-med

wypożyczalnia sprzętu rehabilitacyjno-medycznego



refundacja

NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia

• ciśnieniomierze • artykuły przeciwośluzowe • balkoniki • kule • pieluchomajtki

www.ort-med.eu ort\_med@wp.pl

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

## Bariery w komunikacji międzyludzkiej

Drodzy czytelnicy informatora Zdrówko. Zapraszam do przeczytania ostatniej części artykułu „Bariery w komunikacji międzyludzkiej”. Poprzednie można przeczytać na stronie [www.zdrowko.com](http://www.zdrowko.com) w zakładce archiwum otwierając nr. 295, 296 i 297. Zachęcam do lektury.



Ks. Marek Dziewiecki  
- Doktor psychologii  
Od 1988 wykładowca  
psychologii i pedagogiki  
w WSD w Radomiu.  
Dyrektor telefonu DR  
- „Linia Braterskich  
Serc”.  
Członek Komisji  
Episkopatu Polski  
ds. Trzeźwości.  
Rekolekjonista.

Autor ponad 70 książek i kilku audiobooków

## 7. Subiektywne przypisywanie odpowiedzialności

Jedną z cech ludzkiego myślenia i poznania jest odwoływanie się do zasady przyczynowości. Dopóki nie ujmemy danego zjawiska czy wydarzenia w kategoriach przyczyny i skutku, pozostajemy niespokojni i mamy wrażenie, że czegoś nie rozumiemy. Jeśli np. ktoś wraca do domu i widzi wybitą szybę w oknie, to automatycznie pojawia się pytanie o to, kto lub co spowodowało stłuczenie szyby. Potrzeba ujmowania wszystkiego w kategoriach

przyczyny i skutku jest w nas tak silna, że można ją uznać za swego rodzaju przymus wewnętrzny i charakterystyczny sposób działania ludzkiego umysłu. Tak właśnie ukazuje zasadę przyczynowości E. Kant, zwracając przy tym uwagę, że nie zawsze nasze rozumienie przyczynowości odpowiada rzeczywistości obiektywnej.

Fakt ujmowania wszystkich wydarzeń w kategoriach przyczyny i skutku, może stać się źródłem istotnych zaburzeń w procesie komunikacji międzyludzkiej. Dana osoba może zupełnie inaczej interpretować określone wydarzenie niż jej rozmówca. Dopóki chodzi o sprawy, które nie dotyczą bezpośrednio rozmawiających ze sobą osób, a przynajmniej nie stanowią źródeł konfliktu między nimi, to ujmowanie zjawisk na zasadzie przyczyny i skutku nie prowadzi zwykle do nieporozumień i nie powoduje istotnych rozbieżności zdań. Dla przykładu, gdy widzimy mokrą jezdnię, to raczej zgodnie interpretujemy to jako skutek padającego deszczu czy śniegu. Sytuacja zmienia się diametralnie, gdy rozmawiamy o sprawach, które nas bezpośrednio dotyczą,

zwłaszcza jeśli są źródłem napięć między rozmawiającymi. Dla ilustracji przedstawie dwa przykłady.

Oto pewna matka przyprowadza do psychologa szesnastoletnią córkę. Matka jest bardzo zaniepokojona. Wyjaśnia psychologowi, że córka już od dawna była wobec niej agresywna, ale poprzedniego wieczoru przebrała wszelką miarę. Zaatakowała matkę nożem. Na szczęście nie doszło do tragedii. Psycholog pyta córkę o powód jej agresywności. Ona odpowiada: „zaatakowałam mamę dlatego, że jest mi przykro, bo ona już od dawna nie okazuje mi czułości”. Poproszona o skomentowanie tej wypowiedzi, mama odpowiada: „to prawda, że nie okazuję córce czułości, ale tylko dlatego, że ona tego nie chce. Wtedy córka wyjaśnia: „mama mnie całuje jedynie z okazji imienin czy świąt. Poza tymi sytuacjami nie okazuje mi żadnej czułości. Mnie też nie wolno pocałować mamy czy do niej



M. JANIK - PODGÓRSKA

ORTO-LIVE

prof. dr hab. n. med.

**Witold Tlustochowicz**Specjalista chorób wewnętrznych  
**REUMATOLOG**Specjalista w dziedzinie  
reumatologii i leczenia osteoporozyDiagnoza i leczenie chorób reumatycznych  
w pełnym zakresie.Leczenie powikłań płucnych i kardiologicznych  
u chorych na przewlekłe zapalenie stawów.

Leczenia włókienienia pozaotrzewnowego.

Diagnostyka i leczenie tocznia  
rumieniowatego układowego

Leczenie zapaleń naczyń

Leczenie osteoporozy.

Zapisy pon – pt w godzinach 10 – 17.

tel. 602 660 944, 532 004 781

Radom ul. Lekarska 2A

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

medistar  
SKLEP MEDYCZNY

Radom,  
ul. Okulickiego 58/70 lok 2  
tel./faks 48 360 83 24  
e-mail medistar@medistar.pl  
[www.medistar.pl](http://www.medistar.pl)

**BEZPŁATNY DOWÓZ  
TOWARU DO INSTYTUCJI**

**REALIZUJEMY  
WNIOSKI NA NFZ**

się przytulić, kiedy mam taką potrzebę. To ja nie chcę takiej sztucznej czułości, okazywanej tylko z racji jakichś oficjalnych okazji". Jak widzimy, każda ze stron uważa, że przyczyną konfliktu między nimi jest zachowanie współrozmówcy, a nie jej własne.

A oto drugi przykład. Po kilkunastu latach wspólnego życia pewne małżeństwo przeżywa ostry kryzys. W rozmowie z psychologiem żona żali się, że mąż jest bardzo bierny, że zupełnie nie interesuje się sprawami domu i dlatego ona musi troszczyć się o wszystko. Ale jest już tym zmęczona i dłużej nie będzie tolerować takiej sytuacji. Zdumiony takimi pretensjami mąż wyjaśnia, iż wprawdzie jest bierny i wszystkie sprawy domowe pozostawia do rozstrzygnięcia żonie, ale tylko dlatego, że już w okresie narzeczeństwa oddawał inicjatywę w jej ręce, gdyż ona w widoczny sposób się tym cieszyła. Mąż był zatem przekonany, że jego bierność była wymuszona przez żonę. Ona z kolei interpretowała zaistniałą sytuację dokładnie odwrotnie.

W obydwu przedstawionych przykładach każda ze stron inaczej interpretuje przyczyny konfliktów i komu innemu przypisuje odpowiedzialność za dany problem. Zauważamy przy tym narzucającą się prawidłowość: oto każda ze stron uważa, iż to zachowanie partnera stało się przyczyną ich wzajemnych trudności i jest wprost zdumiona, że rozmówca może mieć inne zdanie na ten temat. Aby rozwiązać tego typu dylematy, należy zwykle - poza skrajnymi sytuacjami - zrezygnować z ustalenia, kto stał się przyczyną przeżywanych trudności czy konfliktów. Wynika to z faktu, że w sytuacjach konfliktowych prawdopodobnie nigdy nie dojdziemy do wspólnego, identycznego zdania na temat czyjeś odpowiedzialności czy winy, a ponadto w kontaktach międzyludzkich przyczyna przeżywanych trudności czy konfliktów nigdy nie leży wyłącznie po jednej tylko stronie. W trakcie ewentualnych dyskusji na ten temat każdy będzie zwykle dążył do ukazywania swego problematycznego zachowania jako skutku postawy partnera, podczas gdy rozmówca będzie interpretował tę samą sytuację dokładnie na odwrót. Nawet wtedy, gdy wydaje się oczywiste, iż wina leży po jednej tylko stronie, zwykle jest to wynikiem patrzenia na sytuację w danym momencie, bez uwzględnienia szerszego kontekstu i całej historii problemu. W tym kontekście symptomatyczne są przepisy kodeksu drogowego we Włoszech, gdzie w razie wypadku samochodowego - poza zupełnie skrajnymi sytuacjami - żaden z kierowców nie może być obciążony pełną winą, a drugi całkowicie uniewinniony. Policja określa tam procent odpowiedzialności obu kierowców. Nawet jeśli tylko jeden z nich przekroczył przepisy, to drugi mógł przecież wykazać większą ostrożność i czujność, a to mogłoby uchronić przed kolizją. Analogicznie, jeśli w jakiejś rodzinie jest problem alkoholowy, to przyczyna takiej sytuacji nie

leży wyłącznie po stronie uzależnionego. Współmałżonek mógł przecież inaczej reagować czy dojrzałej postępować wtedy, gdy problem dopiero się zaczynał. Kiedy zatem dochodzi do dyskusji ze względu na odmienny sposób przypisywania odpowiedzialności za daną trudność, to obie strony powinny zrezygnować z ustalania tego, kto jest winny w danej sytuacji, a kto jest jedynie ofiarą. Należy natomiast stwierdzić, że obecna sytuacja nie zadawała żadnej ze stron. Wtedy, zamiast szukać winowajców, zajmijmy się szukaniem sposobów rozwiązania problemu.

#### 8. Komunikacja paradoksalna

Szczególnie istotną trudność w komu-

nikacji międzyludzkiej stanowi komunikacja paradoksalna. Polega ona na wewnętrznej sprzeczności w informacji, którą dana osoba przekazuje swemu rozmówcy w sposób werbalny lub niewerbalny. Najprostszym i najłatwiejszym do zauważenia przykładem komunikacji paradoksalnej jest sprzeczność zawarta w wypowiedzianej przez kogoś treści. Z sytuacją tego typu mamy do czynienia np. wobec zachęty: „czuj się ze mną spontanicznie!” Takie wezwanie stawia rozmówcę w trudnej sytuacji, ponieważ jest po prostu wewnętrznie sprzeczne. Nie można przecież nakazywać spontaniczności, gdyż autentyczna spontaniczność oznacza,

Ciąg dalszy na str. 24.



## 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 polykania wspomagająca leczenie ortodontyczne,
- terapia wspierająca rozwój mowy dziecka małego,
- terapia dzieci małych z autyzmem, afazją, dzieci niemówiących
- rehabilitacja ruchowa - od wieku niemowlęcego
- szkoła pielęgnacji niemowląt
- szkoła noszenia dzieci w chustach
- integracja sensoryczna

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

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

### OFERTA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY:

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

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

**ZDROWIE**  
www.zdrowko.com

**PORADNIE**  
www.zdrowko.com

**ZDROWIE**  
www.zdrowko.com

**PORADNIE**  
www.zdrowko.com

**PORADNIE**  
www.zdrowko.com

**ALAB** *laboratoria*

oznacza wiarygodność

## Zapraszamy do Punktu Pobrań

**ul. Lekarska 2A w Radomiu**

Pon - Pt 7:30 - 13:00, Sob 8:00 - 12:30

Tel.: 798763016

**DOŚWIADCZONY PERSONEL****3000 BADAŃ W OFERCIE****ZAPRASZAMY DO TELEFONICZNEGO UMAWIANIA SIĘ  
NA WIZYTĘ ORAZ ODBIORU WYNIKÓW ONLINE.****BEZPIECZEŃSTWO  
NASZYCH PACJENTÓW  
JEST DLA NAS  
PRIORYTETEM.**[www.alablaboratoria.pl](http://www.alablaboratoria.pl)**OGÓLNOPOLSKA SIĘĆ LABORATORIÓW ANALIZ MEDYCZNYCH**

# Barier w komunikacji międzyludzkiej

*Dokończenie ze str. 23.*

iż zachowuję się w taki sposób, na jaki mam ochotę, a nie w taki, do którego mnie ktoś nakłania. Innymi słowy w obliczu tego typu komunikacji trzeba byłoby być nieposłusznym, żeby... okazać się posłusznym. Inny przykład komunikacji paradoksalnej, to prośba typu: „kieruj mną tak, abym stał się osobą dorosłą i niezależną.” Także w tym przypadku mamy do czynienia z wypowiedzią wewnątrznie sprzeczną. Komunikacja paradoksalna stawia zawsze rozmówcę w dziwnej czy wręcz niepokojącej sytuacji. Czasami może dochodzić do sytuacji groteskowych. Wyobraźmy sobie następującą scenę. Oto żona kupuje mężowi na imieniny dwie koszule. Gdy któregoś dnia mąż zakłada po raz pierwszy jedną z ofiarowanych koszul, żona spogląda na niego w smutny sposób i mówi z wyrzutem: „widzę, że ta druga koszula ci się nie podoba?” W takiej sytuacji jedynym rozwiązaniem jest uświadomienie współrozmówcy, że komunikuje w sposób paradoksalny.

Czasem paradoksalność komunikacji jest łatwa do wykrycia czy do zasygnalizowania. Jest tak np. w sytuacji, gdy ktoś w wyraźny sposób niespokojny, mówi do nas łamiącym się głosem: „czuję się teraz bardzo dobrze”. Jednak nawet wtedy, gdy

łatwo zdajemy sobie sprawę ze sprzeczności w wypowiedzi partnera, pojawiają się niepokojące pytania: czy rozmówca nie jest świadomy swoich przeżyć? A może nie ufa mi i obawia się powiedzieć mi prawdę? Dlaczego jest wobec mnie taki przerażony? Dlaczego nie mówi mi tego, co rzeczywiście przeżywa? Bywają jednak sytuacje jeszcze bardziej niepokojące i niebezpieczne, gdy paradoksalność komunikacji nie jest aż tak oczywista, jak w powyższych przykładach. Oto ilustracja tego typu sytuacji. Wyobraźmy sobie rodzinę, w której są rodzice i siedmioletni syn. Rodzice starają się być wzorowym małżeństwem. Nawet nie dopuszczają myśli, że między nimi mogą być jakieś problemy i że mogą choćby tylko czasami mieć do siebie o coś żal. A przecież takie przeżycia też się niekiedy pojawiają. Jest prawdopodobne, że tego typu rodzice będą przeżywać wzajemne żale czy pretensje jedynie w sposób pośredni, wykorzystując do tego celu np. zachowanie syna. Może się więc zdarzyć, że gdy syn otrzyma w szkole zły stopień lub źle się zachowa, to tata najpierw skarci go, lecz przy okazji jakby od niechcenia powie żonie: „powinnaś lepiej pilnować syna. To jest przecież twoje zadanie.” W taki sposób mąż może pośrednio wyrazić żal czy pretensje do żony za sprawę, o których nie ma odwagi mówić

wprost. Po tego typu scenie bywa, że tata staje się dla syna wyjątkowo miły, bawi się z nim, idzie na miły spacer i wręcza dziecku pieniądze na lody. „Oficjalnie” swoje zachowanie tłumaczy samemu sobie chęcią wynagrodzenia synowi za ostrą reakcję na jego zły stopień w szkole. Ojciec może sobie nie uświadamiać, że w pewnym sensie jest mu na rękę problematyczny syn, bo karcąc czy krytykując go, może jednocześnie wyrazić swój żal wobec żony w sposób „bezpieczny”, czyli bez dotykania rzeczywistego źródła tego żalu. W takiej sytuacji położenie chłopca będzie jednak dramatyczne. Znajdzie się on w kręgu stałej komunikacji paradoksalnej. Gdy otrzyma zły stopień, to tata go najpierw skrzyczy, ale potem będzie zaskakująco miły i dobry tak, że syn zacznie nieświadomie dążyć do podobnych sytuacji w przyszłości. Gdy z kolei wszystko w szkole będzie układało się dobrze, to tata tego nawet nie zauważy i nie doceni.

Żadna z sytuacji nie będzie więc dla syna jednoznacznie pozytywna, ani jednoznacznie negatywna. Nie będzie on nigdy pewien czego naprawdę oczekuje od niego ojciec. Chłopiec znajduje się w sytuacji komunikacji paradoksalnej, której sobie nie uświadamia, której nie jest w stanie zdementować i z której nie potrafi się wyzwolić.

## 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

Jak wykazują badania psychologiczne, tego typu sytuacja komunikacji paradoksalnej, zwłaszcza w wśród osób, które są dla siebie ważne i pozostają w stałych relacjach, powoduje poważne zaburzenia i napięcia psychiczne. W skrajnych przypadkach może doprowadzić nawet do schizofrenii. Ale także tam, gdzie nie jest ona aż tak groźna i trudna do zdemaskowania, staje się źródłem niepewności i niepokoju.

Bywają sytuacje, w których dojrzałym zachowaniem okazuje się pozorna zgoda współmówcy na komunikację paradoksalną ze strony partnera. Dotyczy to zwłaszcza komunikacji wychowawczej i terapeutycznej. Oto przykład z praktyki jednego z psychiatrów. W czasie pierwszej rozmowy, jego nowy pacjent stwierdził, że nie będzie niczego o sobie mówił, gdyż jest przekonany, że w gabinecie, w którym rozmawiają, jest założony podsłuch. Wobec takiego stwierdzenia, psychiatra nie próbował polemizować z pacjentem, lecz powiedział: „skoro pan tak sądzi, to poszukajmy tego podsłuchu”. Sam zaczął przesuwając biurko, zaglądać pod dywan, oglądać kaloryfery. Zdumiony takim zachowaniem pacjent zaczął mówić: „tu chyba nie ma podsłuchu, ale ja od wielu lat stałem się przesadnie podejrzliwy”. W ten sposób zaczęła się rozmowa, która stała się początkiem owocnej terapii.

**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

## KLINIKA EUROMED

Radom, ul. Klonowica 8/1

Rejestracja codziennie 8-15, śr 12-18

tel. **48 369 95 17, 510 781 404**

**Badania urodynamiczne - odpłatnie**

**Laserowe zabiegi  
obniżenia ścian pochwy - odpłatnie**

Dr nauk medycznych

**Grzegorz Szcześniak**

*specj. chirurgii ogólnej i onkologicznej*

**BIOPSJA MAMMOTOMICZNA PIERSI!**

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

**Nawiążemy współpracę z dermatologiem**

**- zabiegi laserem ER : YAG**

**www.euromed.radom.pl**

F/0331



M. JANIK - PODGÓRSKA

**ORTO-LIVE**

specjalista chirurgii ogólnej

lek. med. **Maciej Pastuszka**

**KONSULTACJE BARIATRYCZNE**

**OPERACJE BARIATRYCZNE**

Zgłoszenia tel. pn-pt w godz. 10 - 17.

**602 660 944, 532 004 781**

**Radom ul. Lekarska 2A**

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

F/0602

### Zakończenie

Przedstawione powyżej bariery w komunikacji międzyludzkiej należą do najważniejszych, ale nie są one jedynymi trudnościami w tej dziedzinie. Jest ich tak wiele, jak wiele jest ludzkich sposobów komunikowania się i wzajemnego odnośzenia do siebie. Wszystkie one poważnie zakłócają relacje między ludźmi oraz stają się źródłem bolesnych konfliktów i nieporozumień. Stajemy zatem wobec pytania: jak przezwyciężać trudności we wzajemnym porozumiewaniu się? Bardzo istotną sprawą jest oczywiście obserwowanie samych siebie i eliminowanie tych błędów, które odkrywamy we własnych sposobach komunikowania. Nie wystarczy jednak unikać trudności i barier, aby komunikować w sposób dojrzały i pogłębiony. Właściwe porozumiewanie się z drugim człowiekiem wymaga określonych kompetencji i umiejętności pozytywnych. Także tutaj obowiązuje zasada, że zło zwycięża się dobrem.

Źródło: <http://marekdziewiecki.eu/>

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

## CHIRURGIA DZIECI I MŁODZIEŻY

**Leczenie ran trudnogojących  
u dzieci i dorosłych.**

**przyjmuje w Radomiu:**

Centrum Bernardyńska tel: 48 386 95 00

Środa – od 16.30, piątek od 11.00

**przyjmuje w Grójcu:**

Ledamed – tel: 48 366 11 72

we wtorki od 16.30

F/0342

## 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

**Jan Kopacz**

**LEK. PSYCHIATRA**

**PRZYJMUJE PRYWATNIE**

**KOZIENICE,**

Centrum Leczenia Uzależnień i Pomocy Psych.

ul. Warszawska 13

Rejestracja pacjentów

**tel.: 508 713 094**

**RADOM,**

Mój Lekarz Radom,

ul. Skrajna 113

Rejestracja pacjentów

**tel.: 694 88 00 44**

S/0333

## SPECJALISTYCZNY GABINET PSYCHIATRYCZNY

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

**Agata Nowakowska Robert Nowakowski**

*lekarz specjalista psychiatra*

tel: **506 472 466**

*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

PSYCHIATRIA  
www.zdrowko.com

PSYCHIATRIA  
www.zdrowko.com

# apteka odzienna

**Radom, ul. Mireckiego 14**

**Radom, ul. Paderewskiego 17/2**

**Radom, ul. Staroopatowska 22A**

**Białobrzegi, ul. Krakowska 81**

**Iłża, ul. Dr. Anki 16 AB**

**Kozienice, ul. Nowy Świat 19**

**Lipsko, ul. Śniadeckiego 5**

**Lipsko, ul. Zwoleńska 9**

**Pionki, ul. Henryka Sienkiewicza 36**

**Przysucha, ul. Radomska 1**

**Szydłowiec, ul. Staszica 17**

**Zwoleń, ul. Św. Jana 1**

**[www.aptekacodzienna.pl](http://www.aptekacodzienna.pl)**



**727 011 011**

# DEKLARACJA WIARY



W dniach 11-13 września 2020 r. w Domu Rekolekcyjnym „Księżówka” w Zakopanem odbyło się spotkanie integracyjne członków Katolickiego Stowarzyszenia Lekarzy Katolickich (KSLP). Z naszej diecezji w spotkaniu wzięło udział 10 osób.

W programie spotkania znalazła się codzienna Msza święta i wspólna modlitwa w intencji pracowników służby zdrowia oraz o poszanowanie godności ludzkiego

życia od poczęcia do jego naturalnej śmierci. Był oczywiście również czas na integrację: wspólne wyjście w góry oraz wieczorne spotkania z piosenką.

W tym czasie odbyło się także walne zebranie członków KSLP. Na spotkaniu podjęto między innymi refleksję nad aktualnymi problemami społecznymi. Uczestnicy spotkania, w odpowiedzi na próbę zakwestionowania naturalnego porządku dotyczącego tożsamości płciowej, postanowili, że raz jeszcze ponowią inicjatywę Deklaracji wiary lekarzy i studentów medycyny, która to deklaracja została po raz pierwszy publicznie przedstawiona przez Panią doktor Wandę Pułtawską w 2003 r.

Niech treść Deklaracji będzie inspiracją dla wszystkich pracowników służby zdrowia do dalszej gorliwej pracy na rzecz niesienia chorym ulgi w cierpieniu oraz w obronie godności i życia każdej osoby.

*ks. Konrad Wójcik*

*Diecezjalny Duszpasterz Służby Zdrowia*

**WIERZĘ** w jednego Boga, Pana Wszechświata, który stworzył mężczyznę i niewiastę na obraz swój.

**UZNAJĘ**, iż ciało ludzkie i życie, będąc darem Boga, jest święte i nietykalne:

- ciało podlega prawom natury, ale naturę stworzył Stwórca,

- moment poczęcia człowieka i zejścia z tego świata zależy wyłącznie od decyzji Boga.

Jeżeli decyzję taką podejmuje człowiek, to gwałci nie tylko podstawowe przykazania Dekalogu, popełniając czyny takie jak aborcja, antykoncepcja, sztuczne zapłodnienie, eutanazja, ale poprzez zapłodnienie in vitro odrzuca samego Stwórcę.

**PRZYJMUJĘ** prawdę, iż płeć człowieka dana przez Boga jest zdeterminowana biologicznie i jest sposobem istnienia osoby ludzkiej. Jest nobilitacją, przywilejem, bo człowiek został wyposażony w narządy, dzięki którym ludzie przez rodzicielstwo stają się „współpracownikami Boga Samego w dziele stworzenia” - powołanie do rodzicielstwa jest planem Bożym i tylko wybrani przez Boga i związani z Nim świętym sakramentem małżeństwa mają prawo używać tych organów, które stanowią sacrum w ciele ludzkim.

**STWIERDZAM**, że podstawą godności i wolności lekarza katolika jest wyłącznie jego sumienie oświecone Duchem Świętym i nauką Kościoła i ma on prawo działania zgodnie ze swoim sumieniem i etyką lekarską, która uwzględnia prawo sprzeciwu wobec działań niezgodnych z sumieniem.

**UZNAJĘ** pierwszeństwo prawa Bożego nad prawem ludzkim - aktualną potrzebę przeciwstawiania się narzuconym antyhumanitarnym ideologiom współczesnej cywilizacji,

- potrzebę stałego pogłębiania nie tylko wiedzy zawodowej, ale także wiedzy o antropologii chrześcijańskiej i teologii ciała.

**UWAŻAM**, że - nie narzucając nikomu swoich poglądów, przekonań - lekarze katolicy mają prawo oczekiwać i wymagać szacunku dla swoich poglądów i wolności w wykonywaniu czynności zawodowych zgodnie ze swoim sumieniem.

## Najbliższe wydarzenia DSZ

**18 października** - Święto św. Łukasza Ewangelisty, patrona Służby Zdrowia

**28 listopada** - Msza św w intencji zmarłych lekarzy (Jasna Góra)

**5 grudnia** - Adwentowy Dzień Skupienia Służby Zdrowia

## 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](http://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

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

### Informacje i przyjmowanie ogłoszeń:

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

internet: [www.zdrowko.com](http://www.zdrowko.com) zakładka cennik,

e-mail: [zbignum@op.pl](mailto:zbignum@op.pl)

lub przez przedstawiciela

Jacka Gumińskiego tel.: 603 401 024

Wydawca nie ponosi odpowiedzialności za treść ogłoszeń i reklam



**tel. 48 332 07 29**

**PON - PT  
7:30 - 20:00**

**SOBOTA  
8:00 - 13:00**

**OSIEDŁOWA 9**

**W BUDYNKU  
POLMEDIC'U**



A/0036

**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. HELENA  
BORYSEWICZ-PAWLIK



**RADOM UL. CHROBREGO 9**

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



**48 364 07 07**

A/0007

**DORADCA PODATKOWY**

**Zenona Anna Pierzchała**

nr wpisu 00497

**Radom, ul. Miła 17 lok. 15**  
**tel. 48 36 36 771**

**Prowadzenie ksiąg:**

- podatkowych
- handlowych
- ryczałtu, ZUS i płace

również dla prywatnych gabinetów  
lekarskich i stomatologicznych,  
hurtowni farmaceutycznych, aptek

**KOMPLEKSOWA OBSŁUGA  
DUŻYCH I MAŁYCH FIRM**

AD/0214

**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/0005

**Dyrektor Samodzielnego Wojewódzkiego Publicznego  
Zespołu Zakładów Psychiatrycznej Opieki Zdrowotnej  
w Radomiu, ul. Krychnowska 1,**

**zatrudni do pracy w oddziałach szpitalnych  
i/lub na dyżurach medycznych:**

- 1. Lekarzy specjalistów psychiatrów;**
- 2. Lekarzy w trakcie specjalizacji z psychiatrii  
lub chcących się specjalizować w psychiatrii;**

Oferujemy atrakcyjne warunki pracy i płacy. Forma zatrudnienia do uzgodnienia.

Bliższe informacje można uzyskać:

Jan Krzysztof Bartel - Z-ca Dyrektora ds. Lecznictwa – 48 332 450 04

krzysztof.bartel@szpitalpsychiatryczny.radom.pl

Marzena Gózdź – Kierownik Działu Służb Pracowniczych 48 332 45 16

marzena.gozdz@szpitalpsychiatryczny.radom.pl

Y0520

**APTEKA**

**Radosław Pawlik**

mgr farm.

**Radom**

**ul. Warszawska 4**

**Pon-Pt 8:00 - 19:00**

**Sob 8:00 - 14:00**

A/0131