

ZDRÓWKO

INFORMATOR BEZPŁATNY

Z nadziejami rozpoczynamy 2021 rok

Dobrze rozpoczął się kolejny rok. Rozpoczęte szczepienia przeciwko Covid-19, dzieci klas 1-3 wracają do szkoły, spadł śnieg i mamy mróz. Aura zapowiada szczęśliwy powrót do normalności. Oby tak było. Wszyscy dobrze wiemy, że różowo to wcale nie jest. Za oceanem, bezpardonowy atak na prezydenta Donalda Trampa, Wiele krajów UE z poważnymi kłopotami w walce z pandemią, a na naszym Polskim podwórku ciągle przepychanki i kłótnie, których wszyscy mamy już po dziurki w nosie.

Wszak możemy i musimy wygrać tę wojnę ekonomiczną i kulturową. Wygramy ją, jeśli zadamy i postawimy na pierwszym miejscu swoje rodziny. Naszych seniorów, (tradycje rodzinne, dziedzictwo narodowe, kulturę), oraz dzieci i młodzież, które są naszą nadzieją na lepsze jutro. Życzę wszystkim czytelnikom informatora nade wszystko dobrego zdrowia, zachęcając do spacerów i spotkań zimą, zapraszam do lektury 302. numeru Zdrówka.

ZG



Zima - foto Walery



Onkolodzy o szczepieniach przeciwko Covid-19

- dr n.med. Tomasz Lewandowski,
kierownik Oddziału Onkologii Klinicznej w RCO
Czytaj na stronie 15.



Nowoczesna urologia w Mediconie

Dr. Marek Zawadzki
- specjalista urolog FEBU
Czytaj na stronie 16.

WYBRANE ARTYKUŁY:

E-skierowania

Czytaj na stronie 4.

Cukier a choroby umysłowe

Czytaj na stronie 6.

Bogactwo natury – propolis

Czytaj na stronie 8.

Przygotowanie się do skramentu małżeństwa

Czytaj na stronie 11.

NOP – niepożądany odczyn poszczenienny

Czytaj na stronie 12.

NERWICA - co to jest i jak sobie z nią radzić?

Czytaj na stronie 18.

O testach na Covid-19

Czytaj na stronie 20.

Zranienia w relacjach międzyludzkich

Czytaj na stronie 22.

Posługa duszpasterska w czasie pandemii

Czytaj na stronie 27.

Biuro Obsługi Działalności Medycznej s.c.

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

Gwarantujemy fachową i miłą obsługę

Możliwość skorzystania z porad prawnych

Oferuje usługi dla podmiotów prowadzących działalność medyczną :

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

AD0272

OJ0273

SPECJALISTYCZNY GABINET OKULISTYCZNY

lek. Anna Dusińska-Kamińska

specjalista chorób oczu

tel. lekarza 600 951 229

Rejestracja tel.: pn. - pt. godz. 9⁰⁰-19⁰⁰

48 385 18 12

**przyjęcia czwartek 16⁰⁰-19⁰⁰
ul. Daszyńskiego 7**

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

**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**

B/0142

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

Alergologia – str. 20
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, 8
Neurologia – str. 13, 18, 19
Okulistyka – str. 2, 16
Onkologia – str. 8, 15, 23
Ortopedia – str. 7, 19, 24, 25
Pediatria – str. 20
Psychiatria – str. 24
Psychologia – str. 7
Rehabilitacja – str. 5, 22
Reumatologia – str. 14

Stomatologia – str. 14, 15

Urologia – str. 17

USŁUGI MEDYCZNE

Pielęgniarstwo – str. 6, 10, 26
Opieka długoterminowa - str. 6, 10,
15,
NZOZ, Poradnie – str. 4, 11, 10, 17

SKLEPY MEDYCZNE
– str. 11, 20 21, 22

DIAGNOSTYKA

Badania, USG – str. 3, 4, 8, 15, 25
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, 14, 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. 14, 28

INNE

- str. 4, 23

SPECJALISTYKA

Tel.: 48 363 33 73 / 510 098 225

medjana@medjanaradom.pl

REHABILITACJA

Tel.: 48 326 23 00 / 506 754 134



PORADNIA URAZOWO-ORTOPEDYCZNA DLA DZIECI I DOROSŁYCH



NFZ

I USŁUGI KOMERCYJNE

ORTOPEDZI

lek. med. **Zbigniew Piasta** spec. chirurg - ortopeda
NFZ i komercja

lek. med. **Mirosław Świerczek** spec.
chirurg - ortopeda NFZ i komercja

lek. med. **Stanisław Zykubek** spec.
ortopeda - traumatolog NFZ i komercja

lek. med. **Łukasz Jastrzębski** spec.
ortopeda - traumatolog NFZ i komercja

lek.med. **Maciej Narożnik** NFZ i komercja

llek.med. **Hubert Kazubiński** spec.
ortopeda - traumatolog komercja

lek. med. **Rafał Niemiec** spec.
ortopeda - traumatolog komercja

MEDYCYNA SPORTOWA

lek. med. **Zbigniew Piasta** spec. chirurg - ortopeda,
lek. med. sportowej komercja

OŚRODEK REHABILITACJI DZIENNEJ w ramach NFZ

- KINEZYTERAPIA
- FIZYKOTERAPIA
- MASAŻE

USŁUGI KOMERCYJNE

NEUROLOGDZY

lek. med. **Ewa Dudzińska** spec. neurolog

lek. med. **Katarzyna Frynas** spec. neurolog

CHIRURDZY OGÓLNI

lek. med. **Fawaz Ahmad** spec. chirurg ogólny

lek. med. **Danuta Krajewska** spec. chorób piersi

CHIRURDZY NACZYNIOWI / DOPPLER KOŃCZYN

dr n. med. **Adam Kukliński** spec. chirurg naczyniowy

lek. med. **Zbigniew Kupis** spec. chirurg naczyniowy, angiolog

UROLOG

lek. med. **Andrzej Alter** spec. urolog

KARDIOLOGDZY

prof. dr hab. n. med. **Dariusz A. Kosior** spec. kardiolog, internista

lek. med. **Małgorzata Kosztowniak** spec. kardiolog

KARDIOLOG DZIECIĘCY

lek. med. **Patrycja Ordyk-Rusek** spec. chorób dziecięcych,
spec. kardiolog dziecięcy

PSYCHOLOG

mgr **Joanna Kołacz**

PSYCHIATRA

lek. med. **Dorota Ostrach** spec. psychiatra

DIAGNOSTYKA OBRAZOWA / HOLTER / ECHO SERCA

lek. med. **Jolanta Kwiecień** spec. kardiolog (dorośli)

lek. med. **Patrycja Ordyk-Rusek** spec. kardiolog dziecięcy

USG PRZEZCIEMIĄCZKOWE

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

dr.n.med. **Paweł Piekarski** spec. radiolog

USG NARZĄDÓW WEWNĘTRZNYCH: PIERSI, TARCZYCY, ŚLINIANEK, PROSTATY

lek. med. **Elżbieta Nowaczek Dziocha** spec. radiolog

lek. med. **Anna Piłat-Mikoś** spec. radiolog

lek. med. **Agata Żrebic Kozera** spec. radiolog

lek. med. **Justyna Rębiś Woźniak** spec. radiolog

lek. med. **Anna Petelska** spec. radiolog

lek. med. **Fawaz Ahmad** spec. chirurg (Certyfikat PTU)

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

lek. med. **Norbert Grel** spec. radiolog

dr. n. med. **Paweł Piekarski** spec. radiolog

DOPPLER TĘTNIC DOMÓZGOWYCH

lek. med. **Justyna Rębiś Woźniak** spec. radiolog

lek. med. **Anna Piłat-Mikoś** spec. radiolog

lek. med. **Norbert Grel** spec. radiolog

dr. n. med. **Paweł Piekarski** spec. radiolog

dr.n.med. **Adam Kukliński** spec. chirurg naczyniowy

lek. med. **Zbigniew Kupis** spec. chirurg naczyniowy, angiolog

**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 15³⁰, zapisy od 12⁰⁰

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

E-skierowania

Od 8 stycznia 2021 r. skierowania są wystawiane w postaci elektronicznej.

E-skierowanie umożliwi pełną, elektroniczną obsługę procesu skierowania na leczenie – od momentu wystawienia skierowania do momentu realizacji.

- wszystkie Twoje e-skierowania będą dostępne na Internetowym Koncie Pacjenta
- znika obowiązek dostarczenia do placówki oryginału skierowania w terminie 14 dni.

Kiedy wystawiane jest e-skierowanie

E-skierowanie jest wystawione na następujące świadczenia:

- ambulatoryjne świadczenia specjalistyczne,

ne, za wyjątkiem porady w zakresie logopedii

- leczenie szpitalne
- badania medycyny nuklearnej oraz badania tomografii komputerowej, w tym przypadku także te, które są finansowane ze środków innych niż ubezpieczenie w NFZ
- rezonans magnetyczny
- badanie endoskopowe przewodu pokarmowego
- badanie echokardiograficzne płodu.

Co zyskasz dzięki e-skierowaniu

- nie musisz dostarczać skierowania

osobiście w terminie 14 dni – wystarczy rejestrując się osobiście lub telefonicznie podać 4-cyfrowy kod i PESEL (to ważne szczególnie dla osób samotnych i schorowanych)

- nie będziesz wracać do lekarza z powodu nieczytelności ręcznie wypisanego dokumentu
- nie zgubisz e-skierowania – jest zapisane na Internetowym Koncie Pacjenta; świadczeniodawca zawsze może odtworzyć kod e-skierowania, które wystawił, a Ty możesz sprawdzić kod na swoim IKP
- możesz (Ty lub upoważniona przez Ciebie osoba) monitorować historię leczenia na Internetowym Koncie Pacjenta (IKP) i w każdym momencie sprawdzić historię e-skierowań

- zmniejszą się kolejki spowodowane tym, że pacjenci zapisują się do kilku placówek na podstawie jednego skierowania – po dokonaniu pierwszego zapisu e-skierowanie zostanie automatycznie przypisane do placówki i nie będzie można go jednocześnie zarejestrować w innej.

E-skierowanie możesz otrzymać w postaci:

- SMS-a z 4 cyfrowym kodem
- e-maila z pdf-em
- wydruku informacyjnego e-skierowania.

Żeby otrzymać e-skierowanie w postaci SMS-a lub e-maila, załóż się na swoje Internetowe Konto Pacjenta, wejdź w „Ustawienia” i wpisz numer telefonu lub adres e-mailowy.



ul. Waryńskiego 9A
26-610 Radom
www.cmradom.pl

LEKARZE SPECJALIŚCI:

dermatolog, ginekolog-położnik, alergolog, pulmonolog, endokrynolog, kardiolog, ortopeda, chirurg-onkolog, radiolog, neurolog, kosmetolog, pediatra, radiolog, internista, urolog,

DIAGNOSTYKA OBRAZOWA

USG 3D/4D
USG-przeziściążkowe
USG Doppler
USG położnicze i prenatalne

Informujemy, że Radomskie Centrum Medyczne ściśle współpracuje z Radomskim Centrum Onkologii im. Bohaterów Radomskiego Czerwca 76.

Pacjenci z Radomskiego Centrum Medycznego mogą korzystać z badań diagnostycznych wykonywanych w RCO zarówno refundowanych jak i komercyjnych.

Godziny otwarcia PN.-PT.: 9⁰⁰-20⁰⁰ Sobota: 9⁰⁰-14⁰⁰

Zapisy telefoniczne: 604 792 766
e-mail: rejestracja@cmradom.pl

Y/0395

SPZOZ**Poradnia
Medycyny
Rodzinnej**

Radom, ul. Żeromskiego 31

tel. 48 362 89 47
czynne codziennie
w godz. 8.00-18.00

PRZYJMUJĄ LEKARZE:

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

Z/0313



SPECJALISTYCZNE GABINETY LEKARSKIE

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

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

tel.: 605 344 577

Lek. med. **Grzegorz Rak**
kardiolog

tel.: 602 665 828

Kompleksowa opieka lekarska

K/0070

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

E-skierowanie nie jest wystawiane na:

- leczenie w uzdrowisku lub sanatorium
- programy lekowe
- rehabilitację
- do szpitala psychiatrycznego.

W tych przypadkach dostaniesz skierowanie w postaci papierowej.

Nadal nie potrzebujesz skierowania w żadnej formie do:

- psychiatry
- ginekologa i położnika
- onkologa
- wenerologa
- dentystry.

Jak zarejestrować e-skierowanie

- Na konsultację lub badanie możesz się

HELIO MED

Kompleksowa opieka nad kobietą na każdym etapie jej życia
www.heliomed.pl

PRYWATNE GABINETY LEKARSKIE

KTG, cytologia, badania prenatalne, antykoncepcja, drobne zabiegi i inne porady

GINEKOLOGIA
Dr Małgorzata Ghanim
USG PRENATALNE, USG 3D/4D
Dr n. med. Ewa Zwolińska
USG piersi, tarczycy, jamy brzusznej i inne
Dr Jolanta Sitarz

DIABETOLOG
Dr Anna Jaśkiewicz

BONY PODARUNKOWE

Radom, ul. Zegara Słonecznego 6 m. 5
Zapisy i informacje pod numerem: **508 007 881**

Rejestracja czynna: Poniedziałek - piątek: 10-19, wybrane soboty: 10-14

zapisać telefonicznie, podając kod e-skierowania oraz nr PESEL. Jeśli zapisujesz się osobiście, pokazujesz w rejestracji e-mail z informacją o skierowaniu lub SMS z kodem, aby przychodnia mogła go zeskanować, i podajesz swój PESEL.

Źródło: <https://pacjent.gov.pl/>

Gabinet INTERNISTYCZNO-HEMATOLOGICZNY

Jolanta Wójcik
hematolog

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

AF/0338

Medyczna Szkoła Policealna TWP

Daj sobie szansę i zapisz się już dziś!

ZAWODY MEDYCZNE poszukiwane na rynku pracy:

➔ **terapeuta zajęciowy**

➔ **technik masażysta**

➔ **opiekun medyczny**

Czas na zmianę!

TWP
TOWARZYSTWO WIEDZY POWSZECHNEJ

www.twp.radom.pl
fb/TWPRadom
48/362-26-28



GINEKOLOGIA
www.zdrowko.com

PORADNIE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

Związek pomiędzy spożywaniem cukru i chorobami umysłowymi

Naukowcy odkryli, że wysokie spożycie w danym kraju rafinowanego cukru i nabiału wskazuje na wyższą częstotliwość występowania w nim schizofrenii i depresji. Badania opublikowane w roku 2002 dowodzą, że diety bogate w cukier i tłuszcze redukują w mózgu ilość kluczowego hormonu wzrostu koniecznego dla zachowania dobrej pamięci i uczenia się.

Badania korelacji między dietą i cho-

robami umysłowymi wreszcie doczekały się kontynuacji. Te nowe badania potwierdzają, że częstość występowania chorób umysłowych zależy w dużej mierze od diety.

Najbardziej intrygującym osiągnięciem było odkrycie zbieżności pomiędzy spożyciem rafinowanego cukru i pogorszenia wyników schizofrenii oraz częstym występowaniem depresji. Naukowcy

odkryli również, że spożywanie roślin strączkowych i całych ziaren zbóż, a także dużych ilości jarzyn korzeniowych o dużej zawartości skrobi wiąże się z występowaniem mniejszej liczby przypadków schizofrenii i depresji. Związku pomiędzy zwyczajami żywieniowymi i chorobami umysłowymi nie zauważono w przypadku zdrowej diety węglowodanowej, natomiast widać go było wyraźnie w przypadku spożycia rafinowanego cukru, który powoduje kaskadę fizjologicznych skutków kryjących się za wzrostem występowania chorób umysłowych.

Spożywanie rafinowanego cukru powoduje neurotropowy czynnik pochodzenia mózgowego (BDNF) – ważny mózgowy hormon wzrostu, który jest szczególnie istotny dla zdrowia neuronów mózgowych odgrywających zasadniczą rolę w funkcjonowaniu pamięci. Badania wykazały niski poziom BDNF u pacjentów z depresją i schizofrenią. Spożywanie rafinowanego cukru pogłębia depresję i schizofrenię z powodu przyczyniania się do obniżania poziomu czynnika BDNF.

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 szpitalne.

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.

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

PRYWATNY TRANSPORT SANITARNY



DAN-MAR

☎ 503 849 387

Ilek. MACIEJ BARTNIK

SPECJALISTA ORTOPEDA

Radom, ul. Witolda 7/1

Porady lekarskie z diagnostyką USG,
artroskopia kolana,
rekonstrukcje więzadłowe,
korekcje palucha koślawego,
małe zabiegi JEDNODNIOWO,
endoprotezoplastyka kolana i biodra.

AS/0242

Rejestracja:

tel.: 48 366 11 40, 692 439 251

KRÓTKIE TERMINY

Rafinowany cukier jest znany z tego, że pogłębia stan zapalny w organizmie. Regularne spożywanie rafinowanego cukru może prowadzić do chronicznego stanu zapalnego, co z kolei może zakłócać działanie układu odpornościowego. Chroniczny stan zapalny występuje w artretyzmie, pewnych formach raka, cukrzycy, chorobie serca oraz w wielu innych schorzeniach. Chroniczny stan zapalny podwyższa również ryzyko zachorowania na depresję i schizofrenię. Psycholodzy, którzy uświadomili sobie znaczenie najnowszych badań związku cukru z chorobami umysłowymi, zaczynają zalecać swoim

pacjentom dietę bezcukrową.

Badania i doświadczenia pacjentów pokazują, że dieta bogata w pełne ziarna zbóż i jednocześnie o niskiej zawartości rafinowanych pokarmów i cukru przynosi znaczną poprawę stanu umysłu, jego jasności oraz zmniejsza ryzyko zapadnięcia na chorobę umysłową.

Źródło: www.naturalnews.com

DIAGNOSTA DIACOM- TERAPEUTA

Małgorzata Borkowska

Tel. 506 183 797

CENTRUM BIOREZONANSU

I TERAPII PLAZMOWYCH

Radom ul. Konrada Vietha 23

ASORT

GABINET ORTOPEDYCZNY

dr n. med. Andrzej Szmigiel

specjalista w dziedzinie chirurgii,
ortopedii i medycyny sportowej

Chirurgia Urazowa Narządu Ruchu

Ortopedia

Medycyna Sportowa

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

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

AG/0636



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.**

L/0646

Zapisy na badanie pod numerem telefonu

506 183 797

www.facebook.com/diacom.solatiumnatural

USG

dr n.med. Jarosław Więckowski

specjalista radiodiagnostyki

BADANIA:

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

Radom, ul. Żeromskiego 64

tel. 48 364 22 66

695 434 813

Nowy Aparat VOLUSON E 8

B/0335

**LABORATORIUM
LAB-MEDIC**

mgr Lena Krajewska

Radom,

ul. Żeromskiego 92, lok 1A

tel./fax 48 362 12 25

zapraszamy

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

Badania analityczne
Mikrobiologia - wymazy, hormony

LABQUALITY - HELSINKI

ISO 9002

www.lab-medic.pl



L/0046



**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

ORTOPEDIA
www.zdrowko.com

BADANIA
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

BADANIA
www.zdrowko.com

BADANIA
www.zdrowko.com

Pracowania Doboru Aparatów Słuchowych
NS ZOZ "Olsztyńska"

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

Zapraszamy od poniedziałku do piątku
w godzinach 9-16

- bezpłatne badanie słuchu
- wkładki uszne
- akcesoria

REFUNDACJA z NFZ

ZAPRASZAMY
tel.: 48 3442078, 48 3440329

M/0382

GABINET
LARYNGOLOGICZNY

MAŁGORZATA
MIKULSKA
lekarz laryngolog specjalista foniatra

Przyjmuje: Wtorek 17.00 - 19.00

Radom, ul. Główna 12
rejestracja codziennie
tel. 48 331 20 19
tel. dom. 660 426 797

M/0306

ORTO-LIVE

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

Bogactwo natury – propolis

Propolis (kit pszczeli) w medycynie ludowej stosowany jest w postaci wyciągów alkoholowych jako środek o właściwościach bakteriobójczych, przeciwwirusowych, przeciwgrzybiczych, przeciwpierwotniakowych, miejscowo znieczulających, przeciwzapalnych i regeneracyjnych. Trzeba jednak pamiętać o możliwości wystąpienia reakcji alergicznych na propolis.

Propolis to naturalny produkt wytwarzany przez pszczoły do zalepiania szpar i zabezpieczenia wlotu ula przed wtargnięciem drobnoustrojów zagrażających ich zdrowiu i życiu, przytwierdzania plastra miodu do ścian oraz do balsamowania intruzów, którym udało się dostać do ula. Stanowi on mieszaninę żywicy drzew i krzewów oraz wydzielin gruczołów pszczelich o charakterystycznym balsamicznym zapachu i smaku. Jego barwa jest żółtawozielonkawą, przez brązową, brązową, nawet do czarnej, w zależności od składu chemicznego, który uzależniony jest od warunków miejsca wytwarzania oraz sposobu, w jaki jest pozyskiwany. Skład chemiczny i znaczne zróżnicowanie propolisu zależne jest od roślinności danego obszaru geograficznego, z którego pochodzi, od pory roku oraz rasy pszczół.

Propolis ma ponad 300 substancji składowych.

W skład propolisu wchodzi m.in.:

żywice (50-80 proc.),
wosk pszczeli (8-30 proc.),
wosk roślinny (6 proc.),
olejki eteryczne (10-14 proc.),
pyłek kwiatowy (5 proc.),
substancje garbnikowe (10 proc.),
terpeny,
flawony,
kwasy organiczne,
substancje lipidowo-białkowe,
biopierwiastki, takie jak wapń, mangan, magnez, cynk, cyna, miedź, krzem, żelazo, glin, srebro, sód, potas, chrom, stront, bar, kadm, wanad, tytan,



witaminy: prowitamina A, wit. B1, B2, B5, B6, C, D, E.

Właściwości lecznicze propolisu

Liczne wyniki badań eksperymentalnych i klinicznych potwierdzają dużą aktywność farmakologiczną propolisu. Korzystne wyniki po jego zastosowaniu uzyskano m.in. w leczeniu:

stanów nieżytowych górnych dróg oddechowych (stany zapalne gardła, jamy

PROKTOLOGIA
CHIRURGIA
ZBIGNIEW KOTUR
specjalista chirurgii ogólnej i onkologicznej, proktolog

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

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

F/0456

dr n. med.
Adam Kukliński
specjalista Chirurgii Naczyniowej i Ogólnej

Centrum Medyczne "MedJana"
ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)
tel. 48 363 33 73
„MEDICON"
Radom ul. Gagarina 1
tel.: 48 367 15 10, 48 366 81 51

USG
Doppler naczyń,
operacje
oraz małoinwazyjne
leczenie żylaków,
skleroterapia

www.drkuklinski.pl

F/0061

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

F/0071

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

ustnej i diety),

oparzeń i trudno gojących się ran
pooperacyjnych oraz owrzodzeń,
zakażeń bakteryjnych pochwy i sromu,
stanów zapalnych błony śluzowej od-
bytnicy i odbytu,
guzków krwawniczych,
pęknięć okolicy odbytu,
choroby wrzodowej żołądka i dwu-
nastnicy,

chorób reumatycznych.

**Propolis zwiększa odporność organizmu,
a podawany doustnie:**

podwyższa odporność na zakażenia,
reguluje ciśnienie tętnicze krwi,
działa uspokajająco,
osłania tkankę wątrobową przed sub-
stancjami toksycznymi i lekami o działaniu
hepatotoksycznym,

chroni organizm przed działaniem pro-
mieniowania jonizującego.

Preparaty propolisowe dostępne są
w postaci tabletek, granulatów, pudrów,
wyciągów spirytusowych, aerozoli, maści
i czopków. Propolis wykorzystywany jest
także przez przemysł kosmetyczny w bal-
samach, maseczkach, mleczku, tonikach,
kremach, pastach do zębów czy szmin-
kach. Producenci tych wyrobów wykorzy-
stują głównie jego działanie przeciwbak-
teryjne, przeciwwirusowe, ułatwiające
gojenie ran, a także wygładzające skórę
i nawilżające.

Kto nie powinien stosować propolisu

**Ze względu na możliwość wywoły-
wania nadwrażliwości kontaktowej, pro-
polis został wpisany na listę alergenów.**

Z przedstawionych danych wynika,
że alergia kontaktowa na propolis wy-
stępuje u osób zdrowych rzadko (śred-
nio 0,84 proc. przypadków), natomiast
u osób ze schorzeniami dermatologicz-
nymi w większości przypadków jest do
uniknięcia po przeprowadzeniu wywiadu
lekarskiego. Preparaty zawierające propo-
lis, ze względu na możliwość alergii krzyżo-
wej lub pseudokrzyżowej, nie powinny być
bowiem stosowane u chorych uczulonych
na propolis i inne produkty pszczele, jad
owadów (os, pszczoł) oraz inne substancje
alergenne, a w szczególności na:

CENTRUM MEDYCyny KOBIEt

Radom ul. Waryńskiego 9A ☎ 604 792 766

lek. med. **Zygmunt Jacek Nita**
Specjalista Ginekolog - Położnik

Zapisy
na wizyty lekarskie
telefonicznie

G/0102

ULTRASONOGRAFIA KOMPLEKSOWE LECZENIE

Witold Świechowski
*specjalista ginekolog - położnik
kierownik 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 15.00
Warszawa, ul. Ciszewskiego 15
(CMP Ursynów)
pt. od 16.30, so. 9.30-12.00

G/0422

G/0526

Ginekolog - położnik

Małgorzata Hejnar - Szczerbińska

Radom, ul Szewska 5

tel.: 602 288 359, 48 363 15 52

USG

balsam peruwiański,
terpentyne,
kalafonię,
olejki eteryczne,
substancje zapachowe,
a także u chorych z:
wypryskiem kontaktowym,
wypryskiem łojotokowym,
wypryskiem atopowym,
łuszczycą.

**Przy wystąpieniu reakcji uczuleniowej
należy przerwać leczenie.**

Pomimo możliwości wystąpienia
odczynów alergicznych, propolis - dzie-
ki licznym właściwościom biologicznym
(m.in. antybiotycznym, odnawiającym
tkanki, przeciwzapalnym, miejscowo znie-
czulającym, antyoksydacyjnym, immuno-
stymulującym) znalazł szerokie zastoso-
wanie w leczeniu chorób zewnętrznych
i wewnętrznych. Duża liczba chorych
wyleczonych preparatami propolisowy-
mi wskazuje, że bilans korzyści stosowa-
nia tych preparatów w lecznictwie jest

nieporównanie większy od bilansu zagro-
żenia alergią kontaktową.

Prof. dr hab. Barbara Filipek;
Katedra Farmakodynamiki Wydziału
Farmaceutycznego CM UJ

Źródło: <https://pulsmedycyny.pl/>



Madam

**Specjalistyczny Gabinet
Podologiczny**

**Zadbaj o swoje
stopy**

Odwiedź gabinet podologiczny

- Diagnostowanie
- Profilaktyka
- Pielęgnacja stóp

Pedicure specjalistyczny

Bezpłatne konsultacje

Usuwanie brodawek
wirusowych
Usuwanie nadmiernych
zrogowaceń
(odcisków, nagniotków, 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

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



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

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

30 LAT TRADYCJI !!!

FDNT, czyli jak prawie zostałam zelatorką

Studuję w Warszawie, więc co tydzień czy dwa wstąpić do babci – ważna sprawa. Wstępuję więc po paru schodach na parter niskiego bloku i kiedy już siedzę przy stole kuchennym z kawą i kanapką przed sobą, zauważam, że coś babcię dręczy. Po paru opowieściach patrzy w końcu na mnie i rzuca:

— Bo ty tak w tej fundacji i wspólnocie działasz, może zostałabyś zelatorką jednego kółka różańcowego w kościele? Akurat jednej brakuje.

Po głębszym namyśle babcia jednak stwierdza:

— Chociaż... ja sobie znajdę kogoś, działaj dalej, działaj...

Z mieszkania wychodzę z szerokim uśmiechem.

W Fundacji „Dzieło Nowego Tysiąclecia” i istniejącej przy niej wspólnocie rzeczywiście działam i właśnie wracam ze spotkania Fundacji, która wpiera finansowo spełnianie marzeń pod postacią studiów, która także tak samo pomaga na niższych szczeblach edukacji – od VII klasy szkoły podstawowej, młodzieży zdolnej, acz niezamożnej.

Fundacji, która zaszczepia w sercu pomoc dla drugiego, ideę wolontariatu, miłosierdzia, idąc za Janem Pawłem II – „nowe oblicze miłosierdzia”. Fundację, która uczy umierać dla innych, by zmartwychwstać, która uczy wartości chrześcijańskich. Fundację, która uczy organizacji wydarzeń,

również na większą skalę, na przykład pokroju pikniku rodzinnego w największej parafii warszawskiej.

Jednak – co chyba najważniejsze – uczy, że „jeśli Bóg tak nas umiłował, to i my winniśmy się wzajemnie miłować. Jeżeli miłujemy się wzajemnie, Bóg trwa w nas i miłość ku Niemu jest w nas doskonała” (1 J 14,11.12b). Co za tym idzie – gdy Bóg w prawdziwej relacji na pierwszym miejscu, wszystko inne się układa, a jeśli kocham tak bardzo swoich rodziców, rodzeństwo, bliźnich, przełożonych czy wybranka swego serca, jak nieskończenie bardziej



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

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.

Kompleksowe BADANIA SŁUCHU



- Współpraca z NFZ
- 30 lat tradycji
- Ponad 500 lokalizacji w Polsce
- Dziesiątki tysięcy zadowolonych pacjentów

**Zapraszamy do naszego nowego gabinetu
w Radomiu na**

BEZPŁATNE BADANIA SŁUCHU

■ **ul. Andrzeja Struga 53**
(przy bazarku, obok budynku Universal)

■ **tel. 789 218 601**

(oddział przeniesiony z ul. Mieszka I 1/3)

SŁUCHMED

MI0381

kocham Boga, który jest Abba, Tatusiem. I jeśli, gdy miłujemy się wzajemnie – On trwa w nas – w Miłości, w relacji – wychodzi na to, że robiąc dobry uczynek dla dziadka, robię dobry uczynek dla Boga.

Kochasz? Podaj szklankę wody. Wnieś babci zakupy na czwarte piętro. Wskaż drogę. Pomóż. Wytlumacz temat z matematyki młodszej siostrze. Uśmiechaj się. Bądź sobą. Bądź. Bo imię naszego Boga to „Jestem, który Jestem”. Nie ma czasu. Idź. Podaj dalej.

Ludzie tworzący Fundację więc idą przed siebie – pozytywnie, jakby przed oczyma mieli wciąż słowa św. o. Pio z Pietrelciny: „Modlitwa jest kluczem do przebaczenia, ale nie módlcie się ze smutkiem, nie zanudzajcie naszego Pana, On jest Bogiem radości. Módlcie się z uśmiechem”. Idą, chcąc być dla innych, rozdając dobro.

Hanna Kwaśny

**Gdybyś i ty miał taką ochotę,
można Fundację wesprzeć,
na przykład darując jej jeden
procent podatku.**

KRS organizacji: 0000 150 776



PIO-URO-MED

Piotr Grosiak

**Specjalistyczna całodobowa
Praktyka Pielęgniarska**

**opieka pielęgniarska
opieka po zabiegach operacyjnych
wymiana: cewników, drenów,
worków stomijnych, urostomii
iniekcje dożylnie, domięśniowe, kroplówki
leczenie trudno gojących się ran,
odleżyn, owrzodzeń podudzi**

**PROFESJONALNA OPIEKA
OPIEKUNEK MEDYCZNYCH**

tel. 693102328

P/0224

Przygotowanie się do sakramentu małżeństwa

Narzeczeństwo jest ważnym czasem w życiu osób, które pragną na zawsze zjednoczyć się w sakramencie małżeństwa nierozdzielny węzeł. Nowy Testament, podobnie jak i Stary Testament, mówi o narzeczeństwie w sensie dosłownym i metaforycznym, jako o czasie szczęścia, radości i przygotowania do małżeństwa. Na pierwszy plan wysuwają się oczywiście Józef i Maryja, którzy są narzeczonymi w sensie dosłownym, już zaręczonymi, ale zgodnie z żydowskimi zwyczajami i tradycją mieszkającymi jeszcze oddzielnie w domach swoich rodziców. Właśnie wówczas miało miejsce Zwiastowanie, o którym mówi Ewangelia według św. Łukasza (1,26-38).

Narzeczeńskie szczęście nie jest celem samym w sobie, ale pewnego rodzaju drogą, sposobem podróżowania i dojrzewania do życia małżeńskiego i rodzinnego. Dojrzałe narzeczeństwo zawiera w sobie kilka istotnych cech, które na tym etapie powinny być doskonałe, aby wzrastać do życia małżeńskiego i rodzinnego:

1. Przejrzystość – patrzeć czystym wzrokiem, a więc widzenie drugiego takim, jakim rzeczywiście jest ze wszystkimi jego zaletami i wadami. Pozwala to uniknąć w przyszłości stwierdzenia: „Po nim się tego nie spodziewałam; jest inny niż wtedy, kiedy go poznałam”. Czy rzeczywiście go poznałam?

2. Racjonalność – czasami w fazie zakochania, a także narzeczeństwa, nietrudno jest, jak się to mówi, mieć kłapki na oczach, fantazjować i marzyć. Wszystko wydaje się piękne, idylliczne, proste. Narzeczeni widują się od czasu do czasu i nie „chcą niszczyć tych chwil” myśleniem o rzeczywistości. Przeżywa się razem fragmenty życia i czasami woli się nie patrzeć w twarz całej jego rzeczywistości;

3. Zdolność przewidywania i równowaga – przyglądanie się sobie wzajemnie, swoim cechom charakteru i działaniom, ale także brak pośpiechu, aby za wszelką cenę wziąć ślub;

4. Modlitwa – dojrzałe narzeczeństwo nie powinno pomijać aspektu duchowego. Wiara, w istocie, jest światłem, które pochodzi od Boga i daje specjalną „jasność”. Duchowość jest sposobem myślenia i przeżywania wszystkich rzeczywistości poprzez łączenie ich z Tym, który je zaprojektował. To świadomość, że nad naszą miłością czuwa sam Bóg – najwierniejszy Przyjaciel i najlepszy Ojciec;

5. Wolność – nikt nie może nas zmusić do zaręczenia się. Działanie pod wpływem instynktu nie jest wyborem wolnym: jest się wolnymi wtedy, gdy można się za czymś opowiedzieć świadomie; jest się prawdziwie wolnymi, aby coś zrobić, jeśli jest się wolnymi, aby tego nie zrobić;

6. Odpowiedzialność – jeśli kochamy całkowicie, błąd nie może być nigdy przypisywany tylko jednemu z partnerów. W okresie narzeczeństwa dobrą rzeczą jest wdrażanie się do podejmowania wspólnie „naszych odpowiedzialności”. Łatwiej jest wówczas podsumować w miłości poprzednie doświadczenia;

7. Radość – rozwija poczucie odpowiedzialności, ponieważ pozwala na pogodne widzenie rzeczy, pomimo naszych ograniczeń i naszych braków. Odpowiedzialny narzeczonny nie dostrzega wszędzie nieprzyjaciół i nie dramatyzuje każdej kwestii. Radość stwarza klimat sprzyjający wzrastaniu, pobudza wszelkie możliwości danej osoby, która „oczekuje pełnej szczęśliwości”.

Dobre przygotowanie do małżeństwa jest zadaniem szczęśliwego i udanego małżeństwa, dlatego warto podjąć trud czystości przedmałżeńskiej, szczerzej rozmowy na temat przyszłego małżeństwa i związanym z nim oczekiwań.

Duszpasterstwo Rodzin Diecezji Radomskiej

www.dr.radom.opoka.org.pl



lek. stom. Piotr Orzeł

ortodoncja
niewidoczne aparaty Invisalign
aparaty stałeSienkiewicza 8
505-731-005

J/0280



lek. stom. Aleksandra Orzeł

leczenie pod mikroskopem
chirurgia stomatologiczna
protetykaSienkiewicza 8
505-731-005

J/0279

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

NOP– niepożądany odczyn poszczepienny. Czym jest i jak często występuje?

Setki tysięcy ludzi przyjęło już szczepionkę przeciw COVID-19 w Polsce. W kilkudziesięciu przypadkach odnotowano NOP czyli niepożądane odczyny poszczepienne. Czym są NOP-y? Jak często występują i czy zawsze należy ich się bać? Wyjaśniamy poniżej.

NOP – co to jest?

Zaburzenie stanu zdrowia, które wystąpiło w okresie czterech tygodni po podaniu szczepionki – to oficjalna definicja niepożądanego odczynu poszczepiennego (NOP). Wyjątkiem jest podanie szczepionki przeciwko gruźlicy. W tym przypadku kryterium czasowe jest dłuższe niż cztery tygodnie. Uogólniając zatem, niepożądany odczyn poszczepienny to niepożądany efekt – pogorszenie stanu zdrowia (często

chwilowe i łagodne), który wystąpi w określonym czasie wskutek szczepienia.

Jak rozpoznać NOP?

Niepożądane odczyny poszczepienne mogą mieć łagodną, poważną lub ciężką postać. Najczęściej spotykamy się z łagodnymi przypadkami. Co to oznacza w praktyce? Pacjenci po podaniu szczepionki mają podwyższoną temperaturę, a miejsce ukłucia można rozpoznać po zaczerwienieniu. Te objawy znikają same po krótkim czasie.



Inne objawy NOP to wysypka, kaszel, biegunka czy dreszcze. To lekarz określa, czy dany symptom, odnotowany po podaniu szczepionki, jest niepożądanym odczynem poszczepiennym. W Polsce NOP-y odnotowywane są średnio raz na 10 000 przypadków. Ryzyko wystąpienia niebezpiecznej

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 599Czynne 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

RADOM
UL. LIMANOWSKIEGO 73/75 LOK 1**GABINET DENTYSTYCZNY****TEL. 530 704 300****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 17czynna 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



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



J/0551

multiDENT

GABINET STOMATOLOGICZNY

www.multident.radom.pl

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

Radom, ul. Traugutta 30

czynne: 9-18

tel. kom. 601 864 861

tel. 48 34 0000 4

J/0410

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



reakcji anafilaktycznej (to silna reakcja po kontakcie z substancją uczulającą) występuje raz na 1 000 000 przypadków. Jest znacznie rzadsze niż ryzyko wystąpienia ciężkich powikłań czy zagrożenia życia przy niektórych chorobach zakaźnych.

NOP a szczepienie przeciwko COVID-19

Setki tysiące ludzi przyjęło już szczepionkę przeciwko COVID-19 w Polsce. Niepożądane odczyny poszczepienne odnotowano w kilkudziesięciu przypadkach i w zdecydowanej większości miały one łagodną postać.

Każda osoba po podaniu szczepionki przeciwko COVID-19 pozostaje na obserwacji w punkcie szczepień. Dzięki temu, w przypadku wystąpienia jakiegokolwiek, niepokojącego objawu, potrzebujący mogą otrzymać szybką i profesjonalną pomoc.

GABINET STOMATOLOGICZNY

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

tel. 48 33 12 012
606 712 214

J/0254

Bezpieczeństwo jest kluczowym kryterium, decydującym o dostępie do powszechności szczepień. W proces tworzenia szczepionki przeciwko COVID-19 zaangażowali się naukowcy z całego świata. Pozwolenie na dopuszczenie do obrotu szczepionek w krajach Unii Europejskiej wydaje niezależna Europejska Agencja Leków, po przeprowadzeniu wnikliwej weryfikacji tych produktów.

Bieżący raport dotyczący NOP

Dane na dzień: 12.01.2021 r.

Od pierwszego dnia szczepienia



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 14⁰⁰ - 19⁰⁰,
piątek 9⁰⁰-13⁰⁰, sobota 9⁰⁰-13⁰⁰

www.medident.radom.pl

J/0664

(27.12.2020 r.) do Państwowej Inspekcji Sanitarnej zgłoszono 50 niepożądanych odczynów poszczepiennych, z czego 41 miały charakter łagodny - czyli zaczerwienienie oraz krótkotrwała bolesność w miejscu wkłucia.

Źródło: <http://www.gov.pl/web/szczepimysie/>

Tomasz Paciejewski

specjalista neurochirurg

PRZYJMUJE

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

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

N/0544

JAROSŁAW KOSOWSKI

specj. **NEUROLOG**

Radom,
ul. Focha 12/7

rejestracja:

tel. **608460030**

przyjmuje
w poniedziałki i środy od godz. 16

N/0290

Gabinet Neurologiczny

MAŁGORZATA ZIÓŁEK

lekarz specjalista neurolog

Przyjmuje:

wtorek 16.00 - 17.00

Radom, ul. KellesKrauz 32
tel. 48 36 229 83

N/0089

Poradnia Wspomagania Rozwoju dla dzieci

Rafał Zych

Punkt konsultacyjny
indywidualnych ortez VIGO



INFANT

Radom ul. 11-go Listopada 2/4

tel. 570 911 949; www.infantporadnia.pl



helping people move on

AP/0643

STOMATOLOGIA
www.zdrowko.com

STOMATOLOGIA
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

NEUROLOGIA
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



727 011 011

**Bezpłatna kolonoskopia
w Radomskim
Centrum Onkologii
w ramach Programu
Badań Przesiewowych
raka jelita grubego.**



Szczepienia przeciwko Covid-19 mogą uratować życie wielu chorym na nowotwory

- dr n.med. Tomasz Lewandowski, kierownik Oddziału Onkologii Klinicznej w Radomskim Centrum Onkologii

Co ze szczepieniami chorych na raka? Zarówno europejskie jak i polskie stowarzyszenia onkologów wydały już na ten temat oświadczenia. Czy zalecają szczepienia?

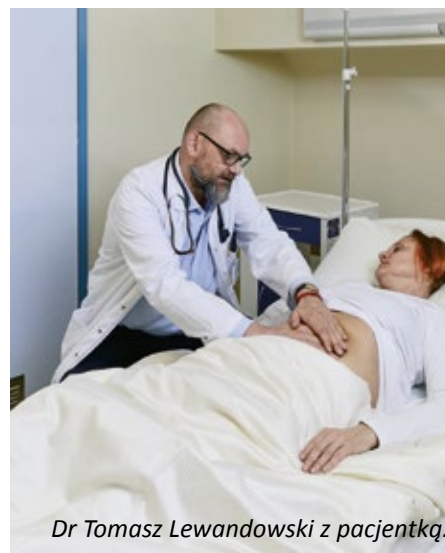
ESMO – czyli wiodące europejskie towarzystwo onkologiczne od początku epidemii SARS-Cov-2 podkreśla, że pacjenci cierpiący na nowotwory mają większe ryzyko ciężkiego przebiegu Covid-19. Szczególnie dotyczy to chorych z nowotworami złośliwymi układu krwiotwórczego, nowotworami płuc oraz chorych z przerzutami nowotworowymi. Ryzyko zgonu w przebiegu COVID-19 u chorych na nowotwory

szacuje się na ok. 20-30 proc. W porównaniu do 2-3 proc. u osób bez chorób współistniejących.

Zgodnie z przygotowanym przez Ministerstwo Zdrowia programem szczepień tzw. etap II obejmie osoby w wieku poniżej 60 roku życia z chorobami przewlekłymi (w tym nowotworowymi) zwiększającymi ryzyko ciężkiego przebiegu Covid-19, albo w trakcie diagnostyki i leczenia, wymagającymi wielokrotnego lub stałego kontaktu z placówkami ochrony zdrowia. W I etapie będą szczepione osoby od 80 roku życia również w przypadkach, w których nie chorują na choroby przewlekłe. Etap „O” (już rozpoczęty) to szczepienia pracowników służby zdrowia.

Polskie Towarzystwo Onkologii Klinicznej, podobnie jak inne onkologiczne towarzystwa naukowe na świecie wyraziło nadzieję, że większość chorych na raka będzie mogła poddać się takiemu szczepieniu najszybciej jak to możliwe.

Dr n. med. Tomasz Lewandowski, onkolog z RCO i wykładowca CMKP w Warszawie, zwraca uwagę, że szczepienie to nie tylko mniejsze ryzyko zachorowania na COVID-19, dla chorych na nowotwory to szansa na uniknięcie opóźnień w diagnostyce i przerw w leczeniu spowodowanych zakażeniem. Rekomendowane jest szczepienie wszystkich chorych zarówno przed, w trakcie i po leczeniu onkologicznym, u których nie występują ogólne przeciwwskazania takie jak reakcje uczuleniowe na składniki szczepionki. Dotyczy to również chorych z poważną immunosupresją, u których należy uzgodnić



Dr Tomasz Lewandowski z pacjentką.

z lekarzem optymalny moment szczepienia i brać pod uwagę możliwość nie wytworzenia pełnej odporności a więc nie zamiast tylko oprócz dotychczasowych środków bezpieczeństwa. Ale to mniejszość leczonych. Dlatego większość chorych na nowotwory powinna skorzystać z szansy zaszczepienia z zastosowaniem takich samych środków bezpieczeństwa i przeciwwskazaniach jak reszta społeczeństwa tylko szybciej.

Dr Lewandowski czeka na możliwość zaszczepienia i namawia do tego swoich współpracowników, a także rodziny i opiekunów chorych, żeby tworzyć tzw. kokon wokół osób, dla których COVID-19 stanowi największe ryzyko. Stwierdzono bardzo niewiele poważnych powikłań poszczepiennych natomiast zagrożenie spowodowane zarówno bezpośrednio przez infekcję jak i zakłócenia diagnostyki i leczenia onkologicznego jest bardzo realne.

**RADOMSKIE TOWARZYSTWO
DOBROczynNOŚCI NZOZ**

**ZESPÓŁ DŁUGOTERMINOWEJ
OPIEKI ZDROWOTNEJ**

Radom, ul. Czachowskiego 42

od pon. do pt. 8-15

tel. 48 384 7876

P0363

świadczy bezpłatne usługi w ramach **NFZ** w zakresie pielęgniarstwa opieki długoterminowej w domu chorego

Prosimy przekazać **1% PODATKU DLA NAJUBOŻSZYCH DZIECI I RODZIN WIELODZIELNYCH RADOMIA. 100% odpisów przeznaczamy na pomoc i dożywianie.**
KRS 0000022836
konto: 20 1240 1789 1111 0000 0776 9021
Radomskie Towarzystwo Dobroczynności
www.rtd.radom.pl

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

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

Nowoczesna urologia w Mediconie



Dr. Marek Zawadzki- specjalista urolog FEBU, prowadzący o/urologii szpitala sw Anny w Piasecznie. Twórca Centrum Leczenia Kamicy oraz Centrum Urologii Zaawansowanej w Piasecznie. Jeden z najbardziej doświadczonych endourologów kamiczych w Polsce. Expert w wykorzystaniu energii różnych laserów w urologii. Wykładowca krajowy i międzynarodowy (Kazachstan, Węgry, Malta). Twórca centrum szkoleniowego w zabiegach RIRS i HoLEP firm Cook, Olympus i Lumenis.

P: Panie doktorze. Prowadzi Pan poradnie urologiczne Medicon od 4. lat oraz Polmedic od 5. lat. Z uwagi na znacząco utrudnioną dostępność diagnostyczną i zabiegową w tych czasach wprowadził Pan do ośrodka Medicon na ul. Gagarina nowoczesne zabiegi urologiczne.

O: Od listopada 2020 r. rozpoczęliśmy w szpitalu Medicon wykonywanie nowoczesnych zabiegów urologicznych przy wykorzystaniu nowego nabytku szpitala – lasera holmowego wysokiej mocy. Jest to obecnie najmocniejszy na rynku laser holmowy pozwalający na pełen zakres zabiegów urologicznych: szczególnie prostaty oraz kamicy uklad moczowego choć nie tylko.

P: Co w zakresie tak częstej choroby jak kamica nerkowa i moczowodowa ma Pan do zaoferowania pacjentom regionu

radomskiego?

O: Główny zabieg w kamicy to postępowanie endoskopowe przy wykorzystaniu giętkiego endoskopu i energii lasera holmowego. Zabieg RIRS bo o nim mówimy polega na wprowadzeniu przez cewkę moczową, pęcherz i moczowód endoskopu o średnicy 2 mm. na końcu którego znajduje się cienkie jak włos włókno laserowe. Dzięki giętkości urządzenia możemy ocenić wnętrze całej nerki a laser pozwala zmienić twardy zółg w piasek o ziarnach poniżej 1 mm. Zabieg może być wykonany w obu nerkach przy jednym znieczuleniu i jest skuteczny w zółgach do wielkości 20 mm. Większe zółgi można leczyć dwuetapowo lub wykonać procedurę łączoną ECIRS polegającą na nakłuciu nerki przez skórę (miniPCNL) z jednoczasowym RIRS. Zabieg jest bardzo bezpieczny

w przypadku odpowiedniego przygotowania pacjenta tzn wykluczeniu aktywnej infekcji układu moczowego. Zabiegi tego typu wykonuję od ponad 5 lat w ilości >400 rocznie. Na szkoleniach, które prowadzę już ponad 200 lekarzy urologów z Polski mogło podpatrzeć stosowaną przeze mnie technikę zabiegową. Takie leczenie w ośrodku w Piasecznie miało >200 osób z terenu Radomia i okolic.

P: Kamica to jedna z przestrzeni wykorzystująca ten laser. Jak zastosowanie tak nowoczesnego urządzenia zmienia leczenie tak częstej choroby jak prostata?

O: Laser holmowy wykorzystujemy do leczenia łagodnego rozrostu stercza. Jest to choroba w której to gruczoł krokowy jest nadmiernie powiększony i wpływa na trudności w oddawaniu moczu pod postacią parcia naglącego, częstomoczu, nocnego wstawania 2 i więcej razy oraz słabego strumienia moczu. Metoda HoLEP czyli enukleacji - wyłuszczeniu gruczolaka stercza polega na oddzieleniu gruczolaka (czyli części rosnącej stercza) od torki tego narządu przy użyciu energii lasera, a następnie usunięciu go we fragmentach. Cała procedura jest prowadzona drogą przezcewkową.

P: Wielu pacjentów leczy tą chorobę lekami. Dlaczego warto myśleć o zabiegu?

O: Leczenie farmakologiczne łagodzi w niewielkim stopniu dolegliwości wynikające z powiększonej prostaty a ich efekt utrzymuje się max 2 lata. W czasie dalszego nieefektywnego leczenia dochodzi do trwałego uszkodzenia mięśniówki pęcherza moczowego w następstwie którego

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 02 43
695 85 25 85

Dorota Miszczak
specjalista diagnostyki i terapii wzroku
okulista, wizażysta

czynny: codziennie 9.00 - 17.30, soboty 10.00-13.00

O/0467

zatrzymuje się mocz i wymagane jest cewnikowanie lub tworzy się nadreaktywność pęcherza (czyli częstomocz z parcia nagłymi). Leczenie zabiegowe metoda HoLEP usuwa przeszkodę i pozwala na powrót funkcji pęcherza moczowego.

P: Czym ten zabieg różni się od ogólnie dostępnych zabiegów prostaty?

O: Różnice są ogromne. Bezpieczeństwo zabiegu jest bardzo duże. Ryzyko krwawienia bardzo małe, a trwałość powyżej 20 lat. Czyli jest to zabieg do końca życia pacjenta. Gojenie po tego typu leczeniu zajmuje do 2 tyg. I jest to zabieg przeprowadzany zawsze drogą przezcewkową niezależnie od wielkości gruczolaka stercza. Pozwala też na lepszą kontrolę onkologiczną u pacjentów z podwyższonym PSA, gdyż wartość pozabiegowa tego markera spada do poziomu <1.0. Już ponad 100 pacjentów z regionu Radomia i okolic miało taki zabieg wykonany.

P: Mówimy wciąż o chorobach łagodnych jak kamica nerkowa i powiększona prostata. A przecież urologia to także onkologia układu moczowego. Co w tym zakresie ulega zmianie?

O: Zastosowanie nowoczesnych technik endourologicznych i laserowych źródeł energii pozwala modyfikować leczenie choroby nowotworowej pęcherza moczowego. Mówimy tu o usunięciu guza z pęcherza przezcewkowo metodą resekcji w całości. Technika ta pozwala zmniejszyć

znowotworzenie miejscowy nowotwór oraz zapewnić bezpieczniejszy przebieg pozabiegowy. Niweluje to ryzyko krwawienia oraz posiadania cewnika po operacji.

P: A co zmienia się w diagnostyce chorób nowotworowych układu moczowego?

O: Główna zmiana to diagnostyka raka prostaty która nie bazuje tylko na podniesionej wartości markera PSA, ale także na diagnostyce obrazowej przy wykorzystaniu rezonansu magnetycznego. Kiedyś urolog poszukiwał raka w prostacie wykonując ślepią biopsję tego narządu drogą przedodbytyniczą; obecnie przez nałożenie obrazu MR na obraz USG (fuzja obrazów - stąd nazwa biopsja fuzyjna) pozwala przekroczyć umieścić igłę w podejrzanym miejscu. Biopsja ta jest w stanie znaleźć 9/10 nowotworów stercza i przez jej charakter przekroczyć niweluj ryzyko infekcji.

P: Więc jeśli w takiej biopsji fuzyjnej znajdziemy nowotwór to trzeba usunąć cały narząd lub naświetlić go. Czy tu też są jakieś zmiany?

O: Decyzję o dalszym leczeniu podejmuje lekarz urolog wspólnie z pacjentem na podstawie wyniku biopsji i obrazu MR. W przypadku nowotworu niskiego ryzyka pacjent może być poddany obserwacji czyli okresowym kontrolom urologicznym i powtórzeniu badania MR za 12 mies. Leczenie to ma na celu zapewnienie bezpieczeństwa onkologicznego z zamiarem

uniknięcia tak niekorzystnych następstw leczenia radykalnego jak nietrzymanie moczu, zaburzenia formy oddawania moczu i stolca oraz zaburzeń seksualnych. W przypadku raka średniego ryzyka można zastosować coraz bardziej popularne na świecie leczenie ogniska raka z pozostawieniem reszty zdrowej prostaty. Do tego tzw leczenia ogniskowego stosuje się różne źródła energii: laser, fale ultradźwiękowe, krioterapie itd. To właśnie metoda krioterapii ogniskowej raka stercza została przez nas zastosowana pierwszy raz w Polsce u pacjenta z Radomia. W przypadku raka wysokiego ryzyka pozostaje leczenie radykalne chirurgiczne lub radioterapia.

P: W erze CoVID wiele z dotychczas dostępnych form leczenia musiało ulec zmianie. Jak to dotknęło urologię?

O: Urologia jest specjalnością minimalnie inwazyjnych zabiegów, dążąca do ograniczenia czasu pozostawiania pacjenta w szpitalu. Dzięki wsparciu technologicznemu i umiejętnościom endoskopowym urodziny obecnie są w stanie leczyć wiele chorób szybko, efektywnie z małą ilością powikłań. Jednak najważniejsze jest zaufanie pacjenta do lekarza i świadomość, że nawet najmniejsze objawy mogą być oznaką poważnej choroby. Z tego powodu poradnie urologiczne jako miejsca spotkania pacjent – lekarz powinny być dostępne i otwarte.



**Od 01.01.2021 r.
WZNAWIAMY ZAPISY
do lekarzy POZ**

Realizujemy usługi medyczne
w ramach **NFZ** oraz prywatnie

- Podstawowa Opieka Zdrowotna
- Poradnie Specjalistyczne
- Medycyna Pracy
- Badania laboratoryjne i diagnostyczne
- USG i RTG cyfrowe
- Kardiologia dla dorosłych i dzieci (echo serca, holter EKG, holter ciśnieniowy, testy wysiłkowe)
- Neurologia
- Chirurgia naczyniowa + USG Doppler naczyń
- Poradnia preluksacyjna (USG bioderek dzieci)
- i wiele innych specjalizacji.



Radom, ul. Gagarina 1

☎ 48 367 15 10
infolinia 790 602 603
recepty@medicon.com.pl
medycynapracy@medicon.com.pl
www.medicon.com.pl

**LECZENIE SZPITALNE
KRÓTKIE TERMINY!**

zespół chirurgii jednego dnia w zakresach:

- ginekologia (NFZ) Histeroskopia
- chirurgia ogólna i naczyniowa
- otolaryngologia
- urologia - nowoczesne zabiegi przy użyciu lasera holmowego (prostaty i kamicy nerkowej)
- ortopedia i traumatologia narządu ruchu
- proktologia

Zabiegi usunięcia zespołu cieśni nadgarstka
– szybkie terminy na **NFZ**

**GABINET LEKARSKI
NEUROLOGICZNY**Dr n. med. **Krzysztof Nadgrodziewicz***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 12⁰⁰ - 15⁰⁰***Centrum Medyczne
MEDJana**

Radom, ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)

tel. 606731821

N/0316

**GABINET
NEUROLOGICZNY**

Radom, ul. KellesKrauz 32

poniedziałek 16-17

Marina Chojnacka
*neurolog***604 994 824**

tel.pryw. 48 384 89 04

N/0247

NERWICA - co to jest i jak sobie z nią radzić?

Nerwicą nazywamy wiele różnorodnych zaburzeń psychicznych, których objawem wspólnym i dominującym jest lęk.

Lęk jest jedną z emocji, których doświadczamy w codziennym życiu. Jest on nam potrzebny do uaktywnienia szybkiej reakcji ochronnej organizmu w kontakcie z niebezpieczeństwem. Lęk może występować również w wyniku doświadczania jakiejś trudnej sytuacji, występuje on wtedy zazwyczaj przejściowo i nie wpływa długotrwale na funkcjonowanie.

Zaburzenia nerwicowe rozwijają się wówczas, gdy system alarmowy pod postacią odczuwanego lęku, włącza się zbyt często w reakcji na różnorodne bodźce zewnętrzne lub wewnętrzne, nieadekwatnie do stopnia zagrożenia i utrzymuje zbyt

długo. Nerwica zaburza istotnie relacje interpersonalne, przebieg edukacji, rozwój kariery zawodowej oraz codzienne funkcjonowanie.

Co jest przyczyną nerwicy?

Na rozwój zaburzeń nerwicowych mają wpływ zarówno czynniki genetyczne i środowiskowe. Nerwica częściej rozwija się u osób które cechuje nadmierny perfekcjonizm, potrzeba kontroli oraz niska samoocena. Wśród czynników zewnętrznych, które często wpływają na rozwój zaburzeń nerwicowych, można wymienić przemęczenie, nadmierny stres oraz nadmierne wymagania ze strony otoczenia.

Co jest zaburzeniem nerwicowym (nerwicą) a co nie?

Lęk w zależności od rodzaju zaburzenia może przejawiać się w różnorodny sposób, m.in. jako nawracające napady bardzo silnego **lęku panicznego** mimo braku zewnętrznej przyczyny. Często do napadów paniki dochodzi w miejscach publicznych i w sytuacjach, w których wyjście lub ucieczka są utrudnione.

Przejawem nerwicy jest również utrzymujące się **zamartwianie** się jako główny objaw w **zaburzeniu lękowym**

uogólnionym. Temu stanowi towarzyszy uczucie napięcia, podenerwowania, wzmożona męczliwość, trudności w koncentracji uwagi, wzmożone napięcie mięśniowe oraz zaburzenia snu. Zwykle troski są częścią życia, jednak osoby z tym rodzajem nerwicy zamartwiają się nadmiernie w różnych codziennych sytuacjach, również błahych. Wymienione objawy utrzymują się przez co najmniej 6 m-cy. Lęk może mieć postać strachu występującego w specyficznych sytuacjach np. strach przed lataniem samolotem, strach przed przebywaniem na dużej wysokości lub w zamkniętym, małym pomieszczeniu, obawa przed bliskością pewnych gatunków zwierząt. Istotą nerwicy, zwanej **fobią izolowaną**, jest unikanie budzących zagrożenie sytuacji.

Innym rodzajem nerwicy jest **fobia społeczna**. Osoby cierpiące na to zaburzenie odczuwają lęk przed oceną innych ludzi, obawiają się, że zrobią lub powiedzą coś, co ich skompromituje, zawstydzi lub wprawi w zakłopotanie, w konsekwencji unikają sytuacji społecznych. Nie należy mylić fobii społecznej z cechą osobowości jaką jest nieśmiałość, rozumiana jako powściągliwość w sytuacjach społecznych, której nie traktuje się jako stan

**SPECJALISTA CHOROÓB 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 ZESPÓŁACH BÓLOWYCH NARZĄDU RUCHU

FAŁA UDERZENIOWA

MEDICON

Radom, ul. Gagarina 1, gabinet A

tel. 606 611 150

N/0286

**ANDRZEJ BORYSOWICZ
LEKARZ SPECJALISTA NEUROLOG**

Radom

ul. Niedziałkowskiego 24

☎ 792 177 877

N/0459

**GABINET NEUROLOGICZNY****Jakub Szymon Miśta**
*specjalista neurolog*Radom, ul. Witolda 7,
lok 1.09.6- Pawilony Rosa**tel. 601-497-118**
www.jsmista.pl

N/0663

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

N/0215

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

Zapisy tel. poniedziałku do piątku.

606 999 655
697 060 807

patologiczny. Nerwica natręctw (zaburzenie obsesyjno-kompulsyjne, OCD) to rodzaj zaburzenia, które charakteryzuje się występowaniem nawracających, uporczywych, nasuwających się wbrew woli myśli, natrętnych (obsesji) lub/oraz czynności przymusowych (kompulsji). 80% ludzi miewa nawracające myśli lub wyobrażenia bądź też odczuwa wewnętrzny przymus kilkakrotnego powtórzenia jakiejś czynności. Zwykle po 2-3 krotnym sprawdzeniu niepokój mija natomiast w zaburzeniu obsesyjno-kompulsyjnym powtarzanie czynności odbywa się niekiedy w nieskończoność.

Czy nerwicy mogą towarzyszyć objawy ze strony ciała?

Nerwicy często towarzyszą objawy fizyczne niezwiązane z żadną realną chorobą pod postacią różnorodnych dolegliwości bólowych, związanych z sercem, z układem żołądkowo-jelitowym czy moczowym. Objawy somatyczne występują również w przypadku **zaburzeń hipochondrycznych** gdy głównym objawem nerwicy jest lęk o zdrowie. Wówczas fizjologiczne objawy somatyczne lub drobne dolegliwości fizyczne interpretowane są jako ciężka choroba najczęściej zagrażająca życiu. Prowadzi to do wykonywania przez taką osobę licznych badań diagnostycznych, które nie potwierdzają obecności choroby.

Czy nerwicę zawsze trzeba leczyć?

To zależy od rodzaju nerwicy i od jej wpływu na codzienne funkcjonowanie. Jeśli osoba nie odczuwa istotnych ograniczeń w związku z obecnością zaburzenia leczenie z reguły nie jest konieczne, często dotyczy to fobii izolowanych. Jeśli jednak objawy nasilają się, nawracają, wtórnie powodują zaburzenia nastroju, istotnie wpływają na relacje z otoczeniem i pogarszają funkcjonowanie leczenie warto rozpocząć jak najwcześniej.

Jakie są sposoby leczenia?

Podstawową metodą leczenia jest psychoterapia, zwłaszcza psychoterapia poznawczo-behawioralna. Przy dużym nasileniu objawów lękowych, zaburzeniach snu lub towarzyszących zaburzeniach nastroju często wskazana jest farmakoterapia. Przy stosowaniu leków poprawę uzyskuje się dość szybko w zależności od rodzaju stosowanych leków: natychmiastowe działanie przeciwlękowe doraźne lub długotrwałe działanie przeciwlękowe po ok 2-4 tygodniach.

Mój Lekarz Radom, Skrajna 113
zaprasza pacjentów na konsultacje
ze znanym radomskim psychiatrą
dr Janem Kopaczem.

Zapisy tel. 694 88 00 44

GABINET NEUROLOGICZNY

Radom,
Chrobrego 46 B

N/0257

Ireneusz Frysiak
specjalista neurolog

tel 602314108

wizyty po uzgodnieniu telefonicznym



Mój Lekarz Radom.pl
PORADNIA SPECJALISTYCZNA

ul. Skrajna 113
Radom
oś. Halinów

WIZYTY PO UZGODNIENIU TELEFONICZNYM
694 880 044 www.mojlekarzradom.pl

NASZ ZESPÓŁ

Urolog - prof. dr hab. n. med. **Igal Mor** – Dyrektor Szpitala Mazovia w Warszawie, Kierownik Urologii Szpitala w Kozienicach
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 Tłustochowicz**
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 **Eliza Słodka**
Kardiolog, Internista – dr **Konrad Pajęczkowski**
Chirurg naczyniowy – dr **Grzegorz Noll**
Chirurg naczyniowy – dr **Grzegorz Prokop**
Internista, Alergolog – dr **Jacek Burski**
Psychiatra – dr. **Jan Kopacz**
Neurolog – dr **Paweł Chochoł**
Neurolog – dr **Kinga Eleonora Kądziołka**
Ortopeda – dr **Andrzej Sawicki**
Dermatolog, Lekarz P. Kontaktu – dr **Jolanta Ostrowska**
Pediatra, Lekarz Rodzinny – dr. **Krystyna Dworzańska**

KONSULTACJE TELEFONICZNE

zadzwoń: 694 880 044

BADANIA: USG KARDIO - ECHO SERCA, USG DOPPLER, EKG, HOLTER EKG, HOLTER CIŚNIENIOWY
KRIOCHIRURGIA – KURZAJKI, WŁÓKNIKI, BRODAWKI

NEUROLOGIA
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

PORADNIE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

PORADNIE
www.zdrowko.com

Y/0622

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

D/0047

**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 pomocniczegoWykonywanie wkładek
ortopedycznychBezpłatne badania podoskopowe
wykonywane przezinżyniera biomedycznego
i technika biomechaniki

Fachowy personel

**PUNKT ZAOPATRZENIA
STOMIJNEGO**

czynny

od poniedziałku do piątku 8-18

www.armed-ort.pl

AA0323

Covid -19 kto nie zna tego pojęcia?

W jakim kierunku zmierza diagnostyka?

Czemu służą szybkie testy antygenowe
i do jakiego stopnia są wiarygodne?

COVID-19 Pandemia istnieje i trwa nadal. Trwają również nieustannie prace nad udoskonalaniem metodyki pozwalającej w szybki i prosty sposób diagnozować osoby zakażone wirusem SARS-CoV-2.

Dzięki przestrzeganiu kilku podstawowych zasad można zapobiec infekcji, a co za tym idzie uniknąć wielu możliwych powikłań zdrowotnych wynikających z choroby COVID-19.

Najważniejszym czynnikiem w dbaniu o zdrowie własne i swoich bliskich jest odpowiednia profilaktyka, czyli minimalizowanie ryzyka zakażenia poprzez odpowiednie zachowanie.

Pomocne w przezwyciężeniu tych problemów mogą okazać się szybkie testy wykrywające antygeny wirusa SARS-CoV-2.

Test antygenowy – czym jest i jak działa?

Na obecnym etapie walki z pandemią COVID-19 kluczowe staje się wyprzedzenie rozprzestrzeniania się choroby poprzez szybkie i proste testy dla wszystkich.

Między innymi firma Siemens Healthineers wprowadza prosty w użyciu test antygenowy wykrywający SARS-CoV-2, wirusa powodującego COVID-19.

CLINITEST Rapid COVID-19 Antigen Test1 jest kasetowym testem wykonywanym w dowolnym miejscu przez pracownika opieki zdrowotnej, nie wymaga specjalistycznego sprzętu laboratoryjnego ani obecności personelu laboratoryjnego, a jego wyniki są dostępne w ciągu 15 minut. Test wykazał się czułością na poziomie 96,72%.



W obecnej rzeczywistości bardzo istotną kwestią jest zapotrzebowanie społeczeństwa na wiarygodne testy, które mogą szybko zidentyfikować osoby zarażone i pomóc w ograniczeniu rozprzestrzeniania się COVID-19, szczególnie w dużych skupiskach ludzi.

Jakość jest kluczowym kryterium stosowanym przez zarządzających systemami opieki zdrowotnej przy określaniu wiarygodności testu.

W czasach obostrzeń i zakazów wszystkim pacjentom i ich rodzinom życzymy zdrowia, uśmiechu, i bezustannie zapraszamy do naszych sklepów.

Zespół Armed Ort



ul. Bernardyńska 1

26-600 Radom

tel.: 783 939 704

sklep@armed-ort.pl

lek. med. Piotr Słyk*specjalista chorób dziecięcych, radiolog*Wtorek 14⁰⁰-15⁰⁰, Środa 15³⁰-17⁰⁰

tel. 48 36 26 058

T/0074

**SPECJALISTYCZNY
GABINET PEDIATRYCZNY
oraz BADANIA****USG**Radom,
ul. Sienkiewicza 32**Tel.dom. 48 385 11 42 tel.kom. 603 208 589**

Barbara Węgrzycka

Specjalista chorób płuc
Pulmonolog

Y0649

Radom, ul. Bernardyńska 3A



CENTRUM
BERNARDYŃSKA

511 511 234
48 386 95 00

www.nzoz-srodmiescie.pl



Niepubliczny Zakład
Opieki Zdrowotnej

„ŚRÓDMIEŚCIE 1”

Radom, ul. Staszica 6/8

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

e-mail: info@nzoz-srodmiescie.pl

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

ŚWIADCZYMY USŁUGI MEDYCZNE

BEZPŁATNIE

W OPARCIU O UMOWĘ Z NFZ

Podstawowa Opieka Zdrowotna

Przyjmują lekarze:

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

Ambulatoryjna Opieka Specjalistyczna

PORADNIA ALERGOLOGICZNA

Marzena Maksym - alergolog

PORADNIA NEUROLOGII DZIECIĘCEJ

Bożena Batory - neurolog dziecięcy

PORADNIA POŁOŻNICZO - GINEKOLOGICZNA

Wojciech Godek - ginekolog-położnik

PORADNIA PSYCHIATRYCZNA - wizyty komercyjne

Maciej Krąpiec - specjalista psychiatra

PRACOWNIA USG

lek. Elżbieta Nowaczek-Dziocha - specjalista radiolog
- czwartki

KOMERCYJNE BADANIA USG

(Aparat Logic F6)

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

OFERUJEMY

BADANIA WSTĘPNE I OKRESOWE
DO PRACY

20262

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
stymat.radom@vp.pl

AA/0076

Papież jezuita

To już 20 tekst na łamach „Zdrowka” dotyczący Papieża Franciszka. Przeglądając ostatnio różne pisma o Franciszku, zauważyłem, że na portalu encyklopedii kultury i języka włoskiego Treccani.it - uznając obecny pontyfikat (23 stycznia będzie już dłuższy od pontyfikaty Benedykta) za udany - postanowiono zbadać tajemnicę Jego sukcesu. Studiując ten problem, doszli do wniosku, że jednym z elementów owego sukcesu jest fakt, że papież prowadząc dialog, komunikując się z innymi, zakłada u fundamentu tej relacji uważne słuchanie drugiej strony. Dlatego w komu-



nikacji z innymi ogromną rolę u Franciszka odgrywa cisza a nawet swoisty bezruch, który pozwala obu stronom wzajemnie lepiej się rozumieć. Wykazano, że w papieskim kodzie semiotycznym cisza posiada taką samą moc jak wypowiedziane słowo.

Wszyscy pamiętamy początek tego pontyfikatu, który rozpoczął się prośbą o skupienie i ciszę, by ludzie mogli się pomodlić z papieżem. To, co zdumiało obserwatorów z całego świata, to reakcja zgromadzonego tłumu na placu przed Bazyliką Św. Piotra, który w jednej chwili zdecydowanie się wyciszył i zastygł jak Franciszek w bezruchu. To miało powtórzyć się potem jeszcze wiele razy.

W tym kontekście wspomniano samotną modlitwę papieża z 27 marca minionego roku, na zalanym deszczem Placu św. Piotra, która stanowi najbardziej wyrazistą ikonę czasu pandemii. Ta modlitwa w samotności i ciszy stała się przesłaniem które „wyszło wówczas poza granice wiary katolickiej i stało się interpretatorem udręki i nadziei całej ludzkości”. Franciszek bowiem potrafi słuchać i słyszy swoje otoczenie, ludzi którzy są obok. „Słuchanie, dla niego, ma związek z ABC ludzkich relacji i jest ważniejsze od serwowania gotowych recept” - napisze jeden z komentatorów. Nie dziwi więc „apostolat ucha”, o którym papież mówi i do którego zachęca.

W jednym z pierwszych tutaj tekstów o papieżu wspominałem, że żeby zrozumieć Franciszka, trzeba pamiętać o jego ignacjańskiej formacji, która u fundamentu zakłada uczynienie wszystkiego by uratować wypowiedź bliźniego (ignacjańska zasada praesupponendum) i jest to jeden z najpiękniejszych sposobów, aby stawać się podobnym do Jezusa tj. być pełni miłości i życzliwości dla innych. Chodzi o to by wczuć się w myślenie drugiego człowieka, nie osądzać go niesprawiedliwie a jeżeli już zwracać mu uwagę, to tylko życzliwie. To jest pewien sposób bycia, a nie tylko sposób przekazu słownego - i tak właśnie żyje Franciszek - co po latach pontyfikatu zauważyli także jego obserwatorzy.

Ludziom, którzy komunikację, słowo uważają za broń, którą można zniszczyć, pokonać drugiego człowieka, Franciszek pokazuje, że komunikacja jest przede wszystkim darem i możliwością, która pozwala nam wzrastać wraz z tym drugim. Prostą i logiczną konsekwencją takiego podejścia jest to, że w rozmowie nie narzucamy drugiemu naszego zdania, a im bardziej usuwamy w cień nasze „ego” tym bardziej to nasze przekonanie wybrzmiewa z wielką mocą.

Dlatego ludzie, którzy nie rozumiały takiego podejścia, dla których takie podejście jest obce i dalekie od ich życia, którzy słowem próbują za wszelką cenę „postawić na swoim”, nigdy nie zrozumiały papieża-jezuity.

JT SJ

www.radom.jezuici.pl

CENTRUM ZAOPATRZENIA
ORTOPEDYCZNO-MEDYCZNEGO

ort-med

wypożyczalnia sprzętu rehabilitacyjno-medycznego



refundacja

NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia

• ciśnieniomierze • artykuły przeciwoślizgowe • 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

AA/0326

Zranienia w relacjach międzyludzkich

Drodzy czytelnicy informatora Zdrówko. Zgodnie z zapowiedzią poniżej dokończenie artykułu ks. Marka Dziewieckiego pt. „Zranienia w relacjach międzyludzkich”. Cały artykuł można przeczytać na stronie <http://zdrowko.com/>. Zachęcam do lektury.

zg



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.
Rekolekcjonista.

Autor ponad 70 książek i kilku audiobooków

3. Dojrzała miłość jako ochrona
przed zranieniami

Najlepiej chroni się przed toksycznymi więziami ten, kto mądrze kocha i kto nie krzywdzi samego siebie.

Tak, jak najlepszym lekarstwem na krzywdy doznane czy wyrządzone w przeszłości jest pojednanie, tak najlepszym sposobem chronienia się przed zranieniami tu i teraz jest dojrzała miłość. Człowiek roztropny to ktoś, kto do każdego odnosi się z miłością, ale wiąże się tylko z tymi, którzy też kochają.

3.2. Dojrzała miłość chroni

Gdy dokładnie wiemy, czym miłość nie jest, wtedy łatwiej przychodzi nam opisać istotę prawdziwej miłości. Otóż istotą miłości jest decyzja troski o rozwój danej osoby. Nie jest to jedynie decyzja „woli”, lecz decyzja całego człowieka, a zatem decyzja, w którą angażujemy cielesność, pociągłość, myślenie, emocje, wrażliwość moralną, duchowość, religijność, a także wartości i aspiracje, którymi się kierujemy. Miłość jako decyzja troski o czyjś rozwój wyraża się na co dzień poprzez obecność, pracowitość i czułość. Najtrudniejsze zadanie tego, kto kocha, polega na trafnym doborze słów i czynów, poprzez które okazuje on miłość tej drugiej osobie. Obowiązuje tu zasada: to, czy kocham ciebie, zależy od mojej decyzji, ale to, w jaki sposób okazuję miłość, zależy od twojego zachowania. Mistrzem w tym względzie jest Jezus, który ludzi szlachetnych wspierał, błędnych upominał, a krzywdzicieli i faryzeuszów publicznie demaskował po to, by się zastanowili i by przestali krzywdzić innych ludzi.

Miłość nie jest postawą spontaniczną. Przeciwnie, wymaga rozważań w myśleniu i stanowczości w działaniu. W sposób bezmyślny i spontaniczny można ulegać lenistwu lub egoizmowi, ale nie można bezmyślnie czy spontanicznie kochać. Miłość zaczyna się od myślenia. Ten, kto nie myśli, nie jest w stanie kochać. Nie trzeba wcale myśleć po to, by skrzywdzić samego siebie

czy kogoś innego. Trzeba natomiast być niezwykle rozważnym po to, by kochać. Zwłaszcza wtedy, gdy przychodzi nam kochać taką osobę, która nie kocha nawet samej siebie. Nikt z nas nie jest samą miłością. W każdym z nas jest coś z naiwności, słabości i egoizmu. Właśnie dlatego tym dojrzejemy w stanie kochać, im bardziej zaprzysiężeni jesteśmy z Bogiem, który jest miłością.

3.3. Kochać na wzór Jezusa

Gdy dokładnie wiemy, czym miłość nie jest, Jezus kocha każdego człowieka miłością nieodwołalną, a mimo to każdemu okazuje tę miłość w inny, niepowtarzalny sposób, gdyż uwzględnia niepowtarzalną sytuację i niepowtarzalne zachowanie każdego człowieka. Jezus uczy nas wyrażania miłości w sposób dostosowany do zachowania danej osoby. Można wymienić pięć typowych grup ludzi, których Jezus spotyka i którym okazuje miłość w sposób

medistar
SKLEP MEDYCZNY

BEZPŁATNY DOWÓZ
TOWARU DO INSTYTUCJI

REALIZUJEMY
WNIOŚKI NA NFZ

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

AA/0289

M. JANIK - PODGÓRSKA
ORTO-LIVE

prof. dr hab. n. med.

Witold Tłustochowicz

Specjalista chorób wewnętrznych
REUMATOLOG

Specjalista w dziedzinie
reumatologii i leczenia osteoporozy

Diagnoza i leczenie chorób reumatycznych
w pełnym zakresie.

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

Leczenia włóknienia pozaotrzewnowego.

Diagnostyka i leczenie toczenia
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

Y/0593

WROMED

AB/0136

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**

dostosowany do ich zachowań.

Pierwsza grupa to ludzie szlachetni. Takich ludzi Jezus przytula, rozgrzesza, stawia za wzór, chroni, wspiera, chwali, wyróżnia, powierza im ważne zadania. Okazuje im miłość z radością, w sposób, który zwykle traktujemy jako jedyny przejaw miłości.

Druga grupa to ludzie błędzący. Takich ludzi Jezus nie wspiera, nie chwali, nie okazuje im czułości, lecz przeciwnie: stanowczo ich upomina i wzywa do nawrócenia: „Jeśli się nie nawrócicie, marnie zginiecie”. Z niektórymi spośród tych, którzy bardzo błędzą, Jezus nie chce nawet rozmawiać. Ich także kocha nieodwołalnie i właśnie dlatego mówi im prawdę, że zachowują się w sposób niegodny człowieka.

Trzecia grupa to ludzie, którzy usiłują Jezusa skrzywdzić. Przed takimi ludźmi Jezus stanowczo się broni! Kilka razy nie pozwolił się strącić ze skał, na których były położone miasta, w których nauczał i uzdrawiał ludzi.

Ciąg dalszy na str. 24.

**LEKARZE
SPECJALIŚCI**

511 511 234

**CENTRUM
BERNARDYŃSKA**

48 386 95 00

Radom,
ul. Bernardyńska 3A,

www.centrumbernardynska.pl



PORADNIE SPECJALISTYCZNE

Kierownik: Bogumiła Odzimek, psycholog kliniczny

26-600 Radom, ul. Główna 12

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

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

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

PRZYJMUJE ZESPÓŁ WYKWALIFIKOWANYCH, 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 wspomaganie rozwoju



- rehabilitacja słuchu i mowy (dla dzieci i dorosłych)

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

Do obu zakresów obowiązują skierowania od lekarzy specjalistów
(w zaburzeniach wieku rozwojowego oprócz lekarzy specjalistów
może wystawić skierowanie lekarz POZ - lekarz rodzinny, pediatra etc..)

Udzielamy informacji,
od jakiego specjalisty
powinno być skierowanie.

OFERTA DLA DZIECKA MAŁEGO

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

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

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

OFERTA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY:

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

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

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

MED Janga

Radom, ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)



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

OGÓLNOPOLSKA SIĘĆ LABORATORIÓW ANALIZ MEDYCZNYCH

Zranienia w relacjach międzyludzkich

Ciąg dalszy ze str. 23.

Równie stanowczo bronił się przed żołnierzem, który Go uderzył w czasie przesłuchania. Dopiero wtedy, gdy już nauczył

nas mądrze kochać (ale nie wcześniej!), pozwolił się pojmać, przybić do krzyża i zabić, by nas upewnić, że kocha nas nieodwołalnie.

Czwarta grupa to ludzie przewrotni i cyniczni, czyli - mówiąc językiem Biblii - faryzeusze i uczeni w Piśmie? Otóż takich ludzi Jezus demaskuje - i to publicznie, a nie tylko w cztery oczy. W cztery oczy demaskuje ludzi grzesznych, ale mających dobrą wolę, czyli grzeszących w wyniku słabości, a nie przewrotności. Tymcza-

sem przed cynikami publicznie i otwarcie ostrzega tłumy: strzeżcie się ich, bo to plemię żmijowe, które zasiadło na katedrze Mojżesza. To ślepcy, którzy chcą także was uczynić ślepych - i wtedy wszyscy wpadniecie w przepaść. Demaskując cyników publicznie, Jezus okazuje swą miłość do ludzi dobrej woli, ale często naiwnych czy bezradnych wobec krzywdzicieli. Jezus demaskuje cyników także z miłości do nich, nie po to, by ich definitywnie potępić lecz by ich mobilizować do nawrócenia.

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

Marek Paliński

specjalista psychiatra

przyjmuje prywatnie

w środy od godziny 15,30

budynek Poradni Rehabilitacji POLMEDIC

Radom, ul. Okulickiego 76

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

S/0414

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

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

Robert Nowakowski

lekarz specjalista psychiatra

tel: 502 258 348

Agata Nowakowska

lekarz specjalista psychiatra

tel: 506 472 466

Wizyty po uzgodnieniu telefonicznym

S/0308

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

Gdy człowiek przewrotny zauważy, że znalazł się ktoś, kto potrafi go zdemaskować i kto jest od niego nie tylko lepszy, ale też mądrzejszy, wtedy jest skłonny do tego, by się zastanowić i nawrócić. A przynajmniej zamknąć, zdziwiony tym, że ktoś, kto jest dobry i kto kocha, okazuje się bardziej inteligentny od tych, którzy nie kochają. Taki właśnie był Jezus. Demaskował krzywdzicieli. Świetnie sobie radził z całą rzeszą ludzi przewrotnych. Byli oni bezradni wobec Niego, wobec Jego słów i argumentów. Dawał im do myślenia, gdyż ukazywał, że człowiek może wykorzystać swą wiedzę, inteligencję i wykształcenie także w dobrym celu, czyli po to, by kochać.

Piąta grupa to ludzie wyjątkowo dojrzały, ludzie, którzy kochają bardziej niż inni. W jaki sposób okazuje Jezus miłość tym niezwykłym ludziom? W jaki sposób okazuje On miłość Piotrowi, Janowi czy Pawłowi? Otóż okazuje On swą miłość przez to, że wyróżnia tych ludzi i że to im zawiera wielką władzę i troskę los Kościoła. Także i oni popełniali błędy, a nawet grzeszyli, ale potrafili się nawrócić i kochać — bardziej niż inni.

Co więc należy czynić, aby kochać tak, jak kochał Jezus? Po pierwsze, należy z radością wspierać ludzi szlachetnych. Po drugie, należy szczerze upominać błędnych. Po trzecie, należy stanowczo bronić się przed krzywdzicielami.

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



ENKLAWA ZDROWIA

GASTROSKOPIA

KOLONOSKOPIA

NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia

Nowoczesne Centrum Medyczne



662 939 118

www.enklawazdrowia.pl

26-110 Skarżysko-Kamienna ul. Sokola 50A

Po czwarte, należy publicznie demaskować ludzi przewrotnych i cynicznych, czyli takich, którzy chcą żyć kasztem innych ludzi. Po piąte, warto zawierzać swe życie i swój los wyłącznie tym, którzy potrafią kochać naprawdę i bardziej niż inni.

Jeśli kocham człowieka błędzącego, to mam odwagę stanowczo go upominać. I to natychmiast, już za pierwsze - nawet drobne - błędy. Nie czekam, aż drastycznie skrzywdzi on innych ludzi i stanie się śmiertelnym zagrożeniem dla samego siebie. Napominam go, gdy tylko zauważę, że kocha za mało. Nie czekam, aż zacznie bardzo grzeszyć. Owszem, nie zawsze zostanie dobrze zrozumiany przez błędzącego. Często będzie on zaprzeczał, że to, co mu wyrzucam, jest słabością czy błędem. Trudno. Zrobiłem swoje - to, co mogłem. Jezusa też nie wszyscy upominani przez Niego ludzie rozumieli. Nie wszyscy Go słuchali. Nie wszyscy przyjmowali Jego upomnienia.

Jeśli dojrzałe kocham człowieka,

który próbuje mnie krzywdzić, to powinienem stanowczo bronić się przed nim. Nawet jeśli jest to ktoś bardzo mi bliski, na przykład mąż, żona, rodzic czy dorastający syn. Kościół wprowadził nawet separację małżeńską jako formę skutecznej obrony przed krzywdzicielem.

Dokończenie na str. 26.

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

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

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

Zranienia w relacjach międzyludzkich

Dokończenie ze str. 25.

Ludzie niedojrzali twierdzą, że jeśli bronię się przed krzywdą, to kocham wprawdzie samego siebie, ale nie kocham krzywdziciela. Otóż to nieprawda! Krzywdziciela też wtedy kocham. Okazuję mu swą miłość właśnie w ten sposób, że się przed nim bronię. Im bardziej stanowczo bronię się przed krzywdzicielem, tym bardziej go kocham, gdyż sprawiam, że ma on na sumieniu jedną ofiarę mniej. A wtedy łatwiej jest mu uznać bolesną prawdę o sobie

i podjąć wysiłek nawrócenia się.

Jeśli kocham człowieka, który jest człowiekiem cynicznym, to powinienem publicznie demaskować jego przewrotność i zło, które czyni. W ten sposób okazuję swą miłość także ludziom dobrej woli, którymi on usiłuje manipulować i których usiłuje drastycznie skrzywdzić. Dzięki temu krzywdzicielowi trudniej jest nadal krzywdzić, a łatwiej jest zastanowić się i zmienić.

Jeśli kocham kogoś, kto jest człowiekiem szlachetnym, uczciwym, kochającym, godnym zaufania, to okazuję to przez zawierzenie mu siebie i moich bliskich, naszego losu doczesnego. Ta najbardziej wyjątkowa forma okazywania miłości odnosi się szczególnie do kwestii wyboru małżonka. Nigdy nie należy wiązać się z kimś, kto nie potrafi kochać. Jeśli ktoś chce, bym okazywał mu miłość przez zaufanie do niego, to musi najpierw nauczyć się kochać. Małżeństwo zawiera się nie po to, by ratować kogoś, kto jest w kryzysie i nie radzi sobie z własnym życiem. Od ratowania ludzi w kryzysie są odpowiednie terapie, domy poprawcze, instytucje resocjalizacyjne, a nie małżeństwo. Małżeństwo winni zawierać wyłącznie ci, którzy potrafią kochać - wiernie, dojrzałe, nieodwołalnie. Nikt z ludzi nie jest ideałem, ale jeśli ktoś ma poważne problemy z samym sobą, to musi poradzić sobie z nimi przed ślubem. Jak może bowiem złożyć przysięgę miłości ktoś, kto nie umie kochać? Byłaby to kpina - i z Boga, i z ludzi. Warto powtórzyć zasadę: własny los oraz los swoich bliskich można zawierzyć wyłącznie komuś, kto już kocha. Oczywiście zasada ta działa w obie strony: aby zawierzyć swój los oraz los swoich bliskich komuś, kto kocha, też trzeba kochać, gdyż ten, komu ja zawierzam swój los, z kolei mnie swój los zawierza. Miłość małżeńska wymaga, aby obie strony kochały dojrzałe i wiernie.

Bóg każdego z nas nie tylko kocha,

ale i w pełni rozumie. Właśnie dlatego wie, w jaki sposób okazywać nam swoją mądrą, wychowującą miłość. Bóg wspiera ludzi szlachetnych. Błądzących upomina - także poprzez innych ludzi. Krzywdzicielom stwarza szansę na zmianę życia, broniąc i przestrzegając przed nimi ich potencjalne ofiary. Ludzi przewrotnych stanowczo demaskuje, i to publicznie. Czyni to z pomocą ludzi wyjątkowo szlachetnych i mocnych, czyli takich, którzy są sprytniejsi w czynieniu dobra niż ludzie przewrotni w czynieniu zła. Człowiek szlachetny i święty to nie Boża gapa. To nie ktoś, z kogo spryciarze tego świata mogliby sobie bezkarnie kpić. Jan Paweł II wrzeszczał ludzi dobrej woli, ale przerażał cyników. Bali się go tak bardzo, że chcieli go zabić. Strzelali do niego. Tak więc człowieka przewrotnego Bóg demaskuje, natomiast szlachetnemu powie: „Bóg demaskuje, natomiast szlachetnemu powie: losy Kościoła, losy rodziny czy parafii - w zależności od tego, kto jakie ma powołanie. Zaczynam być chrześcijaninem (zaczynam!) dopiero wtedy, gdy rozumiem, na czym polega miłość - gdy rozumiem to precyzyjnie! Ogólniki typu: „Kochajcie wszystkich jednakowo!”, „Bądźcie dobrzy i życzliwi dla wszystkich!” to tylko slogany, które wprowadzają w błąd. Chronić samego siebie i innych ludzi potrafi jedynie ten, kto siebie i bliźnich kocha w taki sposób, w jaki kocha nas Chrystus, gdyż innej miłości nie ma

Zakończenie

W obliczu nieuniknionych zranień i cierpienia w relacjach międzyludzkich grożą nam dwie postawy skrajne. Skrajność pierwsza to traktowanie krzywdy i cierpienia jako czegoś pozytywnego i pożądanego, jako wręcz kryterium zbawienia. Są tacy chrześcijanie, którzy wierzą, że do zbawienia wystarczy samo cierpienie i którzy w konsekwencji cierpienie kochają bardziej niż Boga i ludzi. Błąd drugi to poczucie przerażenia i bezradności wobec zranień, krzywdy i cierpienia. Tymczasem Jezus zapewnia nas, że jedynym kryterium zbawienia jest miłość, a nie cierpienie.

Kto od Jezusa uczy się kochać, ten najskuteczniej chroni siebie i innych ludzi przed krzywdą (choćby niekoniecznie przed zranieniami). Taki człowiek dysponuje siłą i nadzieją konieczną do tego, by poradzić sobie z każdym zranieniem i by doświadczenie krzywdy nigdy nie doprowadziło go do rozpacz. Chrześcijanin to ktoś zapatrzony we Wcielonego Syna Bożego, Który kocha nas nawet wtedy, gdy Go krzywdzimy i który mówi: „Nie lękajcie się! Jam zwyciężył świat!”

Źródło: https://opoka.org.pl/biblioteka/LIP/md_zranieniarel.html

Cały artykuł na stronie <http://zdrowko.com/>

NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ



PRZYCHODNIA GOŁĘBIÓW

rejestracja on line
www.nzoz.radom.pl

Przychodnia znajduje się
w dwóch lokalizacjach:

Radom ul. Paderewskiego 26
(Gołębiów)

tel. 48 389-99-88

Radom ul. Paderewskiego 6
(Gołębiów)

tel. 48 383-62-52

czynne codziennie w godz. 8.00-18.00

PRZYJMUJĄ LEKARZE:

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 Lańczyk

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

PIELĘGNIARSKA OPIEKA DOMOWA

BEZPŁATNIE
NA PODSTAWIE

UMOWY Z NFZ

ZGŁOSZENIA TELEFONICZNIE
codziennie w godz 8-20



48 360 74 52,
600 766 982

P/0430

Podziękowanie za posługę ks. biskupa Henryka Tomasika



6 stycznia 2021 roku odbyło się jak co roku świąteczne spotkanie Duszpasterstwa Służby Zdrowia z biskupem Henrykiem Tomasikiem. W kościele farnym św. Jana Chrzciciela w Radomiu Ksiądz biskup odprawił Mszę świętą w intencji Służby Zdrowia. We Mszy św. wzięli udział człon-

kowie Katolickiego Stowarzyszenia Lekarzy Polskich O. „Ziemi Radomskiej”, Katolickiego Stowarzyszenia Pielęgniarek i Położnych Polskich w Radomiu, a także wolontariusze radomskiego Hospicjum Królowej Apostołów. W homilii Ksiądz Biskup zwrócił uwagę na potrzebę modlitwy o dar wiary, która ma wyrażać się w konkretnych postawach w naszym życiu codziennym.

Na koniec Mszy świętej przedstawiciele katolickich środowisk medycznych podziękowali Księdzu Biskupowi za lata troski o duszpasterstwo służby zdrowia w Diecezji Radomskiej i wręczyli pamiątkowe prezenty.

Ksiądz biskup otrzymał także okolicznościowy medal Krajowego Duszpasterstwa Służby Zdrowia podpisany przez ks. bp. Romualda Kamińskiego, Przewodniczącego Zespołu Episkopatu Polski ds. Duszpasterstwa Służby Zdrowia.

Wdzięczni ks. bp. Henrykowi Tomasikowi za wieloletnią posługę ordynariusza Diecezji Radomskiej polecamy go w naszych modlitwach.

Ks. Konrad Wójcik
Diecezjalny Duszpasterz Służby Zdrowia

KAPELAŃSKIE ABC

Posługa duszpasterska w czasie pandemii



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

„Proszę księdza, czy w aktualnej sytuacji ma ksiądz możliwość odwiedzania chorych w szpitalu, by mogli przyjmować sakramenty święte? Słyszałem bowiem różne opinie na ten temat i już sam nie wiem kogo słuchać. Tam na jednym z oddziałów leży moja mama (...) Ja niestety nie mogę się z nią zobaczyć i może księdzu uda się do niej dotrzeć w tym trudnym czasie”. Znalazłem do księdza telefon i postanowiłem osobiście zapytać o tę sprawę”.

W ostatnim okresie odbieram dużo telefonów z tego typu pytaniami i próbuję w sposób bardzo konkretny tłumaczyć aktualną sytuację. Czas, który przeżywamy sprawił, że wiele osób nie umie się odnaleźć się w dzisiejszych warunkach zwłaszcza, gdy ktoś z jego najbliższych musi być hospitalizowany.

Warto przypomnieć, że tak jak dbamy o nasze ciało, jesteśmy również zaproszeni do tego, by troszczyć się o swoją duszę. Trzeba jasno przypomnieć, że dzięki duchowemu umocnieniu bardzo często szybciej dochodzimy do zdrowia. Wiele razy słyszałem od chorych, że nabierają sił nie tylko dzięki pomocy profesjonalnego zespołu medycznego, ale przede wszystkim dzięki sakramentom świętym, które umacniają ich wiarę. „Eucharystia naprawdę pomaga i daje życie” - takie świadectwo wypowiedział ostatnio jeden z pacjentów.

Chorzy nie mogą dziś liczyć na odwiedziny najbliższych i dlatego obecność kapłana z Najświętszym Sakramentem jest dla nich często wielkim wsparciem. Trzeba jasno przypomnieć, że w świetle obowiązującego prawa nikt nie może w obecnym czasie zabronić dostępu do posługi duszpasterskiej nawet w szpitalach jednoimiennych. Chory ma prawo do skorzystania z rozmowy z księdzem kapłanem oraz ma możliwość przyjęcia na sali szpitalnej sakramentu pokuty i pojednania, namaszczenia chorych, a także Eucharystii. W niektórych szpitalach w Polsce wykorzystano obecną sytuację do ograniczania tej posługi pozbawiając ludzi duchowego wsparcia.

Jako kapelan szpitalny podpowiadam, by wszyscy, którzy mają prawną opiekę nad chorymi zadbali nie tylko o kontakt z lekarzem prowadzącym lub pielęgniarkami, ale także z troszczyli się o ich sprawy duchowe dzwoniąc bezpośrednio do księdza kapłana a także prosząc o pomoc personel szpitala. Taka postawa jest wyrazem troski o nich i konkretną realizacją przykazania miłości.

CDN.

Najbliższe wydarzenia DSZ

11 lutego – Dzień chorego.

14 lutego, godz. 15:00 – Msza święta w intencji Służby Zdrowia (Parafia Miłosierdzia Bożego w Radomiu).

27 lutego – Wielkopostny Dzień Skupienia Służby Zdrowia (Parafia św. Jana Chrzciciela w Radomiu).

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 Bandoś, 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

KAPELAN: ks. Mirosław Kszczot,

Diecezjalny Duszpasterz S. Z. ks. Konrad Wójcik

MSZS JÓZEFÓW

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

sobota, niedziela, święta nakazane - 11.00

Nabożeństwo różańcowe i adoracja

Najświętszego Sakramentu: pn - pt - 14.00

sobota, niedziela, święta nakazane - 10.00

(w tym czasie możliwość skorzystania ze spowiedzi)

SAKRAMENT namaszczenia chorych i pokuty

udzielany jest również na oddziałach szpitalnych

KAPELANI:

ks. dr Radosław Kacprzak, ks. Bogusław Dawidowicz

TELEFON: ##066,##067, numery wybierane

ze służbowych telefonów na terenie szpitala.

Więcej informacji: www.kapelan.radom.pl

Radomskie Centrum Onkologii

MSZA ŚWIĘTA w kaplicy szpitalnej: Niedziela

i święta przypadające w dni wolne od pracy - 9.30

Święta kościelne przypadające w dni robocze - 15.30

Odwiedziny chorych i udzielanie sakramentów

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

innym czasie na prośbę chorego lub rodziny

KAPELAN: ks. dr Adam Orczyk

KOLPORTAŻ
Mazowiecki Szpital Specjalistyczny
w Radomiu
Radomski Szpital Specjalistyczny
SWPZZPOZ Krychnowice
SPZOZ w Koźniewicach
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 zakładka cennik,

e-mail: zbignum@op.pl

lub przez przedstawiciela

Jacka Gumińskiego tel.: 603 401 024

Wydawca nie ponosi odpowiedzialności za treść ogłoszeń i reklam

Zostaniesz kimś, **kim chciałeś być?**

Dzisiaj Ty **masz wpływ** na naszą przyszłość



www.dzielo.pl

Przekaż nam

1%

Wspomóż
program stypendialny

KRS **0000150776**



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

APTEKA

Radostaw Pawlik

mgr farm.

Radom

ul. **Warszawska 4**

Pon-Pt 8:00 - 19:00

Sob 8:00 - 14:00

A/0131

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/0006