

ZDRÓWKO

INFORMATOR BEZPŁATNY

Pełen emocji wrzesień

Rok szkolny 2025/2026 rozpoczęty na dobre. Tegoroczny wrzesień jest bardzo nerwowy, pełen napięć i emocji. Wprawdzie do wojny, która toczy się za naszą wschodnią granicą zdążyliśmy jakoś przywyknąć i się z nią oswoić, ale przecież spadające w coraz większej ilości drony na Polskę pobudzają naszą wyobraźnię, budząc niepokój i strach.

Nerwowo też i w szkołach, gdzie od 1 września wprowadzony został nowy przedmiot: „Edukacja zdrowotna”, który zastępuje „Wychowanie do życia w rodzinie”. Kończy się powoli wrzesień, a podręczników do nowego przedmiotu brak. Trudno więc się dziwić wkurzonym rodzicom, którzy do 25 września mogą wypisać swoje dzieci z „edukacji zdrowotnej”, składając pisemne

oświadczenie. Ten społeczny protest jest w pełni uzasadniony wobec tak fatalnie przygotowanej przez panią minister edukacji zmiany.

Warto być czujnym i aktywnym. Należy podejmować decyzje i brać losy naszej Ojczyzny i naszych dzieci w swoje ręce. Dobre decyzje podejmuje się, mając spokój w sercu. I choć dzisiaj o to trudno, to przecież musimy dać sobie chwilę wytchnienia i czasu tylko dla siebie. Najlepszym sprzymierzeńcem w uspokojeniu emocji jest otaczająca nas przyroda. Ostatnie opady deszczu dają nadzieję miłośnikom grzybobrania, leśnych wędrówek czy wieczornych spacerów, do których serdecznie zachęcam, zapraszając do lektury 358. wrześniowego numeru Zdrówka.

ZG



Foto: pexels.com

WYBRANE ARTYKUŁY:

Dziewczynki 12 lat – to nowa grupa ryzyka

Czytaj na stronie 4.

Prywatnie zapłacisz prawie 2 tys. złotych. Na NFZ masz za darmo

Czytaj na stronie 8.

Bogactwo natury – jarzębina

Czytaj na stronie 10.

Leki na ADHD hamują wzrost i szkodzą sercu?

Czytaj na stronie 14.

Jak skutecznie pomóc dziecku z nadwagą?

Czytaj na stronie 16.

Rehabilitacja – holistyczne podejście do zdrowia

Czytaj na stronie 20.

Radomskie Centrum Onkologii wykonało setną operację robotyczną!

Czytaj na stronie 22.

Posługa Duszpasterska

Czytaj na stronie 23.

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. 7.00-17.00,
w soboty 8.00-9.00

Badania analityczne
Mikrobiologia - wymazy, hormony

LABQUALITY - HELSINKI

ISO 9002

www.lab-medic.pl



L/0046

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

F/0331

Dr nauk medycznych

Grzegorz Szczęśniak

specj. chirurgii ogólnej i onkologicznej

BIOPSJA MAMMOTOMICZNA PIERSI!

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

- ZABIEGI LASEREM ER : YAG

WIDODERMATOSKOPIA - jedyna w Radomiu

www.euromed.radom.pl

LEKARZE SPECJALIŚCI

Z/0590

511 511 234

**CENTRUM
BERNARDYŃSKA**

48 386 95 00

Radom,
ul. Bernardyńska 3A,

www.centrumbernardynska.pl

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 przeziemiączkowe
mózgu
- przepływy w naczyniach
(DOPPLER COLOR)

ZAPRASZAMY

Radom, ul. Sienkiewicza 32

od poniedziałku do piątku

tel. 48 3626058

B/0142

RADOMSKIE TOWARZYSTWO DOBROCZYŃNOŚCI

NZOZ

ZESPÓŁ DŁUGOTERMINOWEJ
OPIEKI ZDROWOTNEJ

Radom,
ul. Czachowskiego 42
od pon. do pt. 8-15

tel. 48 384 7876

świadczy bezpłatne usługi
w ramach **NFZ**

w zakresie pielęgniarstwa
opieki długoterminowej
w domu chorego

P/0363

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

S P I S O G Ł O S Z E Ń

LEKARZE SPECJALIŚCI

Alergologia – str. 22
Chirurgia – str. 2, 17
Chirurgia naczyniowa – str. 17
Dermatologia – str. 7, 20
Endokrynologia – str. 4, 20
Ginekologia – str. 17
Hematologia – str. 16
Interna – str. 4, 5, 12
Kardiologia – str. 4
Laryngologia – str. 5
Neurologia – str. 13, 15
Okuliśtyka – str. 8, 9
Onkologia – str. 14, 15, 24
Ortopedia – str. 7,
Pediatria – str. 13
Psychiatria – str. 16, 17

Psychologia – str. 4
Rehabilitacja – str. 3, 20, 18
Stomatologia – str. 10, 11
Urologia – str. 8
USŁUGI MEDYCZNE
Pielęgniarstwo – str. 4, 5, 15, 18
Opieka długoterminowa - str. 6, 8,
14, 20
NZOZ, Poradnie – str. 5, 6, 10, 13,
16, 20

SKLEPY MEDYCZNE
– str. 15, 21, 22

DIAGNOSTYKA
Badania, USG – str. 2, 10
Laboratoria – str. 10, 12, 13

RADIOLOGIA
– str. 7, 24

ZDROWIE I URODA
– str. 18

PROFILAKTYKA
Ośrodki – str. 11
Przychodnie – str. 3, 5, 8, 9, 11,
13, 14, 19, 21

RÓŻNE
Usługi dla podmiotów prowadzą-
cych działalność medyczną
– str. 13, 15, 18,

POSŁUGA DUSZPASTERSKA

w szpitalach - str. 23

APTEKI
– str. 3, 12, 24

INNE
– str. 15, 24



EURO-MED
Grupa Medyczna
z sercem do ludzi

Świadczymy usługi
bezpłatnie w ramach

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia

FIZJOTERAPIA DOMOWA



PAKIET REHABILITACYJNY
DLA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH
POSIADAJĄCYCH ORZECZENIE O ZNAČNYM
STOPNIU NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI
ORAZ OSÓB BEZ ORZECZENIA

ZAPEWNIAMY PROFESJONALNĄ
REHABILITACJĘ W WARUNKACH DOMOWYCH
DLA PACJENTÓW Z ZABURZENIAMI NARZĄDU RUCHU

WIZYTA FIZJOTERAPEUTYCZNA OBEJMUJE:

- ĆWICZENIA INDYWIDUALNE Z PACJENTEM
- ĆWICZENIA NEUROFIZJOLOGICZNE
- EDUKACJĘ PACJENTA
- MASAŻ LECZNICZY
- ELEKTROTERAPIĘ
- LASEROTERAPIĘ

ul. Żeromskiego 92/2a
Radom

Rejestracja telefoniczna: **609 410 935**

Infolinia: **661 347 630** w godz. 8-16

R/0685

NAJNOWOCZĘSNIJSZY W POLSCE
APARAT USG

STOMATOLOGIA

MEDYCYNĄ ESTETYCZNĄ
KOSMETOLOGIA

PIASTOWSKA MEDIC

Radom, ul. Piastowska 12

SECRET DUO
RADIOFREKWENCJA MIKROIGŁOWA +
LASER ERBOWO-SZKŁANY

PIERWSZY
W
RADOMIU!

LEKARZE SPECJALIŚCI

- ginekologia
- ginekologia estetyczna
- położnictwo
- ortopedia
- internista
- pediatria
- ortopedia dziecięca
- chirurgia dziecięca
- logopeda

STOMATOLOGIA

- endodoncja mikroskopowa
- chirurgia
- implantologia
- stomatologia estetyczna
- protetyka
- ortodoncja
- stomatologia dziecięca
- tomografia CBCT (3D)

MEDYCYNĄ ESTETYCZNĄ KOSMETOLOGIA

- niechirurgiczny lifting twarzy
- redukcja zmarszczek
- poprawa kolorytu skóry
- redukcja naczynek
- leczenie blizn trądzikowych, atroficznych, pourazowych, po cesarskim cięciu
- odnowa skóry brzucha po ciąży, redukcja rozstępów



609 737 645



48 345 11 11



recepca@piastowskamedic.pl



piastowskamedic.pl



@piastowska_medic

REHABILITACJA
REHABILITACJA
REHABILITACJA
PIASTOWSKAMEDIC
PIASTOWSKAMEDIC
PIASTOWSKAMEDIC

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

NZoz ESSAMED
Anna Sosińska
 Radom, ul. CHROBREGO 54 lok. 7

**PIEŁĘGNIARSKA OPIEKA
 DŁUGOTERMINOWA**

NFZ DOMOWA NFZ

**PRYWATNE ZABIEGI PIEŁĘGNIARSKIE
 w domu pacjenta**

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

OSOBIŚCIE: pn - pt w godz. 9-13
www.essamed.pl

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

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

GABINET KARDIOLOGICZNY

Radom, ul. Struga 19/21,
 zapisy codziennie 12 - 17
tel. 728 775 577

Przyjęcia pacjentów
 wtorek, czwartek od 15

**USG serca
 badania holter EKG
 EKG w gabinecie**

Dziewczynki 12 lat – to nowa grupa ryzyka. Co łączy autoagresję z domową apteczką?

Troska o dobrostan psychiczny najmłodszych staje się jednym z największych wyzwań naszych czasów. Najnowsze dane wskazują, że autoagresja u dzieci to zjawisko, które narasta w niepokojącym tempie, a skala problemu jest większa, niż wielu sądzi. Okazuje się, że za tym kryzysem stoją nie tylko trudne emocje, ale też zaskakujące wzorce związane z płcią i dostępnością domowych produktów.

Liczba przypadków autoagresji u dzieci w Polsce wzrosła o ponad 130% w ciągu zaledwie siedmiu lat. Badacze odkryli, że to dziewczynki w wieku 12 lat stają się grupą najwyższego ryzyka w kwestii autoagresywnych zachowań. Analiza danych wskazuje na silny związek między presją szkolną a skokowym wzrostem prób samobójczych wśród młodzieży. Duże badanie ujawnia, że w czasie prób samobójczych dzieci najczęściej sięgają

po leki z domowej apteczki.

10 września obchodzimy Światowy Dzień Zapobiegania Samobójstwom.

Kryzysy psychiczne u dzieci i młodzieży. Sygnały, na które musisz być wyczulony

Najnowsze analizy przynoszą niepokojące wieści, na które jako społeczeństwo musimy zwrócić szczególną uwagę. Coraz więcej dzieci i młodzieży zmagają się z kryzysem psychicznym, którego tragicznym wyrazem są celowe zatrucia, samookaleczenia czy myśli samobójcze.

Według badania, które zostanie opublikowane na łamach czasopisma „Pediatrics”, w samych Stanach Zjednoczonych liczba zgłoszeń do ośrodków kontroli

zatruciu (dotyczących celowego przedawkowania leków) wzrosła o ponad 53% na przestrzeni ostatnich lat. Skalę problemu potwierdzają dane z National Poison Data System, które objęły osoby w wieku od 10 do 25 lat. Okazuje się, że niemal co czwarty przypadek celowego zatrucia prowadził do poważnych konsekwencji zdrowotnych, wymagających pilnej pomocy medycznej.

Szczególnie trudna sytuacja dotyczy najmłodszej grupy, czyli dzieci w wieku od 10 do 12 lat. Z analiz, które ukazały się w „British Medical Journal”, wynika, że w okresie pandemii wskaźniki samookaleczeń wśród dziewcząt w tej grupie wiekowej były niemal dwukrotnie wyższe niż wcześniej. Nie jest to niestety chwilowy problem.

Lokalne raporty potwierdzają ten trend. Przykładowo, Departament Służby Zdrowia w Wisconsin informował o wzroście liczby samookaleczeń wśród młodzieży o prawie 40%. Podobnie, dane z Upstate New York Poison Center pokazują, że około 13% wszystkich zgłoszeń o zatruciach stanowiły działania związane z próbami samookaleczenia lub samobójstwa.

Po co sięgają dzieci w kryzysie? Lista jest zaskakująca

Dzieci w kryzysie psychicznym często sięgają po środki łatwo dostępne w niemal każdym domu. Duże badanie dotyczące statystyk samouszkodzeń dzieci i młodzieży z Anglii, którego wyniki opublikowano w serwisie PubMed Central (PMC), wykazało, że ponad 60% dzieci w wieku 5-12 lat, które dopuściły się zachowań autoagresywnych, zastosowało celowe zatrucie.

Według danych National Poison Data System, do najczęściej używanych

SPECJALISTYCZNE GABINETY LEKARSKIE

GERmed

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

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

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

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

Kompleksowa opieka lekarska

Małgorzata Dobczyńska terapeuta uzależnień

Prowadzę terapię indywidualną osób uzależnionych i współuzależnionych.

Dla osób po terapii podstawowej stacjonarnie i w Poradni mam ofertę **uczestniczenia w grupie wsparcia.**

W zakresie moich kompetencji jest również **prowadzenie Treningu Zapobiegania Nawrotom w Uzależnieniu.**

Mam również do zaproponowania **udział w warsztatach:**

- Poczucie własnej wartości
- „Naprawdę jaka jesteś nie wie nikt” (warsztat dla kobiet).

W sprawie oferty proszę o kontakt:
 ul. Zientarskiego 1a II p. lok. 32
tel. 603 161 720



Zadbaj o słuch – swój i swoich najbliższych

Usłysz więcej

Umów się telefonicznie na **bezpłatne** badanie słuchu w Centrum Słuchu Audika, połączone z darmową konsultacją u specjalisty.

Radom, ul. A. Struga 53 (obok bazarku)
tel. 789 218 601



M/0381

substancji należą ogólnodostępne analgetyki (czyli popularne leki przeciwbólowe), leki przeciwdepresyjne, a także inne preparaty dostępne bez recepty, które dzieci mogą znaleźć w domowej apteczce.

Dokończenie na str. 6.



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

- bezpłatne badanie słuchu
- konsultacje lekarza laryngologa
- baterie
- akcesoria

REFUNDACJA z NFZ

Zapraszamy
od poniedziałku do piątku
w godzinach 8 - 15,30

Radom ul. Olsztyńska 33a
tel.: 666 128 195, 566 566 001

M/0382

STUDIO PROTETYKI SŁUCHU

MORSE

**BEZPŁATNE RADOMSKIE
PROFILAKTYCZNE
BADANIA SŁUCHU**

**PRZETESTUJ APARAT
SŁUCHOWY ZA DARMO**

Przekonaj się jak działają
cyfrowe aparaty słuchowe

**BEZPŁATNIE WYPOŻYCZYMY
CI JE NA TYDZIEŃ**

**REJESTRACJA: RADOM,
UL. M.C. SKŁODOWSKIEJ 6/2**
48/362-64-39

M/0479

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,
lekarz chorób wewnętrznych

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

Zabiegi rehabilitacyjne w godz. 8-19
NFZ
i odpłatnie

- 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**

R/0397

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

Dziewczynki 12 lat – to nowa grupa ryzyka. Co łączy autoagresję z domową apteczką?

Dokończenie ze str. 5.

Coraz większym problemem stają się też napoje energetyczne. Badanie z Nationwide Children's Hospital, opublikowane w „Journal of Medical Toxicology”, dowodzi, że dzieci do 12. roku życia stanowią około 70% wszystkich zgłoszeń związanych z zatruciem tymi produktami. Choć trudno tu mówić o celowym zatruciu. To raczej wina braku świadomości na temat tego, jak napoje energetyczne działają na organizm.

Autoagresja u dzieci. W jakim wieku ujawniają się problemy?

Zebrane dane pokazują również wyraźne różnice w zależności od płci i pory roku. Wspomniane badanie z Anglii

ujawniło ciekawą, ale i niepokojącą zależność. Choć w grupie wiekowej 5-10 lat zachowań autoagresywnych częściej dopuszczali się chłopcy, to już w wieku 12 lat proporcje gwałtownie się odwracały, a na jednego chłopca przypadało prawie cztery dziewczynki podejmujące takie próby.

Potwierdzają to także dane z Northern New England Poison Center, gdzie aż 85% przypadków samookaleczeń dotyczyło dziewcząt. Ciekawą wskazówką jest fakt, że w miesiącach



wakacyjnych, od czerwca do sierpnia, obserwuje się znaczący spadek liczby takich zdarzeń. Może to sugerować, że w tym kryzysie psychicznym istotną rolę odgrywają presja i problemy związane z rokiem szkolnym – w tym presja rówieśnicza.

Dziewięć przypadków dziennie. Jak poważny jest kryzys psychiczny w Polsce?

Niestety, dane z Polski są równie alarmujące i wpisują się w ten globalny trend. Jak wynika z raportu Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę, wskaźnik samookaleczeń wśród polskiej młodzieży wzrósł o ponad 130% w ciągu zaledwie siedmiu lat, co oznacza średnio dziewięć takich zdarzeń każdego dnia.

Statystyki Komendy Głównej Policji, opublikowane w „Kwartalniku Policyjnym”, uzupełniają ten obraz, informując o niemal dwóch tysiącach prób samobójczych wśród osób w wieku 7-18 lat, z czego aż 78 dotyczyło dzieci, które nie ukończyły jeszcze 13 lat.

Polskie statystyki także potwierdzają, że to dziewczynki znacznie częściej podejmują działania autodestrukcyjne. Mimo że odnotowano niewielki spadek liczby zgonów samobójczych wśród najmłodszych, to dane dotyczące prób samobójczych nie pozostawiają złudzeń, że kryzys narasta.

Jak podaje portal Psychopark.pl, tylko w ciągu ośmiu miesięcy 2023 roku zarejestrowano blisko dwa razy więcej prób samobójczych wśród młodzieży niż w całym roku poprzedzającym pandemię. Te liczby to nie tylko statystyka, to historie młodych ludzi, którzy wołają o pomoc. Pokazują one, jak pilna jest potrzeba budowania otwartego dialogu o zdrowiu psychicznym i zapewnienia każdemu dziecku łatwo dostępnego wsparcia.

NZOZ „DUO-MED” S.C.

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

Radom,
ul. Olsztyńska 39 lok. 2

Białobrzegi,
ul. Rzemieślnicza 22 B

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

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



DOM OPIEKI POD ŻŁOTYM DĘBEM

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



Dom oferuje również pielęgnacyjne pobyty poszpitalne.

RADOM UL. BIAŁA 2

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

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

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

I/0522



Radom ul. Konrada Vietha 23
Najnowsza technologia
w diagnostyce i wspomaganiu
leczenia XXI wieku

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

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

Zapisy na badanie pod numerem telefonu
506 183 797
f / biorezonans.radom



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
pakietów
PZU, ENELMED

Małgorzata i Henryk Gruszka
ul. Andrzeja Struga 60,
26-600 Radom
www.pracowniartg.eu
tel. 48 362 14 76, kom. 506 349 338

NOWA PLACÓWKA,
Radom, ul. Okulickiego 76, tel. 797 281 549

Szukasz wsparcia? Ważne telefony pomocowe

800 70 22 22 – Centrum Wsparcia dla Osób Dorosłych w Kryzysie Psychicznym (czynny 7 dni w tygodniu, 24 h na dobę, połączenie bezpłatne); czat dostępny na: <https://centrumwsparcia.pl>

22 594 91 00 – Antydepresyjny Telefon Forum Przeciw Depresji (czynny w każdy czwartek od 17:00 do 19:00, koszt połączenia jak na numer stacjonarny wg taryfy operatora telefonicznego)

116 123 – Całodobowy telefon zaufania dla osób dorosłych (czynny 7 dni w tygodniu, 24 h na dobę, połączenie bez-

płatne); czat dostępny na: <https://116sos.pl>

116 111 – Całodobowy telefon zaufania dzieci i młodzieży (całodobowo, 7 dni w tygodniu, połączenie bezpłatne); czat dostępny na: <https://116111.pl/czatuj/>

800 12 12 12 – Całodobowy telefon zaufania Rzecznika Praw Dziecka (całodobowo, 7 dni w tygodniu, połączenie bezpłatne); czat dostępny na: <https://www.czat.brpd.gov.pl>

800 100 100 – Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci (linia czynna od poniedziałku do piątku w godzinach 12:00-15:00 i dodatkowo w czwartki w godzinach 16:30-20:30, połączenie bezpłatne)

800 800 602 – Telefon kontaktowy dla rodziców i opiekunów dzieci w kryzysie (linia czynna od poniedziałku do piątku w godzinach 15:00-19:00, połączenie bezpłatne)

801 140 068 – Pomarańczowa Linia; program informacyjno-konsultacyjny dla rodziców dzieci pijących alkohol i eksperymentujących z narkotykami (linia czynna od poniedziałku do piątku w godzinach 14:00-20:00).

Źródło: poradnikzdrowie.pl

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

Hubert Kazubiński
ortopeda i traumatolog
narządu ruchu

Przyjmuje:
Centrum Medyczne
MEDJana
Radom, ul. Czachowskiego 21A
(budynek ZUS)

Zapisy: **Tel: 48 363 33 73 lub 510 098 225**

GABINET
DERMATOLOGICZNY

lek. Agnieszka Iwanowska
specjalista
dermatolog-wenerolog

Gabinet Medident
Radom, ul. Żwirki i Wigury 33 lok.1
tel. 789-258-745

Centrum Medyczne Medjana
Radom, ul. Czachowskiego 21 A
tel. 48 363 33 73

BADANIA
www.zdrowko.com

BADANIA
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

DERMATOLOGIA
www.zdrowko.com

ORTOPEDIA
www.zdrowko.com

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

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



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**OPTYK PATRZAŁKI****BEZPŁATNE BADANIE WZROKU**

Od pon. do pt. 10:00-18:00
soboty 9:00-13:00

690 651 505

optyk_patrzalki

Optyk Patrzałki

Wernera 5 lok. 10, Radom

O/0056

Prywatnie zapłacisz prawie 2 tys. złotych.

Na NFZ masz za darmo

Leczenie zębów w znieczuleniu ogólnym to opcja, którą wybrałby niejeden pacjent, gdyby nie cena. W prywatnych gabinetach za taką usługę zapłacimy nawet 1700 złotych. Okazuje się, że możemy to zrobić zupełnie za darmo. Sprawdzamy kiedy i dla kogo dostępne jest znieczulenie ogólne na NFZ.



AB/0136

Dzienny Dom Pobytu

DLA OSÓB Z CHOROBYMI OTĘPIENNYMI,
W TYM Z CHOROBY ALZHEIMERA

- ✓ Od poniedziałku do piątku od 7.00-15.00
- ✓ Wyżywienie (3 posiłki dziennie)
- ✓ Warsztaty terapii zajęciowej
- ✓ Fizjoterapia
- ✓ Opieka pielęgniarska
- ✓ Opieka lekarska



STOWARZYSZENIE NA RZECZ
WSPIERANIA RODZIN
NOWE PERSPEKTYWY

Prowadzimy BEZPŁATNE konsultacje specjalistyczne

- | | |
|-------------------|----------------------|
| • psycholog, | • terapeuta rodzin, |
| • neuropsycholog, | • terapeuta ręki, |
| • prawnik, | • psychiatr, |
| • neurologopeda, | • pedagog specjalny. |

Zapisy pod numerem 533 523 043**Stowarzyszenie na rzecz wspierania rodzin Nowe Perspektywy**

ul. Lubońskiego 2
26-604 Radom

www.noweperspektywy.radom.pl
perspektywy.nowe@gmail.com

Zadanie publiczne dofinansowane ze środków budżetu Województwa Mazowieckiego



Lęk przed dentystą sprawia, że często unikamy wizyt w gabinecie stomatologicznym. To duży błąd. Stan naszych zębów wpływa m.in. na kondycję serca. Poza tym przez ostatnie lata wiele się zmieniło i usługi dentystyczne są pozbawione bólu. Przypominamy, kto może ubiegać się o leczenie w znieczuleniu ogólnym na NFZ.

Leczenie zębów w znieczuleniu ogólnym

Leczenie zębów w znieczuleniu ogólnym na NFZ przysługuje określonej grupie, a mianowicie:

- wszystkim niepełnosprawnym dzieciom i młodzieży do ukończenia 16. roku życia – na podstawie orzeczenia o niepełnosprawności po ukończeniu 16. roku życia;
- wszystkim osobom niepełnosprawnym w stopniu umiarkowanym i znacznym – na podstawie orzeczenia o stopniu niepełnosprawności.

Wbrew pozorom to bardzo istotne, ponieważ łatwo wyobrazić sobie sytuację, kiedy taki pacjent z upośledzeniem umysłowym siada na fotel, a przez ograniczenia, które mu towarzyszą, nie jest w stanie utrzymać stałej pozycji zbyt długo.

Nie brakuje również sytuacji, gdy niepełnosprawna osoba nie rozumie niektórych komunikatów i potrzebuje innej formy leczenia. Wówczas bardzo pomocne dla niej i stomatologa jest skorzystanie z prawa do leczenia w znieczuleniu ogólnym.

Jak informuje portal Infodent24, wskazaniemi do podania narkozy są takie sytuacje jak:

- skomplikowane i wieloetapowe leczenie,

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

O00403

• konieczność usunięcia dużej ilości zębów w krótkim czasie,

• dentofobia.

Niestety okazuje się, że w prywatnych gabinetach za jedną godzinę narkozy musimy zapłacić od 700 do 1700 złotych, a sama konsultacja anestezjologiczna to koszt ponad 200 złotych. Zatem w sumie rachunek może okazać się kolosalny!

Kto może podać znieczulenie ogólne w gabinecie dentystycznym?

Warto skonsultować kwestię znieczulenia ogólnego w wybranym punkcie stomatologicznym, ponieważ okazuje się, że w Polsce nie ma zbyt wielu punktów oferujących wykonanie tej usługi na NFZ.

Powód jest prosty, a mianowicie chodzi o spełnienie wymagań dotyczących wykształcenia w tym zakresie. Otóż dentysta musi posiadać przynajmniej specjalizację pierwszego stopnia z chirurgii stomatologicznej lub ogólnej.

Znieczulenie ogólne mogą podać m.in. takie osoby jak:

- specjalista w dziedzinie stomatologii zachowawczej z endodoncją,
- specjalista w dziedzinie stomatologii dziecięcej,
- specjalista w dziedzinie perio-

CENTRUM ZDROWIA OKA

Chrobrego 42/4, Radom

Nowoczesna Okulistyka

- leczenie zaćmy
- leczenie jaskry
- leczenie AMD
- leczenie zezów
- badanie pola widzenia
- pomiar ciśnienia oczu
- badanie wzroku u dzieci
- zabiegi laserowe oczu

Laser przedniego odcinka oka
Laser siatkówkowy
Tomograf komputerowy OCT
Autorefraktometr
USG oczu
Perymetr
Tonometr
Pachymetr

NFZ

Współpracujemy z najlepszymi lekarzami

OPTYK - bezpłatne badanie wzroku (przy zakupie okularów)
okulary nawet w ciągu 1H od zamówienia.

Czynne: PN-PT 9-18 zapisy: 723 155 155

www.okulistyka.radom.pl

O/0361

dontologii,

- pielęgniarka z tytułem specjalisty w dziedzinie pielęgniarstwa anestezjologicznego i intensywnej opieki,

- lekarz posiadający co najmniej specjalizację I stopnia w zakresie anestezjologii i intensywnej terapii lub anestezjologii, lub anestezjologii i reanimacji.

Choć lista długa, to w gabinetach dentystycznych posiadających kontrakt z Narodowym Funduszem Zdrowia w dużej mierze spotkamy głównie stomatologów bez wymienionych specjalizacji, zwłaszcza w mniejszych miejscowościach. A to utrudnia dostęp do leczenia zębów w znieczuleniu ogólnym.

Planujesz leczenie zębów pod narkozą? Wykonaj te badania

Znieczulenie ogólne wymaga właściwej oceny stanu zdrowia pacjenta. Ostateczną decyzję podejmuje stomatolog, natomiast warto zaznaczyć, że przed

wizytą należy wykonać następujące badania: morfologia, Sód (Na), Potas (K), mocznik, kreatynina, wskaźnik INR (krzepliwość krwi), EKG (może być bez opisu).

Jak wskazuje jedna z przychodni rodzinnych, w której realizowane jest leczenie w znieczuleniu ogólnym, konieczne jest także wypełnianie ankiety anestezjologicznej. Pacjent przed rozpoczęciem leczenia musi przedłożyć informację o stanie zdrowia od lekarza prowadzącego (lekarz POZ lub specjalista).

Szczegółowa lista świadczeń wykonywanych w ramach znieczulenia ogólnego na NFZ zamieszczona jest w Obwieszczeniu Ministra Zdrowia z dnia 12 października 2021 r. w sprawie ogłoszenia jednolitego tekstu rozporządzenia Ministra Zdrowia w sprawie świadczeń gwarantowanych z zakresu leczenia stomatologicznego (Dz.U. 2021 poz. 2148).

Źródło: poradnikzdrowie.pl

VISION CENTER
Dbamy o Twój wzrok

- Kompleksowe badanie wzroku
- Bezpłatne przesiewowe badania wzroku u dzieci
- Dobór soczewek kontaktowych

Vision Center Salony optyczne

Radom,

ul. Królowej Jadwigi 21

tel.: 794 063 610

Poniedziałek-Piątek 10-18

O/0525

SPECJALISTYCZNY GABINET OKULISTYCZNY

lek. Anna Dusińska-Kamińska

specjalista chorób oczu

tel. lekarza 600 951 229

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

48 385 18 12

przyjęcia czwartek 16⁰⁰-19⁰⁰

ul. Daszyńskiego 7

O/0273

OKULISTYKA
www.zdrowko.com

OPTYK
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

DERMATOLOGIA
www.zdrowko.com

OKULISTYKA
www.zdrowko.com

PRYWATNA PRZYCHODNIA STOMATOLOGICZNA**ALDENT - T. A. KĘPA**

Radom, ul. Armii Krajowej 1a
tel. **48 366 76 17**

Czynne od poniedziałku do piątku 16.00 - 21.00

RTG zębów pantomograficzne i punktowe

Leczenie zachowawcze,
chirurgiczne, implantologiczne, protetyczne

**SZWE DENTAL**

gabinet stomatologiczno-protetyczny

poniedziałek - piątek : 9.00-18.00
sobota : 9.00-13.00

ul. Romualda Traugutta 6, Radom
48/362 49 22 794 101 801

NZOZ DENT-ARTIS

lek. stom. **Bożena Domańska**

lek. stom. **Anna Domanska**

Radom,
ul. Waryńskiego 9a lok. 7 I piętro
tel.: **48 334 14 25**

Czynne codziennie
sobota po wcześniejszym uzgodnieniu

LECZENIE:

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

LECZENIE BEZ BOROWANIA
metodą abrazji wodno-powietrznej

Bogactwo natury – jarzębina

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

**NOWY PUNKT
POBRAŃ**

LABORATORIUM MEDICA
ul. Bławatna 2
ZAPRASZAMY OD:
7:00 - 15:00

MEDICA
laboratorium analiz medycznych
www.medica.radom.pl

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

Jarzębina rośnie nie tylko w lasach, ale także w parkach, ogrodach i wzdłuż ulic – jest bowiem drzewem ozdobnym. Kwitnie w maju, ale najpiękniej wygląda jesienią, gdy w pełni dojrzałe owoce nabierają szkarłatnoczerwonej barwy. Kuliste i mięsiste jagody są w smaku gorzkie i cierpkie. Utrzymują się na drzewie jeszcze dość długo po opadnięciu liści. Jarzębinę znać, ale czy wiedzieliście, że jej owoce są wykorzystywane w przetwórstwie? Czy jarzębinę można jeść?

Właściwości lecznicze

Kwiaty jarzębiny zawierają: karotenoidy, antocyjany, kwasy organiczne. Kwiaty jarzębiny działają: moczopędnie, rozwalniająco, ale dość łagodne i najczęściej stosowane są u dzieci.

Owoce jarzębiny mają bardziej wszechstronne właściwości. Zawierają: kwasy organiczne, karotenoidy, substancje garbnikowe, gorycze, węglowodany (najważniejszym z nich jest alkohol cukrowy – sorbitol), witaminę C, prowitaminę A.

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

Świeże owoce są niejadalne

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

Wartości odżywcze

Owoce jarzębu, znanego, powszechnie rosnącego u nas drzewa, są ozdobą jesiennego krajobrazu.

Dokończenie na str. 13.

IMPLANT DENTIST

ul. Zakręt 6,
Radom
tel. 607 576 849

dr Grzegorz Romaszekiewicz
spec. chirurgii szczękowo-twarzowej

od 25 lat zajmuje się implantologią autor publikacji i wystąpień na konferencjach implantologicznych w kraju i za granicą.
Prowadzi kursy doskonalące z implantologii dla lekarzy.

dr n.med Michał Bartczak
spec. ortodoncji

W latach 1998-2007 Asystent w zakładzie Ortodoncji UM Łódź
Autor publikacji i wystąpień na Zjazdach Naukowych w kraju i zagranicą.
Tłumacz szeregu podręczników w zakresie Ortodoncji i Stomatologii.

Szkolne Gabinety Stomatologiczne

perlament
OSKAR BUCZYŃSKI

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia

- profilaktyka stomatologiczna
- pełny zakres leczenia zębów
- „białe plomby” kompozytowe (bez dopłat)
- ortodoncja
- chirurgia stomatologiczna
- RTG, Pantomogram
- konsultacje specjalistyczne
- wizyty adaptacyjne dla najmłodszych
- gaz rozwesalający (podtlenek azotu)
- leczenie w znieczuleniu ogólnym (narkoza)

Wszystkie procedury leczenia i profilaktyki dla dzieci i młodzieży do ukończenia 18 roku życia **BEZPŁATNE**

Szkolne Gabinety Perlament znajdują się w Radomiu, Iłży, Pionkach, Jedlni-Letnisko, Wierzbicy, Goździe, Skaryszewie, Wolanowie, Wieniawie i Kłwowie.

Przychodnia Stomatologiczna
PERLAMENT Oskar Buczyński

umów się na wizytę :)
tel.: 698 043 998

ORTODONTA
Joanna Lange
specjalista ortodonta

ul. Kozienicka 68
Gołębiów

Wejście z boku

tel: 506 984 208

ortodonta

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

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

przyjmuje: wt., czw., pt. od 16
Radom,
ul. Żeromskiego 92 lok. 2C II piętro

605 384 773
48 363 53 66

LUXDENT
Gabinet Stomatologiczny
Dariusz Szydło

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

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

Godziny przyjęć: pn. pt. 9.00 do 18.00
sobota 9.00 do 14.00

Informacje i zapisy: **695 726 422**
48 360 64 36

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

Bogactwo natury – jarzębina

Dokończenie ze str. 11.

Koralowe, kuliste owoce to doskonałe źródło witaminy C (35-45 mg w 100 g, czyli mniej więcej tyle, co w cytrusach) i beta-karotenu. Zawierają też witaminy z grupy B, witaminę K, potas, sód, magnez i miedź. Mają też kwasy organiczne, antocyjany, flawonoidy, garbniki, pektyny i cukry.

Jarzębina leczy i wzmacnia

Owoce jarzębiny wchodziły w skład wielu mieszanek ziołowych. Najpopularniejsze są te o działaniu przeczyszczającym, moczopędnym i przeciwzapalnym. Pomagają one przy zaburzeniach jelitowych (zaparciach, skłonności do wzdęć),

dolegliwościach nerek i pęcherza, regulują przemianę materii.

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

Przepisy

Na problemy z pęcherzem

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



pół szklanki jako lek przeciwbiegunkowy i moczopędny.

Na bóle nerek i wątroby

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

Dla wzmocnienia pracy serca

Pij 3 razy dziennie po pół szklanki wywaru z owoców jarzębiny.

Przepis na wywar z jarzębiny: Do 200 ml wody wsyp 2 łyżki suszonych owoców jarzębiny. Gotuj przez pół godziny. Łyżkę rozgniecionych owoców jarzębiny zalej szklanką zimnej wody i zostaw na noc pod przykryciem. Rano przecedź. Popijaj w ciągu dnia przy problemach z wypróżnieniem.

Kiedy zbierać jarzębinę na przetwory?

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

Natomiast zbiór owoców jarzębiny przeprowadza się, kiedy zaczynają one dojrzewać i uzyskują czerwoną barwę. Ścina się całe baldachy, a owoce oddziela się już po ususzeniu. Na przetwory – galaretki, dżemy – świeże owoce należy przetrzymać przez 1-2 dni w zamrażalniku lub zbierać je dopiero po jesiennych przymrozkach – mają wtedy łagodniejszy smak i są mniej gorzkie. Zawierają za to mnóstwo witaminy C, więc mogą być bardzo smacznym uzupełnieniem kuracji antyprzeziębieniowych.

Źródło: poradnikzdrowie.pl



PORADNIE SPECJALISTYCZNE

Kierownik: Bogumiła Odzimek, psycholog kliniczny

26-600 Radom, ul. Główna 12

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

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

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

PRZYJMUJE ZESPÓŁ WYKWALIFIKOWANYCH, DOŚWIADCZONYCH SPECJALISTÓW:

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



- rehabilitacja słuchu i mowy (dla dzieci i dorosłych)

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

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

Udzielamy informacji, od jakiego specjalisty powinno być skierowanie.

OFERTA DLA DZIECKA MAŁEGO

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

lek. med. **Piotr Słyk**

specjalista chorób dziecięcych, radiolog

USG

**SPECJALISTYCZNY
GABINET PEDIATRYCZNY
oraz BADANIA**

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

Wtorek 14⁰⁰-15⁰⁰, Środa 15³⁰-17⁰⁰

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

ZDROWIE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

PORADNIE
www.zdrowko.com

PORADNIE
www.zdrowko.com

PEDIATRIA
www.zdrowko.com

**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
NZOZ

Radom, ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)

N/0316

tel. 606731821**Tomasz Paciejewski**
specjalista neurochirurg

PRZYJMUJE

Radom:
Gabinet prywatny
ul. Główna 12rejestracja,
tel.: 575 149 918

N/0544

Leki na ADHD hamują wzrost i szkodzą sercu? Alarmujące wyniki nowych badań

Wsparcie farmakologiczne bywa kluczowym elementem w radzeniu sobie z codziennymi trudnościami u najmłodszych zmagających się z ADHD. Jednak terapia często trwa latami, czyli znacznie dłużej niż okres, dla którego istnieją rzetelne dowody na jej bezpieczeństwo. Okazuje się, że wieloletnie przyjmowanie leków na ADHD może nieść za sobą konsekwencje dla zdrowia.

Szwedzkie badanie ujawnia, że wieloletnie przyjmowanie leków na ADHD zwiększa ryzyko chorób serca o 23%. Ośmioletnie leczenie stymulantami zwiększa ryzyko uszkodzenia mięśnia sercowego aż o 57%.

Stosowanie leków na ADHD w okresie dorastania może obniżyć ostateczny wzrost dziecka nawet o 4 centymetry w porównaniu ze zdrowymi rówieśnikami.

Analiza naukowców wskazuje, że

dzieci przyjmują leki znacznie dłużej, niż potwierdza to ich udokumentowane bezpieczeństwo.

ADHD u dziecka. Czy leki na ADHD są bezpieczne?

Decyzja o rozpoczęciu leczenia farmakologicznego ADHD u dziecka jest dla wielu rodziców niezwykle trudna i wiąże się z licznymi pytaniami. Jedno z kluczowych dotyczy tego, jak długo taka tera-

0 zł prowizji i rata gra!

Pożyczka Fit
RRSO 11,47%**Połącz zobowiązania finansowe i płać tylko
jedną ratę w miesiącu zamiast kilku.**

Zapraszamy do kontaktu:

Radom: ul. Traugutta 17A, tel. 48 340 01 85, 607 870 158**ul. Żeromskiego 28, tel. 48 340 40 66, 695 450 602****www.kasastefczyka.pl****801 600 100**

Przykład reprezentatywny z dnia 30.12.2024 r. dla Pożyczki Fit: Całkowita kwota kredytu wynosi 94 480,00 zł. Zmienna roczna stopa oprocentowania dla całkowitej kwoty kredytu wraz z kredytowanymi kosztami (prowizja: 0 zł / 0%, opłata za dwa przelewy: 20 zł) wynosi 10,90%. Rzeczywista roczna stopa oprocentowania (RRSO): 11,47%. Czas obowiązywania umowy – 107 miesięcy, 106 miesięcznych rat równych: 1384,64 zł oraz ostatnia, 107. rata: 1384,86 zł. Całkowita kwota do zapłaty: 148 156,70 zł, w tym odsetki: 53 656,70 zł.

Decyzja kredytowa zależy od indywidualnej oceny zdolności kredytowej. Pożyczka Fit umożliwia konsolidację zobowiązań zaciągniętych wyłącznie w innych instytucjach finansowych. Koszt połączenia wg taryfy operatora.

Przyjdź do Placówki Pośrednika Kredytowego: spółki Stefczyk Finanse S.A. z siedzibą w Gdyni przy ul. Legionów 126-128, wpisanego do KRS w Sądzie Rej. Gdańsk-Północ w Gdańsku VIII Wydz. Gosp. KRS pod nr. 0000677966, kapitał zakładowy: 417.273.120,00 zł (wpłacony w całości), NIP: 586-227-30-23, umocowanego do dokonywania czynności faktycznych i prawnych w imieniu i na rzecz SKOK im. F. Stefczyka z siedzibą w Gdyni, związanych z przygotowaniem, oferowaniem, zawieraniem i wykonywaniem umów o kredyty.

**KASA STEFCZYKA***Zawsze u siebie*

pia powinna trwać. Analiza przeprowadzona przez naukowców z uniwersytetów w Turku i Helsinkach rzuca na tę kwestię nowe światło.

Okazuje się, że dzieci przyjmują leki na ADHD (czyli zespół nadpobudliwości psychoruchowej z deficytem uwagi) średnio przez ponad trzy lata, a co czwarty mały pacjent kontynuuje leczenie przez siedem lat i dłużej. Tymczasem wiedza na temat bezpieczeństwa preparatów stosowanych w leczeniu ADHD pochodzi głównie z badań trwających zaledwie rok.

Rozbieżność ta jest źródłem niepokoju nie tylko dla rodziców, lecz także dla ekspertów, ponieważ oznacza, że dzieci i młodzież często przyjmują leki przez okres znacznie dłuższy, niż ten, dla którego istnieją solidne dowody naukowe. Brakuje przede wszystkim wiarygodnych, kontrolowanych badań klinicznych (czyli takich, gdzie jedna grupa otrzymuje lek, a druga placebo, by obiektywnie ocenić jego skuteczność i bezpieczeństwo) obejmujących wiele lat.

Fińska analiza wskazuje też na pewne nieoczekiwane prawidłowości – na przykład chłopcy są leczeni częściej i dłużej niż dziewczynki. Najdłużej terapię kontynuują chłopcy, którzy zaczęli ją w wieku 6-8 lat. W tej grupie średni czas leczenia wyniósł ponad sześć lat, a u co czwartego z nich przekroczył nawet dziewięć lat.

Skutki uboczne leków na ADHD. Jak wpływają na serce i ciśnienie krwi?

Jedną z głównych obaw związanych z wieloletnią farmakoterapią jest jej wpływ na serce i układ krążenia. Szwedzkie badanie, które ukazało się na łamach czasopisma medycznego „JAMA Psychiatrii”, wykazało, że stosowanie leków na ADHD dłużej niż pięć lat może wiązać się ze wzrostem ryzyka chorób sercowo-naczyniowych o 23%. Wśród najczęściej diagnozowanych problemów znalazło się nadciśnienie tętnicze.

Inna analiza, której wyniki opublikowano w bazie naukowej PubMed Central (PMC), sugeruje, że każdy kolejny rok terapii zwiększa to ryzyko o dodatkowe 4%, przy czym największy wzrost obserwuje się w ciągu pierwszych trzech lat. Te obserwacje potwierdzają również inne analizy. Jak podaje czasopismo „The Lancet Psychiatrii”, przegląd 102 badań z udziałem blisko 23 tysięcy osób wykazał, że leki na ADHD mogą w niewielkim, ale zauważalnym stopniu podnosić ciśnienie krwi i tętno.

Z kolei badanie zaprezentowane przez American College of Cardiology, skupiające się na młodych dorosłych, pokazało, że przyjmowanie leków stymulujących przez osiem lat zwiększało ryzyko rozwoju kardiomiopatii (choroby osłabia-



SKLEPY MEDYCZNE Z KOMPLEKSOWĄ OFERTĄ

armed-ort.pl



**ORTOTYKA I PROTEZY
KOŃCZYN**



**INDYWIDUALNE WKŁADKI
ORTOPEDYCZNE DRUKOWANE
W DRUKARCE 3D**



LECZENIE BEZDECHU

**POMOC W UZYSKANIU DOFINANSOWAŃ
MOPS/PCPR/PFRON**

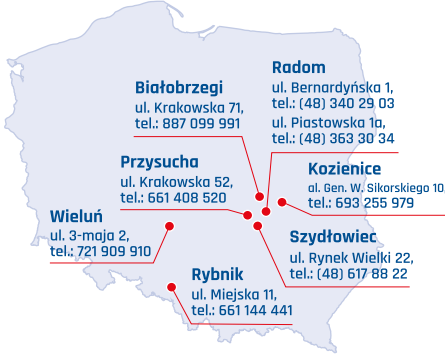
REALIZUJEMY WNIOSKI NFZ

WYKWALIFIKOWANA KADRA

**OFERUJE POMOC W DOBORZE SPRZĘTU
I WYROBÓW MEDYCZNYCH**

OFERUJEMY:

- artykuły sanitarno-higieniczne
- kosmetyki specjalistyczne
- obuwie ortopedyczne
- wkładki
- akcesoria do odciążenia stóp
- peruki
- protezy piersi
- bielizna dla amazołek
- produkty opatrunkowe
- urządzenia medyczne
- sprzęt rehabilitacyjny
- wyroby ortopedyczne i rehabilitacyjne
- wypożyczalnia sprzętu.



Białobrzegi
ul. Krakowska 71,
tel.: 887 099 991

Przysucha
ul. Krakowska 52,
tel.: 661 408 520

Wieluń
ul. 3-maja 2,
tel.: 721 909 910

Rybnik
ul. Miejska 11,
tel.: 661 144 441

Radom
ul. Bernardyńska 1,
tel.: (48) 340 29 03
ul. Piastowska 1a,
tel.: (48) 363 30 34

Kozienice
al. Gen. W. Sikorskiego 10,
tel.: 693 255 979

Szydłowiec
ul. Rynek Wielki 22,
tel.: (48) 617 88 22

jącej mięsień sercowy). Autorzy podkreślają jednak, że choć procentowy wzrost ryzyka może brzmieć niepokojąco, to bezwzględna szansa na wystąpienie tych schorzeń u konkretnej osoby wciąż pozostaje niska.

Leki na ADHD a wpływ na wzrost i wagę

Zdrowie serca to nie jedyny obszar, który budzi zainteresowanie. Długotrwałe leczenie ADHD wpływa też na rozwój fizyczny dzieci. Amerykańska Agencja Żywności i Leków (FDA) zwróciła uwagę na ryzyko utraty wagi u dzieci poniżej 6. roku życia. Z kolei badacze z Australii zaobserwowali, że u chłopców leczonych stymulantami przez co najmniej trzy lata, może dochodzić do opóźnienia wzrostu i rozwoju płciowego.

Potwierdza to jedno z najdłuższych badań w tym temacie, trwające aż 16 lat, którego wyniki opublikowano w bazie PMC. Wykazało ono, że konsekwentne

stosowanie leków na ADHD w okresie dorastania wiązało się z niższym ostatecznym wzrostem w dorosłości, średnio o około 4 centymetry.

Źródło: poradnikzdrowie.pl

JAROSŁAW KOSOWSKI

specj. NEUROLOG

Radom,
ul. Focha 12/7

rejestracja:
tel. 608460030

przyjmuje
w poniedziałki i środy od godz. 16



GABINET NEUROLOGICZNY

Jakub Szymon Miśta
specjalista neurolog

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

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

prof. dr hab. n. med.

Jan Krzysztof Podgórski

NEUROCHIRURG

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

Zapisy tel. poniedziałku do piątku.
tel.: 606 999 655

GABINET HEMATOLOGICZNY

Radom, ul. Królowej Jadwigi 13 gab. 29

Jolanta Wójcik

specjalista chorób wew. hematolog

wtorek, czwartek 16-18

tel. **608 490 043**

Justyna Górlicka-Szymczyk

specjalista onkologii klinicznej

środa 15.30 - 18.30

tel. **510 241 715**

AF/0338

Ilek. Jakub Stasiak

specjalista psychiatrii

umawianie wizyt

prywatnych,

także DOMOWYCH

tel.: **692 764 868**

w godz.: 15-18

S/0331

Jan Kopacz

LEK. PSYCHIATRA

Przyjmuje prywatnie

w poniedziałki od godziny 15 w Radomiu,

ul. Skrajna 113 (Mój Lekarz Radom)

Rejestracja pacjentów: tel.: **694 88 00 44**

SPECJALISTYCZNY GABINET PSYCHIATRYCZNY

Leczenie zaburzeń nerwicowych, depresji i psychoz.

Agata Nowakowska

lekarz specjalista psychiatrii

tel: **506 472 466**

Robert Nowakowski

lekarz specjalista psychiatrii

tel: **502 258 348**

S/0308

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

Jak skutecznie pomóc dziecku z nadwagą? Eksperti wskazują 3 kluczowe elementy

W zalewie fastfoodów i wszechobecnego cukru troska o prawidłową wagę dziecka to dla wielu rodziców konieczność. Okazuje się jednak, że popularne programy edukacyjne, które miały im w tym pomagać, nie przynoszą oczekiwanych rezultatów. Skuteczne podejście do otyłości u dzieci wymaga spojrzenia w zupełnie inną stronę, niż dotychczas sądzono.

Analiza 17 badań ujawnia, dlaczego popularne programy dla rodziców nie chronią najmłodszych dzieci przed otyłością.

Już co trzecie polskie dziecko w wieku wczesnoszkolnym zmagają się z nadmierną masą ciała. Eksperti wskazują, że czynniki środowiskowe mają

często większy wpływ na wagę dziecka niż same domowe nawyki. Opóźnienie w diagnozie ciężkiej otyłości u dzieci w Polsce wynosi średnio aż siedem lat. Badania na tysiącach dzieci potwierdzają, że skuteczna terapia otyłości musi łączyć trzy kluczowe elementy.

Otyłość u dzieci. Programy wsparcia dla rodziców zawodzą

Rodzice małych dzieci stają przed wieloma wyzwaniami, a dbanie o zdrowie malucha jest jednym z najważniejszych. Dlatego wyniki najnowszej, szeroko zakrojonej analizy mogą być dla wielu zaskoczeniem. Według metaanalizy opublikowanej na łamach czasopisma „The Lancet Diabetes & Endocrinology”, programy wspierające rodziców w zapobieganiu otyłości u najmłodszych okazały się niewystarczające.

Badacze z międzynarodowego konsorcjum TOPCHILD przeanalizowali dane z 17 badań, w których uczestniczyło ponad 9000 dzieci z ośmiu zamożnych krajów, takich jak Stany Zjednoczone czy Wielka Brytania. Okazało się, że programy edukacyjne obejmujące okres od ciąży do ukończenia przez dziecko pierwszego roku życia nie wpłynęły na wskaźnik BMI dziecka, gdy kończyło ono dwa lata.

Jak informuje serwis News Medical, formy wsparcia dla rodziców były bardzo różne: od tradycyjnych spotkań grupowych i wizyt domowych, po nowoczesne metody, takie jak porady przez SMS czy aplikacje mobilne. Mimo dobrych intencji nie przyniosły one oczekiwanych rezultatów. To skłania do refleksji nad przyczynami tego niepowodzenia.

Eksperti podkreślają, że otyłość to złożony problem, na który wpływa o wiele więcej niż tylko domowe nawyki. Jak zauważa serwis HealthDay News,

Mój Lekarz Radom.pl

PORADNIA SPECJALISTYCZNA

ul. Skrajna 113, Radom, os. Halinów

NASZ ZESPÓŁ

Urolog – prof. dr hab. n. med. Igal Mor

Neurochirurg – prof. dr hab. n. med. Zbigniew Kotwica

Neurolog – prof. dr hab. n. med. Adam Kobayashi

Urolog – dr Tomasz Kupski

Neurolog – dr Tomasz Hernik

Laryngolog, Alergolog, Anestezjolog – dr Krystyna Budzynowska

Nefrolog, Internista – dr Łukasz Skórka

Kardiolog, Internista – dr Piotr Panin

Kardiolog, Internista – dr Konrad Pajęzowski

Kardiolog, Internista – dr Eliza Słodka

Psychiatra – dr Jan Kopacz

Dermatolog, Lekarz P. Kontakt – dr Jolanta Ostrowska

Chirurg Naczyniowy – dr Grzegorz Noll

Y/0622

Kompleksowa Diagnostyka Internistyczno – Kardiologiczna

Echo serca, badanie żył, tętnic i aorty w obrębie serca, badanie wsierdza i płuc /płyn w płucach/, uszkodzenie mięśnia sercowego. Wizyta lekarska – kardiologiczna, hipertensjologiczna i internistyczna po wizycie pacjent otrzymuje certyfikat z opisem badania.

Cena wyżej wymienionego Kompletu Diagnostycznego 400 zł., czas trwania ok 40 min.

POZOSTAŁE BADANIA: BADANIA WYSIŁKOWE, USG UROLOGICZNE, USG DOPPLER NÓG I TĘTNICY SZYJNEJ, BADANIE EKG, HOLTER EKG, HOLTER CIŚNIENIOWY.

www.mojlekarzradom.pl

Wizyty po uzgodnieniu telefonicznym

694 880 044

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. od 12⁰⁰, śr. od 12⁰⁰, pt. od 9⁰⁰
tel. **603795797**

lek.med. Paweł Kucharski
specj. ginekolog-położnik

PRZYJMUJE:
pon. od 16⁰⁰, wt. od 12¹⁵ czw., od 16⁰⁰, pt. od 11¹⁵
tel. **603688711**

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

G/0343

GABINET GINEKOLOGICZNO-POŁOŻNICZY

USG

FOTEL BTL EMSELLA:

- nieinwazyjne leczenie nietrzymania moczu
- wzmocnienie mięśni dna miednicy

RADIOFREKWENCJA - SECTUM:

- nieinwazyjne leczenie suchości i atrofii pochwy
- obkurczanie ścian pochwy i poprawa napięcia skóry sromu
- zmniejszanie dolegliwości bólowych i skłonności do infekcji intymnych
- poprawa jakości życia seksualnego

KOLPOSKOPIA

lek. Maria Kowalczevska-Bogucka

specjalista położnictwa i ginekologii

☎ **605 589 761**

lek. Barbara Kalbarczyk

specjalista położnictwa i ginekologii

☎ **605 608 944**

Radom, ul. Zbrowskiego 66

www.ginradom.pl

G/0114

Ginekolog - położnik
Małgorzata Hejnar - Szczerbińska
Radom, ul Szewska 5
Zapisy w poniedziałki i wtorki
tel.: **602 288 359, 48 363 15 52**

USG

ogromne znaczenie mają czynniki środowiskowe i społeczno-ekonomiczne (takie jak poziom dochodów, dostęp do zdrowej żywności czy bezpiecznych miejsc do zabawy), na które pojedyncza rodzina ma często ograniczony wpływ.

Co więcej, badacze, na których powołuje się News Medical, przypominają, że pierwszy rok życia dziecka to dla rodziców czas pełen stresu i nowych obowiązków. W takiej sytuacji znalezienie siły na wprowadzanie dodatkowych zmian w nawykach żywieniowych może być niezwykle trudne.

Dokończenie na str. 18.

dr n. med. Andrzej Wypyski
specjalista chirurgii dziecięcej

CHIRURGIA DZIECI I MŁODZIEŻY

Leczenie ran trudnogojących u dzieci i dorosłych.

przyjmuje w Radomiu:

Centrum Bernardyńska tel: 48 386 95 00

Środa – od 16.30, piątek od 11.00

przyjmuje w Grójcu:

Ledamed – tel: 48 366 11 72

we wtorki od 16.30

F/0342

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
- laserowe usuwanie znamion
- 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

lek. med. Jacek Sobaszek
specjalista chirurgii ogólnej, specjalista gastroenterologii

Wtorki:

Centrum Medyczne PZU Zdrowie
ul. Osiedłowa 9, 26-600 Radom
tel. **48 386 90 60**

Wizyty prywatne

na telefon nr: **502 439 242**

- leczenie chorób tarczycy
- usuwanie znamion skórnych
- operacje przepuklin
- zabiegi w zakresie proktologii: diagnostyka, operowanie żylaków, odbytu

F/0152

Specjalistyczny Ośrodek Diagnostyki i Rehabilitacji Dzieci i Młodzieży z Wadą Słuchu



ZAPRASZAMY, tel./fax **48 362 84 74, tel. 48 362 25 02, 696 489 002**
RADOM, ul. Wjazdowa 4 **www.poradniasluchu.radom.pl**

Wszystkie usługi i świadczenia realizowane są w ramach NFZ

ZAKRES DZIAŁALNOŚCI:

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

BEZPŁATNE BADANIE SŁUCHU
KONSULTACJE LARYNGOLOGICZNE

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

- Poradnia Laryngologiczna
- Poradnia Rehabilitacji
- Zaburzeń Słuchu i Mowy
- Poradnia Logopedyczna
- Poradnia Psychologiczna

LEKARZE w ramach NFZ
Małgorzata Mikulska

lek. laryngolog spec. foniatra
poniedziałki od godz. 14.00

Barbara Czapluk

lek. laryngolog
środy od godz. 12.30 - 15.30

PRZYJMUJĄ SPECJALIŚCI:

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

AP/0451

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

Radom, ul. Tęczowa 39

Zapisy i rejestracja pon. - pt.

tel.: 722 341 247

F/0071


PIO-URO-MED
Piotr Grosiak

 Specjalistyczna całodobowa
Praktyka Pielęgniarska

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

**PROFESJONALNA OPIEKA
OPIEKUNEK MEDYCZNYCH**
tel. 693102328
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**
**PIELĘGNIARSKA
OPIEKA DOMOWA**
**BEZPŁATNIE
NA PODSTAWIE**
UMOWY Z NFZ
**ZGŁOSZENIA TELEFONICZNIE
codziennie w godz 8-20**
**48 360 74 52,
600 766 982**

Jak skutecznie pomóc dziecku z nadwagą? Eksperti wskazują 3 kluczowe elementy

Dokończenie ze str. 17.

Co 3. polskie dziecko ma nadwagę. Jak temu zaradzić?

Problem nadwagi i otyłości wśród najmłodszych nie jest lokalnym zmartwieniem, ale globalnym wyzwaniem zdrowotnym. Jak podaje News Medical, na całym świecie już około 37 milionów dzieci poniżej piątego roku życia ma nad-

mierną masę ciała. Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) ostrzegająca, że liczba ta może dynamicznie rosnać, co pokazuje, że dotychczasowe metody zapobiegania mogą być niewystarczające.

Niestety, polskie statystyki również nie napawają optymizmem. Zgodnie z najnowszymi danymi z badania COSI WHO, które przytacza Narodowe Centrum Edukacji Żywieniowej, już co trzecie dziecko w wieku wczesnoszkolnym (33%) w naszym kraju zmagają się z nadmierną masą ciała. Problem ten nieco częściej dotyczy chłopców (36%) niż dziewczynek (30%).

Prognozy na przyszłość, przedstawione przez Światową Federację Otyłości i cytowane na portalu gov.pl, są jeszcze bardziej alarmujące. Szacuje się, że do 2035 roku w Polsce z otyłością może żyć nawet 30% chłopców i 15% dziewczynek. Sytuację pogarsza fakt, że, jak informuje portal Benefit Systems, zaledwie jedno na czworo polskich dzieci jest aktywne fizycznie przez zalecane przez WHO minimum 60 minut dziennie.

Jak skutecznie leczyć otyłość u dzieci? Te 3 elementy są kluczowe

Choć programy edukacyjne skierowane do rodziców nie przyniosły spodziewanych efektów, nie oznacza to, że jesteśmy bezradni. Badania pokazują, że istnieją skuteczne metody pomocy, szczególnie w przypadku starszych dzieci.

Obszerna analiza 34 badań z udziałem ponad 8 tysięcy dzieci w wieku od 5 do 18 lat, której wyniki opublikowano w PubMed Central, wykazała, że największy sukces przynoszą programy łączące



trzy elementy: zmiany w diecie, zwiększenie aktywności fizycznej, wsparcie w zmianie nawyków.

Taka kompleksowa pomoc prowadziła do znacznego zmniejszenia otyłości centralnej (czyli nadmiaru tkanki tłuszczowej gromadzącej się w okolicy brzucha, co jest szczególnie niekorzystne dla zdrowia). Co ważne, najlepsze rezultaty osiągnęto, gdy programy były prowadzone w placówkach opieki zdrowotnej, pod okiem specjalistów.

Otyłość u dziecka. Jak i kiedy się ją rozpoznaje?

Jednym z kluczowych problemów w Polsce jest opóźnienie w diagnozie otyłości u dzieci i rozpoczęciu leczenia. Badanie przeprowadzone w czterech polskich szpitalach dziecięcych, którego wyniki również przytacza baza PMC, pokazało bolesną prawdę. Statystycznie ciężka otyłość pojawiała się u dzieci już w wieku nieco ponad 3 lat, ale do specjalisty trafiały one dopiero jako dziesięciolatk. To oznacza blisko siedem lat zwłoki, w czasie której problem narasta.

Na szczęście pojawiają się systemowe propozycje. W czerwcu prezes Agencji Oceny Technologii Medycznych i Taryfikacji wydał rekomendację, w której zaleca wprowadzenie w szkołach

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. 603 677 401
ul. Kościuszki 1A, Lokal 104, Piętro I
26-600 Radom
www.madamradom.pl



Niepubliczny Zakład
Opieki Zdrowotnej

„ŚRÓDMIEŚCIE 1”

Radom, ul. Staszica 6/8

tel. 48 363 46 14, tel/fax: 48 36 267 28

poradnia dla kobiet - tel.: 48 321 33 63

e-mail: info@nzoz-srodmiescie.pl

czynne w dni powszednie od 8-18

zapisy telefonicznie, osobiście lub

online poprzez www.osoz.pl lub

www.nzoz-srodmiescie.pl

ŚWIADCZYMY USŁUGI MEDYCZNE

BEZPŁATNIE

W OPARCIU O UMOWĘ Z NFZ

Podstawowa Opieka Zdrowotna

Przyjmują lekarze:

Bożena Batory

lek. chorób dziecięcych, neurolog dziecięcy

Agnieszka Godek

spec. med. rodzinnej

Wiesława Korycka

specj. ch. wewn., specj. med. rodzinnej

Agnieszka Lengowska

lek. ch. wewn., specj. med. rodzinnej

Marzena Maksym

spec. ch. dziecięcych, alergolog

Magdalena Opiat

spec. ch. dziecięcych

Iwona Orczykowska

lek. ch. wewn., specj. med. rodzinnej

Barbara Skowrońska-Juskiewicz

specj. chorób dziecięcych

Ambulatoryjna Opieka Specjalistyczna

PORADNIE:

ALERGOLOGICZNA

Marzena Maksym - alergolog

NEUROLOGII DZIECIĘCEJ

Bożena Batory - neurolog dziecięcy

POŁOŻNICTWO - GINEKOLOGICZNA

Wojciech Godek - ginekolog-położnik

PSYCHIATRYCZNA - wizyty komercyjne

Maciej Krąpiec - specjalista psychiatra

PRACOWNIA USG

lek. med. Leszek Mazurkiewicz

- specjalista radiolog - środy

KOMERCYJNE BADANIA USG

(Aparat Logic F6)

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

Z0262

powszechnych badań przesiewowych (czyli prostych pomiarów ciała, jak waga i wzrost) oraz kompleksowych programów wsparcia. To ważny sygnał, że walka z otyłością dzieci wymaga nie tylko zaangażowania rodzin, ale przede wszystkim mądrych, systemowych rozwiązań.

Źródło: poradnikzdrowie.pl

NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ



PRZYCHODNIA GOŁĘBIÓW

rejestracja on line
www.nzoz.radom.pl

C/0269

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

PRZYJMĄJĄ LEKARZE:

Leszek Kopeć

specj. med. rodzinnej, lek. med. ogólnej

Wojciech Pacholicki

specj. medycyny rodzinnej

Wojciech Czekaj

specj. med. rodzinnej, specj. chorób wewn.

Krzysztof Bocheński

specjalista chorób wewnętrznych, endokrynolog

Agnieszka Kania

specjalista chorób dziecięcych

Anna Zielińska-Pacholicka

specj. psychiatra II

Dariusz Łańczyk

specj. ginekolog-położnik

Paweł Mazur

dr n.med. specj. ginekolog - położnik

Miroslaw Kupidura

specj. ginekolog - położnik

Izabella Pacek - Wiśnicka

specj. chorób dziecięcych

Aneta Chwalińska

specj. medycyny rodzinnej

Wioletta Sorbian

specj. chorób wewnętrznych i specj. hipertensjolog

Poradnie specjalistyczne:



- Ginekologiczna

- Psychiatryczna

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

**POSIADAMY CERTYFIKAT
ISO 9001 - 2015**

POSIADAMY AKREDYTACJE

Leon XIV



Robert Francis
Prevost sprawował
urząd przeora gene-
ralnego Augustianów
w latach 2001-2013.
Już wtedy udowodnił,
że jest osobą, która
pozwala na bliskość
i zawsze ma czas i prze-
strzeń dla innych – że jest człowiekiem o łagodnej oso-
bowości. Do znajomego polskiego augustianina, który
po wyborze papieża Leona napisał do współbrata-
papieża krótkiego maila, odpisał mailem po 3 dniach
– o 3 w nocy, podpisując się krótko LEON.

Prevost – to ktoś kto obserwuje i słucha. Wszystko co robi, jest zawsze starannie przemyślane. Papież Leon to nie człowiek od pochopnych decyzji. To człowiek doświadczony, który mimo tylko 2-let-
niego „stażu” w Kurii na Watykanie, uczestniczył
w wielu prowincjalnych i generalnych kapitułach
zakonnych i który dyskutował o wielu nominacjach
w Dykasterii ds. Biskupów. Jako przewodniczący wspo-
mnianej Dykasterii spotykał się niemal co tydzień
(w sobotę) z papieżem Franciszkiem. Leon – jak opisują
to obserwatorzy watykańscy – będzie szedł podobną
jak Franciszek drogą, lecz na pewno nie będzie kopio-
wać swojego poprzednika.

Podczas pobytu prezydenta Joe Bidena w War-
szawie, ten – w Środe Popielcową – chciał wziąć udział
we Mszy świętej, co ostatecznie miało miejsce, mimo
wielu zastrzeżeń. W USA toczyła się bowiem wów-
czas gorąca dyskusja na temat jego osoby. Prezydent
Biden, który deklarował poparcie dla liberalizacji
prawa aborcyjnego, powinien przecież zostać wykluc-
zony – według niektórych biskupów amerykańskich
– z możliwości przyjmowania Komunii świętej. Ówczes-
ny o. Prevost (nie był jeszcze wówczas papieżem)
w rozmowie właśnie na ten temat, usłyszał przypo-
mnienie historii spotkania Jezusa i Zacheusza. Jezus
nie pytał go wtedy, czy się nawróci. Stwierdził tylko,
że jeszcze dziś chce być u niego w domu. „Wiesz co?
To jest przekonujące” – powiedział przyszły papież.

Taki właśnie jest Leon XIV. Uważnie słuchający
i umiejący wyciągać wnioski. Podchodzi do spraw
z wielkim szacunkiem i uznaniem. Spokojnie angażuje
się w sytuacje, obserwuje i analizuje – twierdzą jego
współbracia zakonnici. Po prostu potrafi być dyplomatą,
stwierdzając inni.

Leon XIV nadal utrzymuje kontakt z zakonem.
„Myślę, że odczuwa pragnienie wspólnoty” – stwier-
dza jeden z braci. Augustianie kładą bowiem duży
nacisk na wspólnotę.

28 sierpnia Kościół wspominał św. Augustyna
– założyciela tej wspólnoty. Leon XIV przyznał, że
w życiu gotów jest wyrzec się wielu rzeczy, z wyjątkiem
jednego: nigdy nie zrezygnuje z bycia augustianinem.
Dlatego nie może dziwić, że tego dnia odprawił Mszę
świętą wraz ze swymi współbraćmi, a potem zjadł
w braterskiej atmosferze wraz z nimi obiad.

Trochę przypomina mi to papieża Franciszka,
który – jak o tym tu pisałem przed laty – na początku
pontyfikatu stwierdził, że był, jest i pozostanie jezu-
itą i który, co pewien czas, zaglądał do jezuickiej kurii
– obok Placu Św. Piotra – by w refektarzu zakonnej
wspólnoty spożyć w jej gronie posiłek. Wspólnota
augustianów mieszka także nieopodal Watykanu,
a papież spędził tam wiele lat jako jej przełożony, więc
naturalną rzeczą będzie fakt braterskich odwiedzin
Leona. Bo jak powiedział brat papieża Louis Prevost
– Robert jest zwykłym człowiekiem, który stąpa
twardo po ziemi i „lubi być z ludźmi”.

JT SJ

www.radom.jezuici.pl

Współczesna rehabilitacja – holistyczne podejście do zdrowia

Współczesna rehabilitacja to coś więcej niż tylko leczenie bólu czy kontuzji. To holistyczne podejście do pacjenta, w którym ciało i umysł traktowane są jako jedna całość. Dzięki temu możemy nie tylko przyspieszyć powrót do sprawności, ale także wspierać zdrowie w chorobach przewlekłych i minimalizować ryzyko nawrotów problemów zdrowotnych.

W mojej pracy łączę fizjoterapię i osteopatię, skupiając się na indywidual-

nych potrzebach pacjenta. Stosuję terapię manualną, ćwiczenia funkcjonalne oraz techniki wspierające naturalną regenerację organizmu. Holistyczne podejście pozwala poprawić postawę, zmniejszyć napięcia mięśniowe, a także wspierać prawidłową pracę narządów wewnętrznych, takich jak wątroba czy układ pokarmowy i odpornościowy.

Dodatkowo ważnym elementem mojej pracy jest profilaktyka – edukacja

pacjenta w zakresie ergonomii, aktywności fizycznej, zdrowego stylu życia i nawyków żywieniowych. Dzięki temu możemy zapobiegać problemom, zanim się pojawią, a codzienne funkcjonowanie staje się łatwiejsze i bardziej komfortowe.

Zadbaj o siebie holistycznie i pozwól swojemu ciału odzyskać równowagę oraz energię do życia!

Magister fizjoterapii Damian Kaczor

WROMED AB/0136

Radom, ul. Widok 20, tel. 48 369 95 35

lek. med. Sławomir Wróblewski
specjalista ginekolog-położnik
ENDOKRYNOLOG
pn., śr., czw. od godz. 16

lek. med. Iwona Wróblewska
specjalista chorób wewnętrznych
ENDOKRYNOLOG
lekarz medycyny estetycznej
pn., śr. od godz. 16

zapisy od godziny 11

ZAAWANSOWANE TECHNIKI LECZENIA NIEPŁODNOŚCI

DK-REH
Damian Kaczor
FIZJOTERAPEUTA

- ➔ Osteopatia
- ➔ PNF
- ➔ Masaż tkanek głębokich
- ➔ Elektroterapia:
Tens, Nemec, Kotz
- ➔ Ultradźwięki
- ➔ Lampa Sollux

FIZJOTERAPIA W DOMU PACJENTA

TEL.: 785 195 076
RADOM, WIERZBIKA 99C,
I PIĘTRO GABINET 116



JESIENNA REZYDENCJA SENIORA

*Nowy, luksusowy dom opieki
i rehabilitacji w Radomiu
dla osób w podeszłym wieku,
niepełnosprawnych i przewlekle chorych.*

Oferujemy:

- Całodobową opiekę medyczną,
- Rehabilitację grupową i indywidualną,
- Opiekę lekarską i psychologiczną
- Wyżywienie z uwzględnieniem indywidualnych potrzeb,
- Opiekę duszpasterską,
- Terapię zajęciową, spotkania, koncerty,
- Usługi fryzjersko-kosmetyczne

Radom, ul. Stefanii Perzanowskiej 44
tel.: 533 507 999
www.jesienna.com
e-mail: biuro@jesienna.com

I/0686



CENTRUM ZAOPATRZENIA ORTOPEDYCZNO-MEDYCZNEGO

ort-med



refundacja

NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia

AA/0326

wypożyczalnia / sklepy medyczne / pomoc w uzyskaniu dofinansowań

www.ort-med.eu ort_med@wp.pl [OrtMedRadom](https://www.facebook.com/OrtMedRadom)

ul. Wałowa 4, Radom ☎ +48 386 98 98 / ul. Krychnowicka 1, Radom ☎ +48 535 101 601 / ul. Wschodnia 33, Szydłowiec ☎ +48 608 586 320

Grota Solna



Radom, ul. Chałubińskiego 18

tel. 692 299 875

Właściwości zdrowotne Groty Solnej wynikają z unikatowego mikroklimatu bogatego w pierwiastki takie jak: jod, potas, magnez, miedź, brom.

Działanie zdrowotne Groty:

- wspomaga układ oddechowy: astma, alergia, zapalenie zatok,
- poprawia krążenie,
- wspomaga leczenie chorób reumatycznych,
- wspomaga leczenie trądziku, łuszczycy,
- redukuje stres i problemy z zasypianiem,
- łagodzi objawy nerwicy.



Y/0531

GABINET FIZJOTERAPII I OSTEOPATII

Vita Vi **JAROSŁAW LIPIEC**

masaż leczniczy
terapia powięziowa, terapia manualna
terapia metodą dr Ackermanna (chiropraktyka)
kinesiology taping
rehabilitacja poudarowa
rehabilitacja w bólach mięśni, stawów, kręgosłupa
rehabilitacja po mastektomii

TERAPIA OBRZĘKOWA

- drenaż limfatyczny manualny
- aparatem BOA MAX 2

**BEZPŁATNE BADANIE FIZJOTERAPEUTYCZNE
REHABILITACJA DOMOWA**

Radom, ul. Chrobrego 52 lok 4
tel. 608 363 476

[gabinet fizjoterapii Vita Vi](https://www.facebook.com/gabinet.fizjoterapii.vita.vi)

R/0360



MEDICON

PRZYCHODNIA & SZPITAL

**PROWADZIMY ZAPISY
do lekarzy POZ**

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

- Podstawowa Opieka Zdrowotna
- Poradnie Specjalistyczne
- Medycyna Pracy
- Badania laboratoryjne i diagnostyczne
- Kardiologia dla dorosłych i dzieci (echo serca, holter EKG, holter ciśnieniowy, testy wysiłkowe)
- Neurologia
- Dietetyk
- USG Doppler naczyń
- USG i RTG cyfrowe
- Poradnia preluksacyjna **NFZ** (USG bioderek dzieci na KRÓTKIE TERMINY)
- Poradnia wad postawy **NFZ**

I WIELE INNYCH SPECJALIZACJI.



Radom, ul. Gagarina 1

infolinia 48 367 15 10
recepty@medicon.com.pl
medycynapracy@medicon.com.pl
www.medicon.com.pl

Z/0073

LECZENIE SZPITALNE

KRÓTKIE TERMINY!

zespół chirurgii jednego dnia w zakresach:

- ginekologia **NFZ** Histeroskopia
- chirurgia ogólna i naczyniowa
- otolaryngologia
- ortopedia i traumatologia narządu ruchu

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

SKLEPY MEDYCZNE

REHABILITACJA

ZDROWIE

MEDICON

MEDICON

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

Radomskie Centrum Onkologii wykonało setną operację robotyczną!

Robot da Vinci wykorzystywany jest w Radomskim Centrum Onkologii do leczenia nowotworów jelita grubego, prostaty, a od niedawna także – raka trzonu macicy.

Dzięki wysoce wykwalifikowanej kadrze medycznej i zaufaniu Pacjentów, operacje robotyczne zostały zastosowane już 100 razy!

– To wielki sukces naszego wysoce wykwalifikowanego grona specjalistów, a także naszych Pacjentów – przyznaje Anna Tomczyk-Czerwińska, rzecznik prasowa Radomskiego Centrum Onkologii. – Dziękujemy za Wasze zaufanie i obiecujemy dalej rozwijać nasze usługi, zapewniając dostęp do nowoczesnych świadczeń medycznych i profesjonalnego Zespołu! – dodała.

Pierwsze operacje robotyczne wykonane przez naszych specjalistów odbyły się pod koniec grudnia ubiegłego roku – wsparcie robotyczne zastosowane zostało przy operacjach jelita grubego. W pierwszym kwartale tego roku poszerzyliśmy zakres leczenia o operacje prostaty – prostatektomia wykonana pod okiem urologów Radomskiego Centrum Onkologii kwalifikowana jest w naszej Placówce od marca. Natomiast od niedawna operacje przy wsparciu robota da Vinci wykonywane są także w przypadkach nowotworów ginekologicznych – na początku sierpnia informowaliśmy o pierwszej operacji raka trzonu macicy. Rozwijająca się dziedzina,



jaką są operacje robotyczne w Radomskim Centrum Onkologii, sprawiła, że w połowie września do Zespołu Specjalistów Radomskiego Centrum Onkologii dołączył dr hab. n. med. Jakub Radziszewski, prof. URad.

Posiada on ponad 30-letnie doświadczenie w zakresie leczenia chirurgicznego chorób nowotworowych. Specjalizację z chirurgii uzyskał, pracując w Klinice Chirurgii Ogólnej i Chorób Klatki Piersiowej Akademii Medycznej w Warszawie. Później związał się z Centrum Onkologii – Instytutem im. M. Skłodowskiej-Curie w Warszawie. Użył tytuły: specjalisty w zakresie chirurgii onkologicznej (1994), dr n. med. (1997), dr hab. n. med. (2014). Był stypendystą licznych staży w cenionych ośrodkach zagra-



nicznych, m.in.: Narodowy Instytut Raka (National Cancer Institute – NCI) w Bethesda, Maryland, USA [Cancer Prevention and Control Academic Course] (1993), Toranomon Hospital, Tokio, Japonia [szkoła chirurgii przełyku i żołądka – prof. Hiroshi Akiyama, Masahiko Tsurumaru, Harushi Udagawa] (1996), Szpital Uniwersytecki w Mannheim, Niemcy [szkoła chirurgii trzustki prof. Michael Trede] (1999).

Od 2007 r. rozwijał w oddziałach chirurgii onkologicznej w Polsce techniki laparoskopowej chirurgii małoinwazyjnej w zakresie leczenia nowotworów jelita grubego (okrężnica, odbytnica), a od 2021 r. technikę z wykorzystaniem robota da Vinci. Legitymuje się

certyfikatem operatora konsolowego dla systemu da Vinci, (2021) ORSI, Melle, Belgia. Ma aktualnie w swoim portfolio ponad 200 operacji wykonanych tą techniką.

Robot chirurgiczny pozwala na przeprowadzanie zabiegów w trudno dostępnych miejscach z nieosiągalną dotychczas precyzją, minimalizując jednocześnie urazy ope-

racyjne i utratę krwi Pacjentów. Dla chorych przekłada się to na skrócenie czasu hospitalizacji i rekonwalescencji, szybszy powrót do aktywności życiowej i zawodowej, a w przypadku operacji urologicznych – osiągnięcie bardzo satysfakcjonujących wyników czynnościowych. Kwalifikacje do operacji ze wsparciem robota da Vinci odbywają się w Poradni. Pacjent przechodzi proces rejestracji w Radomskim Centrum Onkologii, gdzie kierowany jest do Poradni Chirurgicznej. Tam wysoce wykwalifikowany zespół lekarski podejmuje decyzję o kwalifikacji Pacjenta do operacji robotycznej na konsylium, a następnie wyznacza datę zabiegu.

Więcej informacji o operacjach robotycznych z wykorzystaniem systemu da Vinci uzyskają Państwo na stronie Radomskiego Centrum Onkologii w Zakładce „Usługi -> Operacje Robotyczne”.

medistar
SKLEP MEDYCZNY

**BEZPŁATNY DOWÓZ
TOWARU DO INSTYTUCJI**

**REALIZUJEMY
WNIOSKI 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

ADAM KRAJEWSKI

*specjalista dermatolog
specjalista alergolog*

przyjmuje

**poniedziałek, środa 12 - 16
wtorek, czwartek 14 - 16
piątek 11 - 15**

Radom, ul. Żeromskiego 92, lok. 1A

tel. 48 362 12 25

D/0047

PRYWATNY TRANSPORT SANITARNY



TRANS-MED

503 849 387

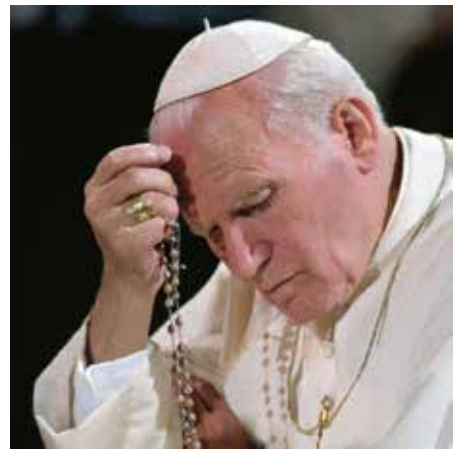
Y/0328

Modlitwa różańcowa

Błogosławiony ks. Jan Macha, męczennik II wojny światowej, często mawiał do swoich wiernych: „Różaniec to najbardziej skuteczna modlitwa. Różańcem mogę się pomodlić w domu, w autobusie i w szpitalu. Może się modlić dziecko i ślepy starzec. Można się modlić, gdy jest widno, ale i gdy jest ciemno”. Te proste słowa oddają uniwersalność modlitwy różańcowej, jej prostotę i zarazem jej głębię. Różaniec bowiem to nie bezmyślne powtarzanie utartych formuł, ale to przede wszystkim rozmyślanie, razem z Maryją, nad życiem Pana Jezusa. Tak tę sprawę widział św. Jan Paweł II i dzisiaj chcemy rozważyć głębiej tej modlitwy.

Musimy jednak zacząć od zaproszenia, aby być uczniem Pana Jezusa. Chrystus powoływał swoich Apostołów, ale również wzywał wszystkich do tego, aby stać się uczniem i Go naśladować. Głosił to w wymagających słowach: „Kto nie dźwiga swego krzyża, a idzie za Mną, ten nie może być moim uczniem” (Łk 14,27)

oraz „Jeśli ktoś chce pójść za Mną, niech się zaprze samego siebie, niech weźmie swój krzyż i niech Mnie naśladuje” (Mk 8,34). Słuchając nauki Zbawiciela, widzimy, że musimy mieć wzrok ciągle wpatrzony w Pana Jezusa. Nie wystarczy raz przeczytać Ewangelię. Trzeba ciągle do niej wracać i rozważać życie naszego Zbawiciela. W Piśmie św. jak i w całej starożytności „bycie uczniem” nie ograniczało się jedynie do studiowania, zdobywania wiedzy czy uczenia się. Więzy między nauczycielem a uczniem były nieraz bardzo silne. Uczniowie często mieszkali u swoich nauczycieli i stanowili coś na kształt rodziny. Przekazywana była nie tylko wiedza, ale sposób postępowania, styl, pewna filozofia życia. Tak samo było z Panem Jezusem i Jego uczniami. Apostołowie ciągle byli razem z Chrystusem. Słuchali Jego nauki, wiedzieli jak żyć i postępować, byli świadkami Jego cudów, dzielili z Nim wszystkie chwile swojego życia. „Szkoła Pana Jezusa” trwała trzy lata. Przez ten czas dobrze nauczili się swojego Mistrza. Kiedy wstąpił do nieba, z pomocą Ducha Świętego, którego otrzy-



mali, odwzorowali styl życia swojego Pana. Myślami ciągle wracali do chwil, kiedy kroczyli za Nim, przemierzając tereny Galilei i Judei.

Współcześni chrześcijanie również powinni naśladować Pana Jezusa. Czynią to, czytając Ewangelię, rozważając życie Pana Jezusa i uczestnicząc w Eucharystii, kiedy to On sam wydaje się za nas. Poznajemy naszego Zbawiciela, gdy rozważamy tajemnice Drogi Krzyżowej czy śpiewamy Gorzkie Żale. Jednak równie doskonałym sposobem rozmyślenia nad życiem Pana Jezusa jest modlitwa różańcowa. Gdy głębiej zastanowimy się nad poszczególnymi tajemnicami różańca, to bez trudu zauważymy, że jest tam zawarte całe życie Chrystusa. Znajdziemy tam scenę Zwiastowania i Ofiarowanie małego Jezusa w świątyni jerozolimskiej, ale również zobaczymy Go przemienionego na Górze Tabor, modlącego się w Ogrójcu czy wreszcie umierającego na krzyżu i zmartwychwstałego. Św. Jan Paweł II pisał, że różaniec to streszczenie Ewangelii. W ten oto sposób dochodzimy do sedna tej modlitwy. Kiedy bierzemy różaniec do ręki i odmawiamy poszczególne tajemnice, to rozważamy całe życie Pana Jezusa. Nie tylko powinniśmy odmawiać formuły modlitewne, ale naszym sercem i rozumem wejść w tajemnicę, którą rozważamy. Regularne powtarzanie: „Zdrowaś Maryjo” uświadamia nam ciągle, że nie czynimy tego sami, ale razem z Matką Jezusa. Św. Jan Paweł II uczył nas, że różaniec to rozmyślanie nad życiem Pana Jezusa razem z Maryją. Ona z miłością przyjęła Słowo Odwieczne i była świadkiem Jego życia. Od Niej chcemy uczyć się naśladować Pana Jezusa i stać się jego uczniem.

ks. Przemysław Wójcik

POSŁUGA DUSZPASTERSKA W SZPITALACH

RSS TOCHTERMANA

EUCHARYSTIA - niedziela - 9³⁰, 10³⁰ - msza święta na Oddziale rehabilitacji, pon. - pt. - 7³⁰.

Kaplica otwarta w godz. 6³⁰ - 21⁰⁰

UDZIELANE SAKRAMENTY:

EUCHARYSTIA: roznoszenie Komunii Świętej:

- codziennie godz. 6³⁰ - 12³⁰.

SPOWIEDŹ: podczas roznoszenia Komunii Św. lub w innym czasie na prośbę chorego lub rodziny.

SAKRAMENT namaszczenia chorych

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

KAPELANI:

ks. kan. Mirosław Bandos, ks. Przemysław Wójcik

TELEFON DYŻURNY: 602307457

MSzS JÓZEFÓW

EUCHARYSTIA z homilią w kaplicy MB z Lourdes

poniedziałek - piątek - 15⁰⁰

sobota, niedziela, święta nakazane - 11⁰⁰

Nabożeństwo różańcowe i adoracja

Najświętszego Sakramentu: pon - pt - 14⁰⁰

sobota, niedziela, święta nakazane - 10⁰⁰

(w tym czasie możliwość skorzystania ze spowiedzi)

SAKRAMENT namaszczenia chorych i pokuty

udzielany jest również na oddziałach szpitalnych

KAPELANI:

ks. Krzysztof Andaś, ks. Bogusław Dawidowicz

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

ze służbowych telefonów na terenie szpitala.

SWPZZPOZ KRYCHNOWICE

EUCHARYSTIA w kaplicy szpitalnej:

od pon. do sob. godz. 7⁴⁵, niedziela o godz. 9³⁰

SPOWIEDŹ: codziennie w kaplicy lub na oddziale

KAPELAN: ks. Mirosław Kszczot,

Diecejalny Duszpasterz Służby Zdrowia:

ks. Przemysław Wójcik

Radomskie Centrum Onkologii

MSZA ŚWIĘTA W KAPLICY SZPITALNEJ:

Niedziele i święta - 9³⁰, dni powszednie pon. - pt. - 11³⁰

Odwiedziny chorych i udzielanie sakramentów św.:

Codziennie (oprócz soboty) - 10⁰⁰ - 11³⁰

oraz w każdym innym czasie na prośbę chorego

lub rodziny. Kaplica jest otwarta przez całą dobę.

KAPELAN: ks. dr Adam Orczyk, tel. 694 697 828

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

Informacje i przyjmowanie ogłoszeń:

Redakcja: Radom, ul. Kusocińskiego 7a/18,

tel.: 601 319 048

internet: www.zdrowko.com zakładka cennik,

e-mail: zbikum@op.pl

lub przez przedstawiciela

Jacka Gumińskiego tel.: 603 401 024

Wydawca nie ponosi odpowiedzialności za treść ogłoszeń i reklam

Najbliższe wydarzenia DSZ

Sobota, 18.10.2025 r. (wspomnienie św. Łukasza) – Różaniec i Msza św. w int. Służby Zdrowia w Katedrze o godz. 17.15.

Apteka

mgr farm. Przemysław Niedziałek

Radom, ul. Gagarina 6 A

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

tel. 48 363 43 41



Zabezpieczenia, teleinformatyka, ochrona.

Monitorowanie systemu zabezpieczeń
z interwencją patrolu.

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

apteka

Apteka rodzinna

Radom,
ul. Czachowskiego 15a
tel 48 362 48 96

poniedziałek - piątek 8-19
sobota 8-13

A/03461



OPERACJE ROBOTYCZNE W RADOMSKIM CENTRUM ONKOLOGII

Precyzja w służbie Pacjentom.

Specjaliści **Radomskiego Centrum Onkologii**
przeprowadzają zabiegi chirurgiczne
z wykorzystaniem systemu **robotycznego!**

Wykorzystywany jest w naszym
szpitalu do leczenia nowotworów:

- jelita grubego,
- prostaty,
- raka trzonu macicy.

Dowiedz się jak **przebiega operacja** przy
wspieraniu systemu robotycznego wchodząc
na stronę: www.onkologiaradom.pl
lub kontaktując się z nami pod numerem:



48 377 90 20

ul. Uniwersytecka 6A, Radom

**APTEKI
OSIEDLOWE**

CHROBREGO 9

tel.: 48 364 07 07

PON-PT 8:00-20:00

SOBOTA 8:00-14:00

aptekachrobrego9@gmail.com

**APTEKI
OSIEDLOWE**

OSIEDŁOWA 9

w budynku

PZU ZDROWIE

tel.: 48 332 07 29

PON-PT 7:30-20:00

SOBOTA 8:00-13:00

aptekaosiedlowa9@gmail.com

**APTEKI
OSIEDLOWE**

**WOLANÓW,
RADOMSKA 1**

tel.: 48 618 79 85

PON-PT 8:00-18:00

SOBOTA 8:00-14:00

aptekawolanow@gmail.com

DORADCA PODATKOWY

Zenona Anna Pierzchała

nr wpisu 00497

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

Prowadzenie ksiąg:

- podatkowych
- handlowych
- ryczałtu, ZUS i płace

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

**KOMPLEKSOWA OBSŁUGA
DUŻYCH I MAŁYCH FIRM**

AD/0214