



Alergia epidemią XXI wieku str. 4

**Mammografia
wyrzecz chorobę** str. 17

**Laparoskopia
a zdrowie kobiety** str. 18

**Innowacyjne okołokorzeniowe
leczenie kręgosłupa** str. 22

Nowa era w odmładzaniu str. 10

Jak żyć z chorobą Alzheimera cz.III str. 6

Leczenie zimnem – krioterapia str. 8

**Psychologiczne aspekty choroby przewlekłej:
cukrzyca vs choroba niedokrwienna serca** str. 15

Spis ogłoszeń

LEKARZE SPECJALIŚCI

ALERGOLOG

Gamed – str. 9
Krajewski Adam – str. 21
Łukasik Ewa • MEDICON – str. 3
Macierzyńska Danuta – str. 14

CHIRURG DZIECIĘCY

Baryłka Krzysztof – str. 8
Wypyski Andrzej – str. 8

CHIRURG NACZYNIOWY

Akademickie Centrum Medyczne – str. 14
Ostrach Andrzej – str. 14
Roszczyk Jadwiga • NEL-MED – str. 8
Terpiłowski Tomasz • VENOMEDICA – str. 14
Wdowik Arkadiusz • VENOMEDICA – str. 14

CHIRURG OGÓLNY

Karasiuk Waldemar – str. 19
Majchrzak Wojciech • PTdental – str. 12
Ostrach Andrzej – str. 14
Roszczyk Jadwiga • NEL-MED – str. 8
Szczęśniak Grzegorz • EUROMED – str. 8
Terpiłowski Tomasz • VENOMEDICA – str. 14
Wieczorek Janusz • MEDJANA – str. 5
Wdowik Arkadiusz • VENOMEDICA – str. 14
Wrzosek Grzegorz • ENDOCARD – str. 15

CHIRURG ONKOLOG

Krajewska Danuta • MEDJANA – str. 5
Majchrzak Wojciech • PTdental – str. 12
Szczęśniak Grzegorz • EUROMED – str. 8

DERMATOLOG

Gamed – str. 9
Krajewski Maciej • ESTIVANCE – str. 10
Macierzyńska Danuta – str. 14

DIABETOLOG

Gamed – str. 9
Jaśkiewicz Anna • EPMED – str. 10
Nazimek Marta – str. 17
Kempa Urszula – str. 14

ENDOKRYNOLOG

Gamed – str. 9
Kempa Urszula – str. 14

GASTROLOG

Drożdżikowski Wiesław – str. 17
Gamed – str. 9
Romanowski Janusz • ENDOMED – str. 22

GINEKOLOG

Gamed – str. 9
Hejnar-Szczerbińska Małgorzata – str. 6
Jóźwiak Piotr • PRO FEMINAE – str. 6
Kielski Piotr • EPMED – str. 10
Nita Zygmunt – str. 6
Świechowski Witold • AGAMED – str. 12

INTERNISTA

Borysowicz Urszula • P.M.R. – str. 6
Gamed – str. 9
Przybyłowicz Waldemar • P.M.R. – str. 6

KARDIOLOG

Kędzior-Biedrzycka Iwona – str. 7
Świągół Paweł – str. 7
Wrzosek Bożena • ENDOCARD – str. 15

LARYNGOLOG

Kielska Ewa • EPMED – str. 10

MEDYCYNĄ ESTETYCZNA

Estivance – str. 10
Mieszkowski Mariusz – str. 19
Vitaderm – str. 19

MEDYCYNĄ PRACY, BADANIA OKRESOWE

Przybyłowicz Waldemar • P.M.R. – str. 6
Pytel Anna • AGAMED – str. 12
POLMEDIC – str. 24

NEUROLOG

Borysowicz Andrzej – str. 20
Chojnacka Marina – str. 20
Dudzińska Ewa – str. 5
Jurkiewicz Grzegorz – str. 20
Kosowski Jarosław – str. 20
Nadgrodkiewicz Krzysztof – str. 20
Olczyk Ziemowit – str. 20

OKULISTA

Akademickie Centrum Medyczne – str. 19
Gamed – str. 9
Krupa Ewa – str. 18
Likowska Elżbieta – str. 19
Nazimek Waldemar – str. 19
Małecka Hanna – str. 19
Szponar Bogusław – str. 19
Wręczycka-Głuchowska Dorota – str. 18

ORTOPEDA

Karaś Marek • MEDICON – str. 3
Kazubiński Hubert – str. 5
Piasta Zbigniew • MEDJANA – str. 5
Sekula Jan • SANUS – str. 8

Świerczek Mirosław • MEDJANA – str. 5
Wypyski Andrzej – str. 8

PEDIATRA

Gamed – str. 9
Kędzior-Biedrzycka Iwona – str. 7
Nazimek Marta – str. 17

PROKTOLOG

Drotlef Bogusław • NEL-MED – str. 17
Noll Krzysztof • VENOMEDICA – str. 14

PSYCHIATRA

Karczewski Andrzej – str. 7
Szczęśniak Ewa – str. 7

PULMONOLOG

Przybytko-Jakubczyk Elżbieta – str. 14

PRZYCHODNIE

Agamed – str. 12
EndoCard – str. 15
Endomed – str. 22
Epmed – str. 10
Gamed – str. 9
Macierzyńska i partnerzy NZOZ – str. 14
Medicon – str. 3
MedJana – str. 5
Nel-Med – str. 17
Polmedic – str. 11, 24
Venomedica – str. 14

STOMATOLOG

Agamed – str. 12
Aurumdent – str. 12
Dent Artis – str. 11
Dental Mar – str. 12
Gamed – str. 9
M-dent – str. 11
PT Dental – str. 12
Stomadent – str. 11
Szwedental – str. 12
Unident – str. 12

UROLOG

Akademickie Centrum Medyczne – str. 10
Alter Andrzej – str. 5
Baryłka Krzysztof – str. 8
Gamed – str. 9
Nierubca Antoni – str. 10

USŁUGI MEDYCZNE

ANALIZY MEDYCZNE

Bałdys Krystyna – str. 22
Lab Medic – str. 14
Medica – str. 3

DIETETYK

Fizjomedica – str. 8
LightBox – str. 20
Life & Diet – str. 19
Medi Diet – str. 11

GIMNASTYKA

Fitnesspark – str. 16

MASAŻ LEZNICZY

Chrobrego – str. 7
FizjoExpert – str. 8
Fizjomedica – str. 8
Reha-complex – str. 9
MedJana – str. 5

OPTYK

BRILEX – str. 19
Grabowscy – str. 18
Likowski – str. 19

OPIEKA PIELEGNIARSKA

Chrobrego – str. 7
Dom Pod Żółtym Dębem – str. 16
Reha-complex – str. 9
Vic-Med – str. 8

ORTODONTA

Lapro_dent – str. 11
Pro-Lab – str. 12

OŚRODKI OPIEKI DŁUGOTERMINOWEJ

Dom Pod Żółtym Dębem – str. 16
Chrobrego – str. 7
Vic-Med – str. 8

PROTETYKA STOMATOLOGICZNA

Lapro_dent – str. 11
Pro-Lab – str. 12

PSYCHOLOG

Gamed – str. 9
Kołątaj Agnieszka – str. 5
Komorowska Jolanta – str. 16

REHABILITACJA

Akademickie Centrum Medyczne – str. 7, 20
Chrobrego – str. 7
Fitnesspark – str. 16
FizjoExpert – str. 8
Fizjomedica – str. 8
Ilmed – str. 7
MedJana – str. 5

Reh-Complex – str. 9
Reha-complex – str. 9
Vic-Med – str. 8

REHABILITACJA WAD POSTAWY

Akademickie Centrum Medyczne – str. 7
SKLEPY MEDYCZNE
Armed Ort – str. 21
Mikirad – str. 21
Medistar – str. 21
Multimed – str. 21
Stymat – str. 21
WYPOŻYCZALNIA SPRZĘTU MEDYCZNEGO
Reha-complex – str. 9

DIAGNOSTYKA MEDYCZNA

ANALIZY MEDYCZNE

Bałdys Krystyna – str. 22
Lab Medic – str. 14
Medica – str. 3

BIOPSJE

Euromed – str. 8

BADANIE GĘSTOŚCI KOŚCI

Sanus – str. 8

DOPPLER

MedJana – str. 5
Roszczyk Jadwiga • NEL-MED – str. 8
Venomedica – str. 14

EMG

Jurkiewicz Grzegorz – str. 20

MAMMOGRAFIA

Diamed – str. 17

REZONAS MAGNETYCZNY

Diagnosis – str. 14
Grupa Medical – str. 15

TOMOGRAMIA KOMPUTEROWA

Panoramica – str. 13

USG

Centrum Medycyny Kobiet – str. 6
Drożdżikowski Wiesław – str. 17
Epmed – str. 10
Euromed – str. 8
Hejnar-Szczerbińska Małgorzata – str. 6
Medicon – str. 3
MedJana – str. 5

INNE

Zdrowe stawy ARTIVIT – str. 23
Zdrowe żywienie LightBox – str. 20

Gazeta promowana przez:

• hurtownię farmaceutyczną PORFARM



• www.artivit.com.pl

TRB CHEMEDICA

Mi-Mo *wszystko.*

Wydawca nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam i ogłoszeń.

redaktor naczelny: Michał Joński
Wydawca: PHU Mi-Mo
Nakład: 10 000 egzemplarzy

OBŚLUGA KIENTA

533 251 968

@ medyk@gazetamedyk.pl

www.gazetamedyk.pl

opracowanie graficzne gazety:
Czarna w paski Pałyk Formaniak tel. 505 939 508



Radom, ul. Gagarina 1

48 367 15 10
Poradnie medycyny rodzinnej

48 366 81 51
Poradnie specjalistyczne

48 366 81 52
Leczenie szpitalne

od poniedziałku do piątku
od 7.00 do 18.00

www.medicon.com.pl

- **Medycyna rodzinna**
- **Poradnie specjalistyczne**
- **Medycyna pracy**

● **Leczenie szpitalne**

krótkie terminy

- zespół chirurgii jednego dnia w zakresach:

- chirurgia ogólna i naczyniowa
- chirurgia plastyczna (komercja)
- ginekologia
- otolaryngologia
- urologia
- ortopedia i traumatologia
narządów ruchu
- proktologia



Komercyjne usługi medyczne (od 1 marca)

- **kardiologia**
(echo serca, holter EKG, holter ciśnieniowy, testy wysiłkowe)
- **kardiologia dziecięca**
(echo serca, holter EKG, holter ciśnieniowy)
- **neurochirurgia**
konsultacje profesorskie
- **neurologia**

MEDICA



laboratorium analiz medycznych

Oferujemy badania z zakresu:

- hematologii
- koagulologii
- analityki ogólnej
- chemii klinicznej
- diagnostyki niepłodności
- diagnostyki chorób tarczycy
- diagnostyki infekcji wirusowych
- diagnostyki onkologicznej
- serologii grup krwi
- autoimmunologii
- bakteriologii
- mykologii
- genetyki

Nowe badania:

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

poniedziałek – piątek **7.00-19.00** sobota **7.00-15.00**

Radom, Słowackiego 48, tel./faks 48 365 49 33, medica@medica.radom.pl

- ✓ **Profesjonalna obsługa**
- ✓ **Zawsze wiarygodne wyniki**
- ✓ **Jakość pracy potwierdzona wieloletnią współpracą z najlepszymi przychodniami w Radomiu**



Alergia epidemią XXI wieku



Choroby alergiczne to jedne z najczęstszych schorzeń współczesnej cywilizacji. Statystyki WHO pokazują że co trzeci mieszkaniec państw w naszej szerokości geograficznej cierpi na alergię.

Diagnostyka chorób alergicznych opiera się przede wszystkim na prawidłowo zebranych wywiadzie oraz wynikach testów skórnych, czasami testów prowokacyjnych. Często jednak istnieje konieczność potwierdzenia badania przedmiotowego badaniem laboratoryjnym, szczególnie w przypadkach, gdy obraz kliniczny nie jest potwierdzony dodatnim wynikiem testów skórnych lub gdy są przeciwwskazania do ich wykonania ze względu zbyt mały wiek pacjenta, stan i powierzchnię skóry oraz współistniejące choroby. W takich przypadkach należy diagnostykę uzupełnić o oznaczenie alergenowo swoistych IgE.

Immunoglobulina E (IgE) i jej podwyższone stężenia w surowicy łączone jest z obecnością chorób atopowych. Jest to immunoglobulina która wykazuje większe powinowactwo do połączeń z komórkami niż do występowania w wolnej postaci. Ma dość krótki okres półtrwania, dlatego metody oznaczeń muszą być znacznie czulsze i bardziej swoiste niż powszechnie stosowane testy skórne.

Dlatego też w diagnostyce alergii wykorzystywane jest oznaczanie **specyficznego IgE swoistego dla określonego alergenu**. Oznacza się je w postaci pojedynczych oznaczeń lub w postaci paneli wziewnych, pokarmowych, mieszanych...

Szybkie postawienie prawidłowego rozpoznania choroby alergicznej oraz udowodnienie (lub wykluczenie) mechanizmu IgE - zależnego danej choroby alergicznej jest podstawą skutecznej terapii, w tym immunoterapii.

Laboratorium dysponujące odpowiednimi metodami oznaczeń o najwyższej czułości i swoistości pomaga w postawieniu takiego rozpoznania.

W trosce o dobrą jakość oznaczeń laboratorium Medica stosuje w oznaczeniach alergologicznych **wysokie specyficzne** przeciwciała monoklonalne, **5 kontroli** jakości wykonania oraz indywidualną krzywą kalibracyjną do każdego testu. W ofercie naszego laboratorium znajdują się **panele alergologiczne** (10 rodzajów) w zestawieniach od 5 do 30 alergenów.

Panele powyższe są badaniami, które można bezpiecznie wykonać dzieciom, dorosłym oraz osobom starszym. Nie wymagają specjalnego przygotowania, tj. odstawienia leków czy bycia na czczo. Wystarczy niewielka ilość krwi, żeby jednocześnie ocenić nawet 30 alergenów.

Wynik podawany jest ilościowo, a każdy alergen lub przeciwciało ocenione jest indywidualnie.

*mgr anal med Agnieszka Flont
specjalista laboratoryjnej
diagnostyki medycznej
Laboratorium Medica*

Zrób test swojej alergii

Nowoczesne testy z surowicy krwi w laboratorium Medica

Określenie stężenia sIgE w surowicy pacjenta, które wytworzyło się w niej jeśli był kontakt z alergenem.

Panel Wziewny 20 alergenów

Pyłki: brzozy, olszyny szarej, leszczyny, dębu, tymotki łąkowej, żyta, bylicy, babki lancetowatej

Roztocza: D. pteronyssinus, D. farinae,

Naskórek: psa, kota, konia, świnki morskiej, chomika, królika

Grzyby: Alt. alternata, Asp. fumigatus, Cladosp. herbarum, Pen. notatum,

Panel Wziewny 10 alergenów

Pyłki: brzozy, żyta, bylicy, mix sześciu gatunków traw

Roztocza: D. pteronyssinus, D. farinae

Naskórek: psa i kota, mix dziewięciu rodzajów piór

Grzyby: Alt. alternata, Cladosp. herbarum

Panel Pokarmowy 20 alergenów

Pokarmowe: Kazeina, Orzech laskowy, Orzech ziemny, Orzech włoski, Migdał, Mleko, Białko jaja kurzego, Żółtko jaja kurzego, Ziemniak, Seler, Marchew, Pomidor, Dorsz, Krewetka, Brzoskwinia, Jabłko, Soja, Mąka pszenna, Sezam, Mąka żytnia

Panel Pokarmowy 10 alergenów

Pokarmowe: Mleko, Białko jaja kurzego, Żółtko jaja, Kazeina, Soja, Ryż, Kakao, Jabłko, Marchew, Mąka mix sześciu rodzajów

Panel mieszany 20 alergenów

Pokarmowe: Orzech ziemny, Mleko, Białko jaja kurzego, Żółtko jaja kurzego, Ziemniak, Marchew, Dorsz, Jabłko, Soja, Mąka pszenna

Pyłki: brzozy, tymotki łąkowej, bylicy, Roztocza: D. pteronyssinus, D. farinae,

Naskórek: psa, kota, konia

Grzyby: Asp. fumigatus, Cladosp. herbarum

Panel INSECT/CCD 5 alergenów

Jady owadów: Pszczoła, Osa, Szerszeń, Komar, Meszka

Panel atopowy 30 alergenów

Pokarmowe: mleko, kazeina, alfa-laktoalbumina, beta-laktoglobulina, bsa-surowicza albumina wołowa, białko i żółtko jaja kurzego, ryż, soja, banan, wieprzowina, wołowina, kurczak, mąka-mix (mąka ze zbóż zawierających gluten pszenica, żyto, jęczmień, owies), drożdże

Roztocza: D. farinae D. pteronyssinus

Pleśnie: Alt. alternata, Cladosp. herbarum

Pyłki drzew: brzoza, dąb, olcha, leszczyna

Pyłki traw: tymotki łąkowej, kłosówka, kupkówka pospolita, rajgras angielski, wiechlina łąkowa, kostrzewa łąkowa

Panel Mleko Plus 5 alergenów

Mleko krowie

α-laktoalbumina

β-laktoglobulina

kazeina

bsa - surowicza albumina wołowa

Panel antybiotyki

Penicilina G

Penicilina V

Ampicilina

Sulfamethoxazol

Cephalosporyna

Ofloxacina

Cefaclor

Tetracyclina

Erytromycyna

umowa z NFZ - **PORADNIA preluksacyjna**
umowa z NFZ - **PORADNIA ortopedyczna dla dzieci i młodzieży**
umowa z NFZ - **PORADNIA ortopedyczna dla dorosłych**

Specjalistyczne gabinety prywatne:
**chorób piersi, neurologiczny (dla dorosłych), urologiczny,
psychologiczny, chirurgii ogólnej, chirurgii naczyniowej,
kardiologiczny, kardiologiczny dla dzieci**

USG narządów wewnętrznych, nerek,
prostaty, jąder, tarczycy, gruczołów piersiowych,
ślinianek, węzłów chłonnych,

USG stawów u dorosłych: kolanowych,
barkowych, łokciowych; ścięgna achillesa; mięśni

USG Doppler kończyn dolnych, szyi

USG serca dorośli i dzieci • **Pracownia RTG**

Zabiegi w ramach chirurgii i ortopedii jednego dnia

Analizy lekarskie • Punkt pobrań

Radom, ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)
tel./faks 48 363 33 73, tel. 510 098 225, zapisy 9.00-19.00
www.medjana.com

GABINET UROLOGICZNY

Andrzej Alter

Leczenie chorób układu moczowego
wtorki od 18.00 do 20.00

Centrum Medyczne
MEDJana

Radom, ul. Czachowskiego 21A
tel. 48 363 33 73, kom. 604 634 585

Hubert Kazubiński

specjalista ortepeda, traumatolog
przyjmuje w poniedziałki i środy 16.30-20.00

Centrum Medyczne
MEDJana

ul. Czachowskiego 21a (budynek ZUS)
tel. 48 363 33 73, kom. 510 098 225

Gabinet Psychologiczny

Agnieszka Kołataj

PSYCHOLOG KLINICZNY

- poradnictwo, konsultacje i wsparcie psychologiczne
- terapia poznawczo-behavioralna

Centrum Medyczne
MEDJana

ul. Czachowskiego 21a (budynek ZUS)

tel. 48 363 33 73
kom. 608 013 313

lek. specjalista neurolog, z-ca ordynatora
oddziału neurologii RSzS ul. Tochtermana 1

Ewa Dudzińska

Centrum Medyczne
MEDJana

przyjmuje w poniedziałki od 16.00 do 18.00, Radom, ul. Czachowskiego 21A, kom. 606 731 821

Centrum Medyczne
MEDJana

Danuta Krajewska

spec. chirurg - choroby piersi

Radom, ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)
tel./faks 48 363 33 73, tel. 510 098 225, zapisy 9.00-19.00

REHABILITACJA



NOWOŚĆ!

Pierwsze w Radomiu urządzenie
CARBOJET do suchych kąpiele CO2

Wskazania:

- naciśnienie tętnicze
- oparzenia i odmrożenia
- schorzenia reumatyczne
 - owrzodzenia
- choroby układu krążenia
 - gangreny

Zabieg działa:

- przeciwwrzodnie
- przeciwbólowo
- odprężająco
- obniża ciśnienie krwi
- powoduje spadek tworzenia się opuchlizn
- powoduje poprawę przekrwienia kończyn
- przyspiesza gojenie skóry, odleżyn, wrzodów podudzia, zmiękczenie blizn

KINEZYTERAPIA

- rehabilitacja dzieci
- rehabilitacja neurologiczna
- rehabilitacja pourazowa
- gimnastyka lecznicza

MASAŻ

leczniczy • relaksacyjny

FIZYKOTERAPIA

- elektroterapia
- magnetoterapia
- laseroterapia
- ultradźwięki
- światłolecznictwo
- hydroterapia
- aquavibron
- krioterapia

Radom, ul. Czachowskiego 21A
(budynek ZUS)
tel./faks 48 363 33 73,
tel. 510 098 225, zapisy 9.00-19.00
www.medjana.com

Gabinety Lekarskie i USG pro feminae

lek. med. Piotr Józwiak
kom. 605 603 007

- USG ginekologiczno-polożnicze
- prowadzenie ciąży
- USG 3D/4D
- kolposkopia
- cytodiagnostyka

Radom, ul. Piłsudskiego 9, tel. 48 363 85 65
Gręca, ul. Kopernika 8a, tel. 48 670 49 90

Centrum Medycyny Kobiet



Zygmunt Nita ginekolog położnik

kom. 601 950 410
przyjmuje wtorek 17.00-19.00

Radom, ul. Niedziałkowskiego 26/83
tel. 48 362 82 00

ginekolog położnik

Małgorzata Hejnar-Szczerbińska

Radom, ul. Szewska 5
tel. 602 288 359

SPZOZ

Poradnia Medycyny Rodzinnej

Radom, ul. Żeromskiego 31
tel. (48) 362 89 47

uprawniony do badań profilaktycznych
Waldemar Przybyłowicz

BADANIA KIEROWCÓW

badania profilaktyczne i okresowe

wtorek 9.00-14.00
czwartek 14.00-17.00

Jak żyć z chorobą Alzheimera?



Andrzej Karczewski
Specjalista Psychiatra

Część III

...
...w nowym miejscu...

Pani Janina będąc już u synowej, często bała się czegoś nieokreślonego, ale nie umiała sobie sama wyjaśnić tych lęków. Często miała wrażenie, że przychodzili jacyś ludzie, coś jej się przypominało z młodości, nie potrafiła odróżnić przeszłości, wspomnień od tego co było rzeczywistością. Wydawało się, że jest w obcym miejscu mimo zapewnień syna, łazienka nie znajdowała się tam gdzie wczoraj, nie wiadomo było jak do niej trafić.

Codzienne zakładanie ubrania wydawało się bardzo trudnym zadaniem, jej ręce zapomniały jak się zakłada koszulę, jak się zapina guziki, jak rozpina się sukawki. Stopniowo pani Janina traciła zdolność rozmiękania tego co słyszały jej uszy i co widziały jej oczy. Hałas i zamieszanie wywołane przez wnuczki wywoływały w niej panikę, przerażenie, ona nie mogła zrozumieć, oni nie mogli wytłumaczyć. Nie mogła sobie przypomnieć co się stało ze wszystkim co miała w swoim domu, „może ktoś ukradł...”, zaczęła chować wszystko co wydawało się jej wartościowe. Chowała, a potem zapomniała gdzie.

Coraz trudniej było się nią opiekować, synowa skarżyła się, że nie potrafi namówić teściowej by się wykąpała. Łazienka zrobiła się taka tajemnicza, trudno sobie było przypomnieć jak kontrolować strumień wody, wydawało się, że woda leci i nie można jej powstrzymać, a czasami znikła gdzieś. Zapominała jak się wchodzi po prysznic. Dla jej niesprawnego umysłu tyle rzeczy było nie do ogarnięcia, że wpadała w panikę.

Zdarzało się, że pani Janina reagowała złością, której sama nie rozumiała. Jej rzeczy zniknęły, jej życie gdzieś się podziało, ktoś zabrał wszystkie skarby jej życia, ... czy to teściowa, synowa, czy siostra, oskarżała synową, a synowa starając się opiekować matką z całych sił, była już u kresu swoich możliwości i czuła się dotknięta oskarżeniami pani Janiny.

Rodzina zaczęła wysyłać panią Janinę do domu dziennego pobytu. Dla pani Janiny były to kolejne dni w dziwnym obcym budynku, obawiała się, że zostanie w obcym domu na zawsze, wydawało się jej, że pokoje zmieniają swoje miejsce, myliła łazienki. Mimo to pani Janina dysponowała jeszcze wieloma umiejętnościami społecznymi, udawało się jej porozmawiać i pośmiać z innymi pensjonariuszami, czasem

cieszył ją czas spędzony z innymi ludźmi choć już nie pamiętała co robiła w ciągu danego dnia. Lubiła śpiewać stare piosenki, zdecydowanie uspokajała się wtedy i była pogodna.

W końcu przyszedł czas, że psychiczne i fizyczne obciążenie opieką nad panią Janiną przerosło możliwości jej rodziny. Z bólem serca i bardzo mieszanymi uczuciami syn załatwił jej miejsce w domu opieki. Po przeprowadzce po kilku dniach zagubienia pani Janina zaczęła się zachowywać spokojniej. Poczula się bezpieczniej w swoim małym słonecznym pokoiku. Łazienka zawsze była w zasięgu wzroku nie musiała jej szukać. Nie była w stanie pamiętać codziennych rutynowych zajęć, jednak ich powtarzalność ją uspokajała. Cieszyła się kiedy odwiedzała ją rodzina, nie pamiętała już ich imion, nie pamiętała, że byli dwa dni wcześniej. Najbardziej lubiła kiedy tak po prostu siedzieli, obejmowali ją, czuła się kochana.

Problem opieki nad chorym z otępieniem, w kolejnych stadiach choroby jest przynajmniej drugim jeśli nie pierwszym co do ciężaru wyzwaniem dla opiekunów. Osoba cierpiąca na otępienie nie potrafi w pełni zadbać o swoje bezpośrednie potrzeby i bezpieczeństwo, nie jest w stanie przewidzieć konsekwencji swojego działania. Może wykonywać dawne czynności, nie uświadamiając sobie, że już nie potrafi ich zrobić, nie uświadamiając sobie utraty sprawności manualnych, co może doprowadzić do wypadku np.: przy krojeniu nożem itd. Osoba chora nie jest w stanie uczyć się także nowych zachowań, opiekunowie muszą ją zabezpieczać przed nieszczęściem. Mimo że osoba chora czasem sprawia wrażenie całkiem dobrze radzącej, to często traci zdolność właściwego wnioskowania, pamiętam starszą panią, która postawiła plastikowy czajnik elektryczny na zapalanej kuchni gazowej, efektu można się domyślać. Prawdopodobieństwo niepomyślnego zdarzenia będzie się zwiększać w trudnych sytuacjach, gdy opiekunowie mogą być zmęczeni, zdenerwowani, lub choruje innych człowiek z rodziny, łatwo wtedy stracić czujność. Nie należy też w takich sytuacjach poganiać chorego, wywierać na niego presji, lepiej się spóźnić, lub nie zrobić czegoś.

Należy uczulić innych domowników na związek między napięciem, pośpiechem, a zwiększoną liczbą niepomyślnych

wydarzeń, czasami warto zwolnić tempo.

Upewnijmy się, że znamy ograniczenia naszych chorujących najbliższych, nie zawsze możemy ufać ich zapewnieniom, że np. są w stanie samodzielnie przygotować sobie kolację, lub samodzielnie umyć się pod prysznicem czy w wannie. Należy bacznie obserwować chorych, przy wykonywaniu różnych domowych czynności i być przygotowanym na wypadek, gdyby coś się stało. Warto przygotować sobie podstawowe scenariusze np. co robić gdy nasz podopieczny doznałby urazu, lub gdyby trzeba było opuścić dom w razie pożaru. Musimy mieć świadomości, że osoba chorująca na otępienie może nie rozumieć sytuacji i utrudniać nam udzielenie pomocy. Musimy się stać ekspertami od bezpieczeństwa naszego chorego, warto przejrzeć dom, mieszkanie, czy podwórko i dokładnie poszukać rzeczy, których nasz podopieczny mógłby użyć w niewłaściwy sposób. Należy zabezpieczyć okna i drzwi wejściowe, czy ogrodzenie, by nasz chory nie oddalił się. Wielokrotnie zdarzało mi się przyjmować na naszej Szpitalnej Izbie Przyjęć osoby, które oddaliły się od domu nawet o kilka do kilkunastu kilometrów, często opuszczały mieszkanie w ubraniu niedostosowanym do pogody, co w zimie narażało ich na dodatkowe niebezpieczeństwo, był y znajdowane przez Policję lub postronnych przechodniów wzywających Pogotowie. Na jednej z wizyt domowych rodzina zgłaszała problem starszego pana, który kilkakrotnie w ciągu dnia usiłował forsować drzwi by wyjść z domu, dla swoich potrzeb wynalazł nieco humorystyczne rozwiązanie. Córka pacjenta na drzwiach zawiesiła kartkę z dużymi literami (chory potrafił ją przeczytać), że schody są w remoncie i przejścia nie ma. W ciągu dnia chory kilkakrotnie podchodził do drzwi czytał napis i odchodził, nie szarpiąc za klamkę.

rehabilitacja w domu pacjenta

CHROBREGO^{NZOZ} Elżbieta Stachura

- pielęgniarska opieka domowa (NFZ)
- zespół domowego leczenia respiratorem (NFZ)

wypożyczenie sprzętu medycznego:

- koncentratory tlenu
- materace przeciwodleżynowe
- respiratory, ssaki i inne

Radom, ul. Chrobrego 54, lokal 6

Zgłoszenia telefoniczne

tel. 48 364 04 53, kom. 608 806 402, godz. 8.00-20.00
lub w gabinecie: środa, czwartek, piątek 8.00-16.00
poniedziałek, wtorek 8.00-17.00

Gabinet rehabilitacji leczniczej

- WIRÓWKA kończyn górnych i dolnych
- krioterapia
- masaż leczniczy
- drenaż limfatyczny
- kinezyterapia
- elektrolecznictwo
- ultradźwięki
- magnetoterapia
- laseroterapia
- światłolecznictwo

NFZ i odpłatnie

e.stachura@vp.pl
www.nzoz-chrobrego.pl

Akademickie Centrum Medyczne

Usuwanie ostróg piętowych, leczenia stawów rzekomych, dolegliwości ścięgna Achillesa, leczenia zaburzeń zrostu kostnego, punktów bólowych falą uderzeniową/wstrząsową jedyne urządzenie w regionie

Radom, ul. Struga 60, tel. 48 330 84 11, www.acm.radom.pl

Akademickie Centrum Medyczne

Bezinwazyjne leczenie skolioz, kifoz i lordoz dzieci i młodzieży
Metodą F.E.D jedyne urządzenie w regionie

Radom, ul. Struga 60, tel. 48 330 84 11, www.acm.radom.pl

GABINET KARDIOLOGICZNY

Paweł Świąg

specjalista chorób wewnętrznych, kardiolog

Radom, ul. Chrobrego 54

zapisy: 501 286 071

godz. przyjęć: wtorek 15.30-17.00

Iwona Kędzior-Biedrzycka

GABINET
kardiologiczno-pediatryczny

EKG, echo serca, Holter EKG

Poradnia Słoneczna, Radom,
ul. Staroopatowska 1a, 1 piętro, gabinet nr 19
tel. 603 770 018



Andrzej Karczewski

Specjalista Psychiatra
Psychoterapeuta

- porady lekarskie
- wizyty domowe
- psychoterapia

leczenie:
depresji,
zaburzeń lękowych,
nerwic,
uzależnień,
bezsensowności,
zaburzeń pamięci,
psychoz,
zaburzeń odżywiania,
zaburzeń osobowości

Zgłoszenia telefoniczne

Radom,
ul. Kopernika 9/14
tel. kom. 0 502 713 654

www.psychiatra.radom.pl

EWA SZCZECIŃSKA

SPECJALISTA PSYCHIATRA

TEL. 609 182 292

Akademickie Centrum Medyczne

Laboratorium diagnostyki wad postawy

– stóp, kręgosłupa oraz równowagi i koordynacji dla dzieci, dorosłych oraz sportowców.
Indywidualne wykonie wkładek ortopedycznych

Radom, ul. Struga 60, tel. 48 330 84 11, www.acm.radom.pl



BEZPŁATNA REHABILITACJA DZIECI

REHABILITACJA DOMOWA

tel. 794 773 956

Radom ul. Sienkiewicza 34/2
www.rehabilitacja-radom.pl

zapraszamy do nowych gabinetów

- Szydłowiec ul. Kościuszki 202
- (wejście na przeciwko lewiatanu)
- Przysucha ul. Warszawska 25/27

KINEZYTERAPIA • FIZYKOTERAPIA
MASAŻ • KINESIOTAPING

ZABIEGI ESTETYCZNE:

LIPOLIZA-spalanie tkanki tłuszczowej
LASER-redukcja cellulitu i rozstępów
ULTRADŹWIĘKI
PLATFORMA WIBRACYJNA
MASAŻ MODELUJĄCY Tai-Chi
AEROBIK

Krzysztof Barylka
spec. chirurg dziecięcy

rejestracja 48 366 11 04
Radom, ul. Osiedłowa 9

PORADY W ZAKRESIE:
- chirurgii dziecięcej w tym urazowej
- urologii dziecięcej (drobne zabiegi)
- zaburzeń oddawanie moczu
(w tym moczenia nocnego)

czynne wtorek 16³⁰-18³⁰
zapisy
tel. 609 182 337

N Z O Z
EUROMED

Gabinet chirurgii ogólnej
biopsje i USG piersi

dr n. med. **Grzegorz Szczęśniak**
specjalista chirurgii
ogólnej i onkologicznej MBA

- biopsja mammotomiczna
- USG piersi + biopsje
- porady chirurgiczne
- krótkie zabiegi
- opieka pooperacyjna

zapraszamy
środa, piątek 15.30-17.30
Radom, ul. Główna 12
tel. 48 369 95 17, kom. 502 164 392

NEL-MED
N Z O Z

Radom, ul. Mireckiego 10
tel./faks (48) 360 22 22, tel. 533 06 22 27

lek. med. **Jadwiga Roszczyk**
specjalista chirurgii ogólnej

porady w zakresie • chirurgii ogólnej i naczyniowej
USG, dopłier naczyń kończyn dolnych

SANUS NZOZ
Przychodnia lekarska

leczenie osteoporozy
badanie gęstości tkanki kostnej

Jan Sekuła
specjalista chirurgii urazowo-ortopedycznej

Radom, ul. Warszawska 4, tel. 48 364 40 99

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

Chirurgia dzieci i młodzieży
Traumatologia wieku dziecięcego

Radom, ul. Struga 57 a; wtorek, piątek 16.00-17.00
kom. 601 969 786

FIZJOE EXPERT

telefon
606 499 981
www.fizjoexpert.pl

PROFESJONALNA REHABILITACJA DOMOWA

- neurologiczna (udar, SM, SLA, Parkinson, Alzheimer, urazy rdzenia i inne)
- ortopedyczna
- dzieci i niemowląt
- masaże, fizykoterapia, kinesiotaping

pracujemy metodą
PNF, NDT Bobath

Vic-Med
Pielęgniarska Opieka Specjalistyczna

Pielęgniarska opieka długoterminowa w domu pacjenta.
bezpłatnie NFZ

Zgłoszenia telefoniczne: 600 611 501, 509 569 541
lub w gabinecie: pn, wt, śr, pt 8.00-10.00
czwartek 16.00-18.00

Radom, ul. Czarnałowska 19, tel./faks 48 330 87 06
www.vic-med.pl

Leczenie zimnem krioterapia

Krioterapia (leczenie zimnem) - polega na miejscowym obniżeniu temperatury tkanek. Celem jest obniżenie temperatury skóry i tkanek głębiej położonych, a tym samym spowodowanie przekrwienia głębokiego okolicy poddanej zabiegowi. Krioterapia działa głównie przeciwbólowo, przeciwzapalnie i przeciwobrzękowo.

Zimno w celach leczniczych jest stosowane w postaci:

- zabiegów miejscowych, które mają na celu obniżenie temperatury skóry, mięśni i stawów, wykorzystuje się specjalny aparat, który z ciekłego azotu wytwarza zimne opary;
- zabiegów całkowitych, których celem jest ogólne oziębienie organizmu - kriokomorzy;
- zabiegów kriochirurgicznych, w których dąży się do nieodwracalnego uszkodzenia patologicznie zmienionych tkanek.

Krioterapię można stosować na kilka sposobów:

- zimną hydroterapię,
- lód (kąpiele, okłady, masaże, nacierania),
- łatwo parujące substancje płynne (blokada zimnem),
- okłady żelowe, kriożel,

- zimne opatrunki i peloidy,
- gaz chłodzący, nadmuchiwanie zimnego powietrza (między innymi krioterapia całego ciała w komorach chłodzących),
- chłodzenie termoelektryczne.

Łagodne metody leczenia zimnem wykorzystują temperatury w zakresie od obojętnej dla ciała do 15°C, jak w przypadku zimnej hydroterapii. Ale już intensywne leczenie zimnem (krioterapia) polega na stosowaniu temperatur w przedziale 0°C do minus 130°C. Jest to temperatura parowania ciekłego azotu.

Działanie miejscowych zabiegów zimnych jest uzależnione od takich czynników jak:

- zastosowana temperatura;
- wielkość powierzchni ciała poddana zabiegowi;
- czas trwania zabiegu;
- metodyka zabiegu.

Obniżenie temperatury tkanek powoduje:

- zmniejszenie lub usmierzanie bólu,
- zahamowanie stanu zapalnego,
- zwolnienie procesów przemiany materii,
- zmniejszenie lub ustąpienie obrzęków,



Centrum Medyczne FizjoMedica

**KOMPLEKSOWA
REHABILITACJA**

wizyty lekarskie
porady dietetyczne

Radom, ul. Wierzbicka 90
tel. (48) 389 31 75, kom. 511 997 051

fizjo.medica@wp.pl, www.fizjomedica.radom.pl



- krioterapia
- elektroterapia
- terapia ultradźwiękowa
- laseroterapia
- magnetoterapia
- światłolecznictwo
- hydroterapia
- inhalacje
- terapia manualna
- kinezyterapia
- ćwiczenia korekcyjne
- ćwiczenia w skoliozach
- metoda PNF
- rehabilitacja domowa
- kinesiologia taping
- dietetyk kliniczny

masaże

leczniczy
relaksacyjny
modelujący Tai-Chi
liftingujący twarzy, szyi i dekoltu
odchudzający banką chińską
masaż kobiet w ciąży
masaż i nauka masażu niemowląt

zabiegi
upiększające

przeciwmarszczkowe
przeciwtrądzikowe
przeciw bliznom i rozstępom
antycellulitowe
wyszczuplające
zabiegi pielęgnacyjne SPA

Darmowa konsultacja fizjoterapeutyczna

- zwolnienie odruchów i zmniejszenie pobudliwości włókien nerwowych,
- zwężenie naczyń oraz ich okresowe rozszerzenie, przekrwienie czynne,
- zwiększenie napięcia mięśniowego (przy krótkim czasie działania bodźca zimna) oraz obniżenie napięcia mięśniowego (przy dłuższym działaniu bodźca).

Wskazaniami są:

- choroby narządu ruchu (stłuczenia, krwiaki i urazy tkanek miękkich; obrzęki po złamaniach i zwichnięciach we wczesnym okresie; ostre zapalenie ścięgna, torebek stawowych i mięśni; przykurcze stawowe pourazowe),
- choroby reumatyczne [ostre zapalenia stawów niezależnie od przyczyny (ostry okres RZS – ostry stan bólowy w chorobie zwyrodnieniowej stawów, ostry zespół zapalenia tkanek miękkich okołostawowych), napad dny moczanowej, blokady stawów w połączeniu z mobilizacją],
- choroby układu krążenia (częstoskurcz napadowy, początkowy okres zakrzepowego zapalenia żył),
- choroby układu nerwowego (ból głowy pochodzenia naczyniowego, ostre stany zapalne spłotów i nerwów obwodowych, rwa kulszowa, wzmoczone napięcie mięśniowe powstające wskutek urazów oraz niedowładów spastycznych),
- choroby przewodu pokarmowego (ostre zapalenie pęcherzyka żółciowego i dróg żółciowych, zapalenie wyrostka robaczkowego, krwawienia).

Leczenie zimnem

jest przeciwwskazane w:


- stanach zapalnych w przewlekłym okresie choroby,
- nadwrażliwości na zimno,
- zespole Raynauda,

- zapaleniu pęcherza moczowego i miedniczek nerkowych,
- zapaleniu naczyń,
- ciężkich schorzeniach serca i naczyń (silnie zmniejszona reaktywność naczyń),
- stanach wyniszczenia i ogólnego osłabienia,
- odmrożeniach,
- zespole Sudecka.

Przyjmuje się, że najlepsze wyniki leczenia osiąga się przy krótkim czasie zabiegu (1-3 minuty) z jednoczesnym obniżeniem temperatury skóry o około 15-16°C. Tak krótki czas zabiegu powoduje na drodze odruchowej zmniejszenie bólu, natomiast dłuższy czas zabiegu (15-30 minut), wywiera przede wszystkim działanie przeciwpalne. Ponieważ obniżenie temperatury w tkankach utrzymuje się przez około 2-3 godziny po zabiegu. Kuracja powinna składać się z minimum 10 zabiegów, przeprowadzanych codziennie. Tylko wtedy wystąpić mogą odpowiednie procesy adaptacyjne organizmu. Trzeba też powiedzieć wyraźnie, że najistotniejszą częścią zabiegów krioleczniczych jest następująca po nich kinezyterapia.


Na uwagę zasługuje również krioterapia całego ciała. Ten krótkotrwały – maksymalnie do trzech minut – pobyt w specjalnej komorze chłodzącej, gdzie panuje temperatura około minus 110°C, nie stanowi problemu pod względem termoregulacyjnym. Temperatura ciała spada w niewielkim stopniu (około 0,4°C), a efekt przeciwbólowy i miorelaksacyjny jest naprawdę imponujący. Dodatkowe reakcje endokrynologiczne i immunologiczne sprawiają, iż jest to metoda godna polecenia w przypadku reumatycznych schorzeń zapalnych.

mgr fizjoterapii Milena Figarska-Szmit
REHA-COMPLEX



NZOZ
Gamed
Przychodnia w centrum Radomia

Świadczenia usług medycznych w oparciu o kontrakt z



PODSTAWOWA OPIEKA ZDROWOTNA
możliwość zapisu nowych pacjentów

Poradnia internistyczna, pediatria
Punkt szczepień

Wizyty domowe: lekarza, pielęgniarki, położnej

✚

PORADNIE SPECJALISTYCZNE:
alergologiczna
dermatologiczna
endokrynologiczna
gastroenterologiczna dla dorosłych i dzieci
ginekologiczno-położnicza
okulistyczna
otolaryngologiczna
reumatologiczna
urologiczna

✚

PORADNIA ZDROWIA PSYCHICZNEGO (dorośli)
oraz psycholog kliniczny, psychoterapeuta

✚

PORADNIA STOMATOLOGICZNA

✚

GABINET ZABIEGOWY:
USG, EKG, iniekcje, spirometria,
szczepienia ochronne, odczulanie,
testy alergologiczne, światłolecznictwo,
audiometria, kriozabiegi
Badania laboratoryjne
Pozostała diagnostyka
(Wojewódzki i Radomski Szpital Specjalistyczny)

Poradnia neurologiczna



✚

MEDYCYNA PRACY
Badania:
- wstępne, okresowe, kontrolne pracowników
- uczniów
- kierowców (wszystkie kategorie)

✚

USŁUGI MEDYCZNE DLA PACJENTÓW:
Lux-Med, Medicovert, Allianz, CMP,
FALCK, 4-Med, Enel-Med, MEDICA,
Pol Med, PZUP, Ipa-Polska, Signal-Iduna

Radom, ul. Wysoka 12
tel 48 363 17 04, 362 86 69
rejestracja osobiście lub telefonicznie
codziennie od 7.30 do 18.00

- rehabilitacja i masaż
- rehabilitacja:
 - ortopedyczna
 - neurologiczna
 - dzieci
- rehabilitacja domowa

512 040 525
502 729 548

Reha-Complex
Radom
ul. Sobieskiego 1



Reha-Complex
Kozienice
Al. Sikorskiego 10
budynek Z




**Całodobowe pobyty
rehabilitacyjne
oraz pielęgnacyjne**
również prywatne

512 040 525
502 729 548

Reha-Complex
Kozienice
Oddział Rehabilitacji
Al. Sikorskiego 10
budynek Z

**Sprzedaż i wypożyczalnia
sprzętu
medycznego**
elektryczne łóżka rehabilitacyjne
materace przeciwoleżynowe
koncentraty tlenu

512 040 525
502 729 548

Reha-Complex
Radom
ul. Sobieskiego 1

Reha-Complex
Kozienice
Oddział Rehabilitacji
Al. Sikorskiego 10
budynek Z

REH-COMPLEX

Michał Paprocki
FIZJOTERAPEUTA



Specjalista
ds. bezoperacyjnego leczenia skolioz
metodą F.E.D.®

Leczenie bólów kręgosłupa
metodą McKenziego

Rehabilitacja osób:
- po udarze mózgu
- ze stwardnieniem rozsianym

Konsultacje, dojazd do pacjenta

tel. 798 802 717 www.reh-complex.pl



ul. Waryńskiego 9a/8, 1 piętro
REJESTRACJA tel. (48) 331 19 29

lek. med. **Piotr Kielski**
specjalista ginekolog-położnik

dr n. med. **Ewa Kielska**
specjalista foniatra-laryngolog

Poradnie specjalistyczne

umowa z NFZ i Allianz

- laryngologiczna
- foniatryczna
- ginekologiczna
- logopedyczna
- diabetologiczna (dla dzieci i dorosłych)
- psychologiczna

Pracownia USG

(3D/4D, nowy aparat Aloca)

- ginekologia (trójwymiarowe badanie płodu)
- położnictwo
- USG naczyń szyjnych (Doppler - color)
- jama brzuszna
- tarczycza i ślinianki, węzły chłonne
- piersi
- stawy u dorosłych

Rehabilitacja głosu

aparatem VocaSTIM

Pracownia doboru

aparatury słuchowych

Emisja głosu dla nauczycieli,

osób zawodowo pracujących głosem

Profilaktyka dysleksji

www.epmed.pl

Wynajmiemy gabinety lekarskie

Nowa era w odmładzaniu

Medycyna estetyczna pozwala naszej skórze przywrócić zdrowszy, młodzieńczy wygląd za pomocą różnych metod. Wśród nich możemy wyodrębnić grupę zabiegów, podczas których substancje wpływające na nasz wygląd są wprowadzane bezpośrednio do skóry. Otrzymane efekty utrzymują się przez pewien czas i są odwracalne, dzięki czemu metody te stanowią dobrą alternatywę dla inwazyjnych zabiegów, np. chirurgicznych, gdzie w przypadku niepowodzenia zabiegu, złego wykonania lub nie spełnienia oczekiwań pacjentki - nie ma możliwości odwrotu.

Preparaty z substancjami czynnymi biologicznie podawane są poprzez ostrzykiwanie skóry. Niezwykle ważny jest fakt, że do zabiegów czasowych wykorzystuje się związki, które ulegają biodegradacji - wchłaniają się i nie stanowią niebezpieczeństwa dla organizmu.

Do zabiegów tych zaliczamy:

1. **Terapię botulinową** - toksyna botulinowa jest stosowana w dermatologii estetycznej przede wszystkim w walce ze zmarszczkami dynamicznymi (mimicznymi) twarzy i w leczeniu nadpotliwości.

2. **Wypełniacze** - stosuje się je w celu uzyskania efektu wypełnienia objętościowego skóry. Zabieg polega na wstrzyknięciu substancji takich jak: kwas hialuronowy, kwas hialuronowy w połączeniu z hydrożelem akrylowym, kwas polimlekowy, mieszanki preparatów kolagenowych.

3. **Mezoterapia** - polega na śródskórnym lub podskórnym podawaniu małych

dawek substancji lub mieszanki substancji bezpośrednio w miejsca, na które chcemy zadziałać kosmetycznie lub leczniczo. Dobre rezultaty uzyskuje się w przypadku starzenia się skóry takich miejsc jak twarz, szyja dekolt, w profilaktyce i leczeniu wypadania włosów oraz w zapobieganiu powstawania cellulitu na pośladkach, udach, brzuchu.

4. **Stymulacje** - niezwykle skuteczną metodą cieszącą się ostatnio dużym zainteresowaniem w stymulacji skóry jest wprowadzanie osocza bogato płytkowego metodą nakłuć. Preparat uzyskiwany jest z pobranej uprzednio własnej krwi pacjenta, dzięki czemu całkowicie zostaje wyeliminowane ryzyko powstania reakcji alergicznych. Specjalnie wyizolowane i aktywowane osocze zawiera czynniki wzrostu oraz związki silnie pobudzające procesy gojenia. W efekcie uzyskujemy wzmożoną regenerację skóry oraz jej remodeling na poziomie skóry właściwej.

Zabiegi te stanowią skuteczną ochronę przeciwstarzeniową skóry oraz są w stanie spowolnić procesy starzenia u osób o skórze dojrzałej. Przed wykonaniem zabiegu niezbędna jest konsultacja ze specjalistą medycyny estetycznej, ponieważ mogą być one wykonywane wyłącznie przez lekarza.

Magdalena Wrzesińska
kosmetolog

Marta Wrocławska-Bañcer
kosmetolog

dr med. Maciej Krajewski
dermatolog estetyczny



KLINIKA
ESTIVANCE

Dr n. med. Maciej Krajewski

lifting & rewitalizacja skóry

www.klinikaestivance.pl

Radom (Ustronie), ul. Gagarina 1, tel. (48) 360 44 56

Warszawa (Mokotów), ul. Bukowińska 22a, (22) 898 34 51



Akademickie Centrum Medyczne

Laserowe rozbijanie kamieni w układzie moczowym

przy użyciu najnowszej francuskiej aparatury IV-tej generacji

Specjaliści z ośrodka medycznego w Lublinie

Radom, ul. Struga 60, tel. 48 330 84 11, www.acm.radom.pl

GABINET UROLOGICZNY

czynny w poniedziałek od 15.15 do 17.30

tel. med. specjalista moczaj **Antoni Nierubca**

Radom, ul. ks. Sedlaka 4/6/8

tel. (48) 365 44 72, kom. 604 058 628

endomed®

Medycyna dla zdrowia

Pakiety opieki medycznej

T: 691 161 268
www.polmedic.com.pl

polmedic 



DIETY

- odchudzające
- dla dzieci i dorosłych
- dla kobiet planujących ciążę, ciężarnych i karmiących
- dla osób zdrowych i chorych
- pomoc w zmianie nawyków żywieniowych
- analiza sposobu żywienia
- analiza składu ciała
- zakupy z dietetykiem

Radom, ul. Witolda 10
Warszawa, ul. Arabska 5
tel. 517209149, www.medidiet.com.pl



Radom, ul. Wolność 8 lokal 3, tel. (48) 629 53 15
Przytyk, ul. Rynek 7, tel. (48) 618 00 98
www.mdent.radom.pl

tel. 606 78 26 46

Prywatne Pogotowie Stomatologiczne
dźwury w soboty i niedziele
w godz. 9.00-14.00

w nagłych przypadkach kontakt pod numerem tel.
600 38 96 60

Tutaj kryje się świadomość

Zadajesz sobie czasem pytanie, dlaczego myślisz, analizujesz swoje emocje i zachowanie? To z pewnością masz większą od innych istotę szarą kory przedczołowej w mózgu. Zdaniem naukowców, tam kryje się świadomość człowieka.

Osoby, które charakteryzuje większa zdolność do retrospekcji, mają większy rozmiar tej właśnie struktury mózgu – ogłosili naukowcy z University College London. Zauważyli przy tym, że ludzi często różni wielkość istoty szarej kory przedczołowej. Te różnice mogą znaleźć odbicie w zróżnicowaniu osobowości ludzi i tłumaczyć, dlaczego niektórzy analizują swoje emocje, a innych w ogóle to nie zajmuje.

Odkrycie to wzbogaca wiedzę naukowców nie tylko na temat autorefleksji. Pozwala również podjąć badania nad ustaleniem, jak urazy głowy wpływają na zmiany osobowości.

Źródło:
Izabela Filc Redlińska, Skąd umysł wie, że wie, „Rzeczpospolita”, 17.09.2010 r.



lek. stom. Bożena Domańska
poniedziałek, środa, piątek 14.00-18.00
wtorek, czwartek 8.00-12.00

lek. stom. Anna Domańska
wtorek, czwartek 14.00-19.00
piątek 10.00-12.00

sobota: po wcześniejszym uzgodnieniu

leczenie zachowawcze dzieci i dorosłych
leczenie protetyczne
chirurgia stomatologiczna
profilaktyka
RTG zębów

**Leczenie bez borowania
metodą abrazji wodno-powietrznej**

Radom, ul. Waryńskiego 9a lok. 7
tel. 48 334 14 25
kom. 604 481 599



laboratorium protetyki dentystycznej

lic. tech. dent. Katarzyna Patrycja

Oferta wykonywanych prac:
expresowa naprawa protez
protezy osiadające całkowite i częściowe
protezy elastyczne (acetal, acron)
protezy z Vitalpezu
protezy overdentures
korony i mosty licowane porcelaną
szyny wybielające i relaksacyjne

Serdecznie zapraszamy do współpracy
lekarzy stomatologów.

Radom, ul. 11 Listopada 99a
tel. 504 537 068

godziny otwarcia: pn.-pt. 9.00-16.00

STOMADENT
stomatologia i medycyna estetyczna

Stomatologia zachowawcza | estetyczna
Endodoncja pod mikroskopem
Chirurgia stomatologiczna | Implanty
Protetyka | Laseroterapia | Ozonoterapia
Profesjonalna higiena jamy ustnej
Medycyna estetyczna | Wybielanie zębów



lek. stom. **Monika Anusiewicz-Chodyń** poniedziałek-piątek 9.00-19.00
Radom, ul. 1905 Roku 20, tel. 48 389 02 29 | 505 25 65 67

Agamed

CENTRUM MEDYCZNE

Radom, ul. Miła 4/8, tel. (48) 360 25 53

STOMATOLOGIA • RTG zębów

przyjmują lekarze stomatolodzy

Przemysław Czubak
Bożena Domańska
Joanna Chrzanowska
Irma Tomasiak
Piotr Kotlimowski

RTG zębów, protetyka, wybielanie zębów

GINEKOLOGIA • USG

specjalista ginekolog położnik

Witold Świechowski

INTERNA

MEDYCYNA PRACY

badania wstępne i okresowe

lek. chorób wewnętrznych, specj. medycyny pracy

Anna Pytel

PRYWATNE POGOTOWIE STOMATOLOGICZNE

w soboty, niedziele i święta w godz. 8.00-21.00

AURUM DENT

gabinet dentystyczny

www.aurumdent.pl



**kompleksowe leczenie
nowoczesna protetyka**

lek. stom. Marek Zatorski

współpraca z pracownią protetyczną
L-DENTAL Laboratory

Radom, ul. Pamięci Katynia 12a lok.1

telefoniczne umawianie wizyt

530 704 300, 48 369 99 00

codziennie od 8.00 do 19.00



NZOZ E. R. Jaworscy

stomatologia, protetyka
i chirurgia stomatologiczna

Radom, ul. Piłsudskiego 4/2, tel./faks 48 362 19 40; ul. M. C. Skłodowskiej 7a/13a, tel. 48 362 70 09

www.unident.radom.pl



PTDental

CENTRUM MEDYCZNE

Piasek & Terpiłowska

nowoczesna stomatologia
medycyna estetyczna
endermologia, fotoepilacja
zabiegi kosmetyczne
laboratorium (Luxmed Lublin)

48 363 33 60

kom. 535 993 093

Radom, ul. ks. Sedlaka 4/6/8

www.ptdental.pl

Pro-Lab

LABORATORIUM TECHNIKI DENTYSTYCZNEJ

lic. tech. dent.

Rafał Dygas

tel. 510 158 373

www.pro-lab.net.pl

CFS Pro-Lab

CENTRUM FREZOWANIA STOMATOLOGICZNEGO

lic. tech. dent.

Piotr Sokół

tel. 506 182 191

www.protetyk.org

Dental Mar

lekarz dentysta Marwan Obadi

PRYWATNE POGOTOWIE STOMATOLOGICZNE

czynne 7 dni w tygodniu oraz święta od 9-22

Radom, ul. Kelles-Karuza 32

tel. 48 362 29 83

kom. 508 875 574



SZWEDENTAL

lek. stom. HUBERT SZWEDE

Radom, ul. Traugutta 6
tel. 48 362 49 22

Gabinet dentystyczny

profilaktyka, leczenie, wybielanie zębów,
usuwanie kamienia i osadu, ortodoncja, protetyka,
naprawa ekspresowa protez, proste zabiegi chirurgiczne

Zapraszamy od poniedziałku do piątku: gabinet stomatologiczny w godz. 8-19, sobota 9-13

Panoramica ^{3D}

pracownia radiologiczna

Tomografia CBCT Stomatologiczno-Laryngologiczna

Dla stomatologii

- ✓ tomografia najwyższej precyzji i najniższej dawki promieniowania
- ✓ tomografia średniego pola obrazowania
- ✓ tomografia głowy
- ✓ tomografia stawów skroniowo-zuchwowych

Dla laryngologii

- ✓ tomografia zatok i dróg oddechowych w obszarze głowy
- ✓ tomografia ucha wewnętrznego

Wykonujemy zdjęcia:

- ✓ panoramiczne
- ✓ cefalometryczne
- ✓ punktowe

Panoramica ^{3D}
pracownia radiologiczna

Kontakt

Tel. 48 679-61-71
Tel. 691-77-99-77

ul. Okulickiego 48
26-600 Radom

Zapraszamy na naszą stronę
www.panoramica.pl

email adres: info@panoramica.pl

diagnostyka RADOM

Rezonans Magentyczny

Aparat 1,5 Tesli firmy GE

Badania w ramach umowy z NFZ
oraz płatne (bez skierowania)

Informacja i zapisy 8.00-18.00
tel. 48 361 53 94; 48 363 26 17
26-610 Radom, Tochtermana 1

lek. med.
**Urszula
Kempa**

**DIABETOLOG
ENDOKRYNOLOG**

przyjmuje
poniedziałek i środa

zapisy telefoniczne
w dni robocze **609 196 693**

Radom, ul. Prożmowskiego 33a, 1 p., pok. 208

Specjalistyczna Praktyka Lekarska

Elżbieta Przybyłko-Jakubczyk

Leczenie chorób płuc i chorób wewnętrznych

możliwość wizyt domowych

tel. 603 609 270
gabinet Radom, ul. Chrobrego 54
poniedziałek 16.00-17.00

dr n. med.

Andrzej Ostrach

specjalista chirurgii naczyniowej i ogólnej

Radom, ul. Żeromskiego 51
czwartek 16-18

tel. 602 477 709



VenoMEDICA

CHIRURGIA NACZYNIOWA

T. Terpiłowski, A. Wdowik

MAŁOINWAZYJNE KOMPLEKSOWE
LECZENIE ŻYŁAKÓW

- laserowe zabiegi endożylne ELVeS
- mikroskleroterapia pajęczków
- skleroterapia piankowa żyłaków
- miniflebektomia

LECZENIE CHOROBY TĘTNIC

kwalifikacja do zabiegów:

- angioplastyki i stentowania tętnic
- implantacji stentgraftów aortalnych

USG KOLOR DOPPLER KOŃCZYŃ

Radom, ul. Pamięci Katynia 12 A
tel. 48 331 03 17 (zapisy 10.00-16.00)
www.venomedica.pl

Zaciągnięte z prasy

Trudno pozbyć się pamięci

Jerzy Vetulani, wybitny polski psychofarmakolog twierdzi, że gdy tracimy pamięć, tracimy jednocześnie osobowość. Ostatnie badania neurobiologów dowodzą, że nawet całkowita utrata pamięci nie jest tak do końca... całkowita.

Specjalistycznie przebadano znanego wiolonczelistę, który utracił zarówno pamięć epizodyczną, jak i semantyczną. Okazało się, że pacjent w dalszym ciągu rozpoznaje bez trudu rytm, skalę i interwały słuchanych fragmentów utworów. Potrafił też rozróżnić utwory Vivaldiego od innych, nieznanymi mu wcześniej kompozycji.

Przeprowadzone badania dowodzą, że pamięć muzyczna wydaje się być przechowywana w mózgu w zupełnie inny sposób niż inne rodzaje pamięci.

Źródło:

Tajemnice pamięci, „GazetaWyborcza”, 15 listopada 2011

Dzieci tracą słuch

Około 20 procent dzieci i młodzieży w Polsce – od wieku przedszkolnego po klasy licealne – ma problemy ze słuchem.

Nieleczone infekcje i głośne słuchanie muzyki mogą spowodować znaczne

i nieodwracalne ubytki słuchu – alarmują specjaliści. *Dzieci mają często zapalenia uszu, nosogardła. Te czynniki powodują przejściowe pogorszenie słuchu, ale jeśli nie są leczone, to zamieniają się w trwałe ubytki* – mówi dr hab. Krzysztof Kochanek z Instytutu Fizjologii i Patologii Słuchu w Warszawie. *Często toksyny przenikają do ucha środkowego i pojawiają się już stałe ubytki odbiorcze* – dodaje.

W wieku szkolnym wśród przyczyn ubytków słuchu dominują uszkodzenia poinfekcyjne. Słuch mogą też uszkodzić leki – groźny może być np. znany antybiotyk, gentamycyna.

Specjaliści zachęcają też do używania sprzętu grającego dobrej jakości, z certyfikatami. Jeśli słuchamy muzyki przez słuchawki, to warto wiedzieć, że największe zagrożenie dla naszego słuchu stanowią te wewnętrzne. Najbezpieczniej jest słuchać muzyki w tzw. wolnym polu – z głośników.

Źródło:

„Pokolenie mp3” coraz gorzej słyszy, „Rzeczpospolita”, 26.10.2010

Laboratorium LAB-MEDIC
mgr Lena Krajewska
mikrobiolog-wynazy, hormony
Radom, ul. Żeromskiego 105 a
tel. 48 362 12 25
czynne od 7.00 do 18.00
w soboty od 8.00 do 9.00

Akademickie Centrum Medyczne

Zabiegi w chirurgii naczyniowej

specjaliści z Warszawy

Radom, ul. Struga 60, tel. 48 330 84 11, www.acm.radom.pl

NZOZ **Danuta Macierzyńska**
i partnerzy lekarze

PORADNIE

- alergologiczna
- dermatologiczna
- neurologiczna
- laryngologiczna
- logopedyczna

NOWY ADRES

Radom
ul. Mireckiego 10

tel. 48 344 95 74
kom. 500 340 800

Psychologiczne aspekty choroby przewlekłej: cukrzyca vs choroba niedokrwienna serca

część I



psycholog
terapeuta EMDR
Jolanta Komorowska

Współczesne podejście do rozumienia choroby przewlekłej, takiej jak choroba wieńcowa serca czy cukrzyca typu 2, zakłada połączenie dwóch stanowisk: medycznego oraz psychospołecznego. Wówczas ujęta zostanie nie tylko istota samego schorzenia, ale i cały proces zdrowienia. Choroby te rozwijają się powoli, często bezobjawowo nawet do kilkunastu lat, przez co wielu chorych nie będąc świadomym swojej choroby, przyczynia się do jej pogłębiania. W obu niewątpliwie istotną rolę odgrywa kontrola takich czynników jak: palenie, dieta, aktywność fizyczna, przyjmowanie leków, kontrola poziomu insuliny czy kontrola nadciśnienia. Oba schorzenia są zatem ściśle związane z zachowaniem, wymagając od chorych ciągłej kontroli przebiegu choroby i jej efektów. W tymże procesie istotną funkcję odgrywają zachowania zdrowotne będące efektem ukształtowanej postawy wobec zdrowia, a te z kolei analizuje się w kategoriach procesów zachodzących w organizmie. Zdrowie jest rozumiane jako dynamiczny proces ukierunkowany na przywracanie stale zakłóconej równowagi organizmu w związku z nieustannie dokonującymi się zmianami zachodzącymi wewnątrz niego i w otaczającym środowisku (Heszen-Niejodek i Sęk, 1997).

Czynnikiem determinującym wiele aspektów ludzkiego zachowania, w tym zachowania zdrowotnego, jest poczucie własnej skuteczności. Jest to przekonanie jednostki, że jest zdolna do osiągnięcia zamierzonego celu w określonej sytuacji. Tak więc to, w jakim stopniu osoba spostrzega własną skuteczność, pozwala przewidywać działania w zakresie zachowań zdrowotnych związanych z leczeniem choroby przewlekłej. Istotny udział poczucia własnej skuteczności w zmaganiu się z chorobą i podejmowaniu zachowań zdrowotnych, wykazany został w wielu badaniach. M.in. Schwarzer (1992) dowiódł wpływu tej zmiennej na ciśnienie krwi, tętno, funkcje układu immunologicznego oraz radzenie sobie w sytuacjach stresowych. Niewątpliwie poczucie własnej skuteczności odgrywa główną rolę w kontrolowaniu wymienionych czynników, które w sytuacji choroby warunkują proces zdrowienia.

Specyfika choroby przewlekłej

Choroba niedokrwienna serca i cukrzyca typu 2 zaliczane są do chorób przewlekłych, które to według amerykańskiej Komisji ds. Chorób Przewlekłych definiowane są jako „wszelkie zaburzenia lub odchylenia od normy, które mają jedną lub więcej z następujących cech charakterystycznych: są trwałe, pozostawiają po sobie inwalidztwo, spowodowane są nieodwracalnymi zmianami patologicznymi, wymagają specjalnego postępowania rehabilitacyjnego albo według wszelkich oczekiwań wymagać będą długiego okresu nadzoru, obserwacji

czy opieki” (Adamczak, 1998; za: Gałuszka, 2005, str. 11). Oba schorzenia niosą ze sobą wiele zmian, wyzwań i ograniczeń w życiu pacjenta. Ze względu na gwałtowne zwiększenie się przypadków cukrzycy i chorób niedokrwiennych serca, szczególnie w krajach rozwijających się, można mówić o światowej ich epidemii. Obecnie, cukrzyca jest uważana za ekwiwalent choroby wieńcowej, co oznacza, że ryzyko przyszłych powikłań sercowych (w tym zawału u osób z rozpoznaną cukrzycą, nie jest mniejsze od obserwowanych powikłań u osób z chorobą niedokrwienną bez rozpoznanej cukrzycy (Lewczuk, Hirnle, Sobkowicz i in., 2008). Współistnienie tych dwóch chorób wiąże się ze wzrostem liczby powikłań i z gorszym zarówno bezpośrednim, jak i odległym rokowaniem (Wilczyńska, Moczulski, Grzeszczak, 2003). Na chorobę niedokrwienną serca choruje w Polsce ok. 1 miliona osób, a ok. 100 tysięcy zapada na zawał serca (Tymińska-Sędek, 2004). Jeśli chodzi o cukrzycę, to choruje na nią ok. 2 milionów osób, a odsetek niewykrytych przypadków tego schorzenia wynosi ok. 50% w środowiskach miejskich i do 70% na wsi (Szybiński, 2001). Światowa Organizacja Zdrowia przewiduje, że do 2025 roku liczba osób z cukrzycą wzrośnie o 122% (Piechota, Małkiewicz, Karwat, 2004).

Cukrzyca typu 2

Cukrzyca przejawia się stanem przewlekłej hiperglikemii, tj. zbyt wysokiej zawartości cukru we krwi i może pozostawać przez wiele lat bezobjawowa, ponieważ

ENDO CARD
PRYWATNE GABINETY LEKARSKIE
Radom, ul. Biała 47, tel. 48 331 17 50

specjalista kardiolog
Bożena Wrzosek
poniedziałek, środa od godz. 16.00
tel. 501 090 335

- EKG
- testy wysiłkowe
- Holter RR (ciśnienia)
- Holter EKG

specjalista chirurgii ogólnej
Grzegorz Wrzosek
sobota od godz. 9.00
tel. 501 090 315

- porady chirurgiczne
- gastroscopia
- kolonoskopia
- możliwość znieczulenia ogólnego

Specjalistyczny Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej "Grupa Medical"

GRUPA MEDICAL
S N Z O Z

poniedziałek - piątek
8:00 - 20:00

Rejestracja:
tel. 48 664 91 22
tel.kom. 661 610 644

PRACOWNIA REZONANSU MAGNETYCZNEGO OTWARTEGO

dedykowany szczególnie dla:

- pacjentów z klaustrofobią
- dzieci
- pacjentów z nadwagą
- pacjentów bez logicznego kontaktu
- bezpieczny dla pacjentów z obecnością w organizmie części metalowych (np. implantów ortopedycznych, stomatologicznych, itp.)

AIRIS Vento
HITACHI
Inspire the Next

PROMOCYJE CENY !!!

05-600 Grójec, ul. Piotra Skargi 10

hiperglikemia rozwija się stopniowo, a pierwsze jej objawy są trudno zauważalne. Połowa przypadków pozostaje niewykrytych, a rozpoznanie ustala się średnio 10 lat po wystąpieniu hiperglikemii, zwykle gdy dają o sobie znać jej powikłania (Tatoń, Czech i Bernas, 2008). Cukrzyca typu 2 jest najczęstszym typem cukrzycy, a ryzyko zachorowania na nią zwiększa się wraz z wiekiem. Najczęściej diagnozowana jest u pacjentów powyżej 40 roku życia (Bishop, 2000). Za rozwój cukrzycy typu 2 odpowiada wspomniane już starzenie się organizmu, czynniki genetyczne, ale przede wszystkim niezdrowy styl życia. Dotyczy to głównie diety z dużą ilością tłuszczu i słodczy oraz małej aktywności fizycznej. Wszystko to prowadzi do otyłości, która zwiększa niebezpieczeństwo zachorowania na cukrzycę aż o 80 procent. Nadwaga i tłuszcz osłabiają wrażliwość komórek na insulinę i zmniejszają jej skuteczność (Tatoń, Czech i Idaszak, 2007).

Choroba niedokrwienna serca

Choroba niedokrwienna serca, podobnie jak cukrzyca jest schorzeniem przewlekłym, rozwijającym się powoli, często bezobjawowo nawet przez kilkanaście lat. Z tego powodu większość chorych nie jest świadoma swojej choroby ani tego, że przyczynia się do jej rozwoju. Nierzadko pacjent dowiaduje się o niej dopiero w momencie wystąpienia silnych powikłań, na przykład ostrego zespołu wieńcowego. Choroba wieńcowa, to tak jest często nazywana, to zespół objawów klinicznych, które powstają na skutek zaburzenia równowagi między zapotrzebowaniem mięśnia sercowego na tlen i związki energetyczne, a ich aktualną dostawą. Najczęstszą przyczyną niedokrwienia mięśnia sercowego jest miażdżycy tętnic wieńcowych (Guzińska, Kupc, Borys, 2007). Czynniki ryzyka choroby niedokrwiennej w dużej mierze podobne są do czynników ryzyka warunkujących rozwój cukrzycy. Możemy je podzielić na te, na które mamy wpływ i możemy je ograniczyć oraz te, na które wpływu nie mamy. Do czynników niezależnych od człowieka (podobnie jak w cukrzycy) możemy zaliczyć dziedziczność i starzenie się organizmu, bo

wraz z wiekiem wzrasta ryzyko zachorowania. Dodatkowym a zarazem istotnym czynnikiem jest płeć – tu mężczyźni chorują częściej. Do czynników ryzyka zależnych od człowieka możemy zaliczyć: palenie tytoniu, siedzący tryb życia, podniesiony poziom cholesterolu, nadwagę oraz wspomnianą wcześniej cukrzycę. Jak widać duża ich część wiąże się ze stylem życia jednostki. (Zembała i in., Opolski, 2002; Chodkiewicz, 2006). W literaturze przedmiotu zwraca się również uwagę na znaczenie czynników osobowościowych w genezie chorób serca. Amerykańscy kardiolodzy Friedman i Rosenman wysunęli koncepcję wzoru zachowania A opisywanego jako „zespół działań i emocji obserwowany u osób, które nieustannie odczuwają presję zdobywania coraz więcej w coraz krótszym czasie”. Od czasu odkrycia tych dwóch badaczy, przeprowadzono bardzo wiele badań nad tym typem osobowości. Elias i Wrześniewski (1988) wymieniają m.in. takie cechy osobowości jak: silna potrzeba osiągnięć, duża samokontrola, silne postawy obronne, długie zaleganie i tłumienie emocji, stałe poczucie presji czasu, stała rywalizacja i inne.

Wpływ WZA na zachorowalność jest obecnie dyskutowany. Prawdopodobnie taki wzorec funkcjonowania przyczynia się do obniżenia ogólnej odporności organizmu poprzez częstsze ekspozycje na sytuacje stresowe (Dolińska-Zygmunt, 2000, 2001; Sroka, 2001; Wrześniewski, 2000). Z kolei stres jest czynnikiem, który przyspiesza wystąpienie zawału serca, przyczynia się do rozwoju nadciśnienia tętniczego (które jest czynnikiem ryzyka), prowadzi do zaburzeń rytmu pracy serca i przez to prowokuje wystąpienie nagłego zgonu (Tylka, 1999).


FITNESSPARK

Czy już
przygotowałaś się
na wakacje?



26, 27 maja
kup karnet Open
drugi dostaniesz
gratis!

ZAPRASZAMY

Radom, ul. Chrobrego 22
tel. 48 385 89 13

www.fitnesspark.radom.pl



**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

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.

mgr Jolanta Komorowska
psycholog, terapeuta EMDR

- diagnoza psychologiczna
- poradnictwo i wsparcie
- terapia dzieci i młodzieży
- terapia zaburzeń stresu pourazowego

Zapisy telefoniczne

Radom,
ul. Curie-Skłodowskiej 118, lok. 309
tel. 606 244 806
jolantakomorowska@gmail.com

Mammografia – wyprzeć chorobę

Mammografia to rentgenowskie badanie piersi i obecnie najlepszy sposób wykrywania raka we wczesnym stadium rozwoju. Badania kliniczne wykazują, że kobiety regularnie wykonujące mammografię, w przypadku wykrycia raka, mają dużą szansę na pełne wyzdrowienie. Tymczasem ponad 90% kobiet w Polsce zapomina lub boi się wykonać u siebie badanie mammograficzne lub USG piersi. I dlatego, z powodu braku wczesnych badań w kierunku raka piersi, w Polsce, co roku umiera ponad 10 tys. kobiet!

Program Populacyjny Wczesnego Wykrywania Raka Piersi ma na celu zapewnić wszystkim kobietą w Polsce w wieku od 50-69 lat możliwość wykonania bezpłatnej mammografii raz na dwa lata.

W badaniu wykorzystuje się promieniowanie rentgenowskie żeby zobaczyć wewnątrz budowę piersi. W czasie badania wykonuje się 2 zdjęcia każdej piersi. Niektóre kobiety odczuwają ból w czasie badania ale dla większości jest to jedynie uczucie dyskomfortu. Ucisk stosowany w czasie mammografii nie uszkadza piersi i jest konieczny w celu uzyskania zdjęć wysokiej jakości. Badanie mammograficzne jest nieinwazyjne, nie wymaga żadnego przygotowania. Dawka promieniowania podczas mammografii jest zbliżona do dawki otrzymanej podczas prześwietlenia zęba. Najlepiej wykonać mammografię w pierwszej fazie cyklu czyli po miesiączce, ponieważ piersi nie są wtedy tak napięte, nabrziałe i wrażliwe na ból. Korzyści jakie za sobą niesie wykonanie mammografii to uwidocznienie małych zmian zanim staną wyczuwalne przez lekarza lub sama

kobietę. Badania kliniczne wykazały, że kobiety które regularnie wykonują mammografię dużo rzadziej umierają z powodu raka piersi w porównaniu z kobietami które nie poddają się systematycznym badaniom mammograficznym.

Niektóre kobiety zapadają na raka piersi przed pierwszą mammografią albo między badaniami. Dlatego jeśli niepokoi Cię cokolwiek związanego z Twoimi piersiami skontaktuj się ze swoim lekarzem, który w razie czego skontaktuje Cię ze specjalistą. Niepokojącymi zmianami są guzki, zgrubienia, wyciek z brodawki sutkowej zmiana kształtu piersi, wciągnięcie skóry. Jest wiele przyczyn zmian w piersiach, większość nie świadczy o chorobie nowotworowej ale wszystkie należy sprawdzić.

Guz wcześniej wykryty, ma zazwyczaj małe rozmiary, a im mniejszy, tym mniejsze prawdopodobieństwo istnienia przerzutów. Odpowiednia profilaktyka pozwala na wdrożenie leczenia, które pozwala często zachować pierś.

3 mm – to wielkość guza, wykrywanego u kobiet, które regularnie wykonują mammografię.

6 mm – to średnia wielkość guza, wykrywanego podczas pierwszej w życiu mammografii.

12 mm – średnia wielkość guza, wykrywanego przez kobietę, badającą sama regularnie swoje piersi.

21 mm – to średnia wielkość guza, wykrywanego przez kobiety, które sporadycznie badają swoje piersi.

40 mm – to średnia wielkość guza, wykrywanego przypadkowo, przez kobiety, które NIGDY nie badały swoich piersi.

Świadomość stanu Twoich piersi łącznie z regularnie wykonywaną mammografią lub badaniem USG to najlepsza metoda na wczesne wykrycie raka. Na ul. Suchej 2/13 jest ośrodek spełniający odpowiednie kryteria jakości, wyposażony w nowoczesny sprzęt który prowadzi Populacyjny Program Wczesnego Wykrywania Raka Piersi.

Rejestracji na bezpłatne badanie można dokonać telefonicznie pod nr tel. 48 386 90 33 lub 530 121 929. Po przybyciu do ośrodka pacjentka proszona jest o wypełnienie ankiety. Następnie wykwalifikowana techniczka wykona badanie mammograficzne. Samo badanie zajmuje kilka minut. Przed badaniem należy rozebrać się do pasa. Wygodniej zatem w tym dniu założyć ubranie dwuczęściowe.

Niektóre kobiety (jedna na 20 badanych) są wzywane ponownie, ponieważ wykonana mammografia sugeruje potrzebę przeprowadzenia dodatkowych badań. W celu wykluczenia zmiany nowotworowej kobieta jest zakwalifikowana przez lekarzy do etapu pogłębionej diagnostyki w tym celu wykonywane są też bezpłatnie dodatkowe badania: dodatkowe zdjęcia mammograficzne celowane, powiększone, badanie fizykalne, USG piersi lub biopsja grubo igłowa, jak również konsultacja z lekarzem radiologiem.

Zatem zachęcamy do regularnego wykonywania badań pomagających wcześniej wykryć zmiany chorobowe w piersiach.

zespół Diamed

NEL-MED
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
26-600 Radom, ul. Mireckiego 10
tel./faks (48) 360 22 22
info@nelmed.radom.pl
www.nelmed.radom.pl

Usługi w oparciu o kontrakt z NFZ
lekarz rodzinny, alergologia,
ginekologia i położnictwo,
reumatologia, otolaryngologia,
neurologia, USG Doppler,
zespół chirurgii jednego dnia

Usługi komercyjne
ortopedia, nefrologia, ginekologia,
chirurgia naczyniowa, proktologia,
chirurgia ogólna, rehabilitacja,
kardiologia, dietetyka,
medycyna pracy, USG Doppler

NZOZ DIAMED
w trosce o Twoje zdrowie...

Mammografia
zrób to dla siebie

BEZPŁATNE BADANIA MAMMOGRAFICZNE
dla kobiet od 50 - 69 roku życia

Informacja i rejestracja: pon-pt 9:00 - 17:00
tel. 48 386-90-33, kom. 530 121 929
Radom, ul. Sucha 2/13

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia

Wykonujemy również prywatne badania mammograficzne, USG piersi, tarczycy, jamy brzusznej, węzłów chłonnych, biopsję gruboigłową piersi.
ZAPRASZAMY!

lekarz medycyny
Wiesław Drożdżikowski
specjalista chorób wewnętrznych, gastroenterolog
USG jamy brzusznej
poniedziałek-środa 16.00-18.00
Radom, ul. Żeromskiego 51, tel. 601 371 470

Gabinet Pediatryczny
WIZYTY DOMOWE
lek. med. **Marta Nazimek**
Specjalista chorób dziecięcych
diabetolog
tel. 696 50 15 15

OPTYK
GRABOWSCY



Balotti
SPRAWDŹ PROMOCJE!
ODWIEDŹ NASZE SALONY

- **Galeria Feniks** (Piotr i Paweł)
Al. Grzeczmarowskiego 29/31 lok. 112
tel. 48 382-06-32
- **Przychodnia**, ul. 1905-roku 20 lok. 5
tel. 48 385-80-08
- **Nowy Salon** (vis a vis Uniwersytetu)
ul. Chrobrego 42a, tel. 794-042-500

GFFERRÉ SOLANO Baldinini Ray-Ban



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

leczenie chorób oczu u dzieci i dorosłych
leczenie niedowidzenia i choroby zezowej
aplikacje soczewek kontaktowych

zapisy na telefon _____
606 68 94 50, (48) 344 92 47
poniedziałek, środa 14.30
czwartek od 15.00
EPMED Radom, ul. Waryńskiego 9A lok. 8



Dorota
Wręczycka-Głuchowska
specjalista chorób oczu

Przychodnia Glinice
tel. 668 148 928

Laparoskopia a zdrowie kobiety



dr n. med. Andrzej Micuła, specjalista ginekolog, EvaClinic w Warszawie, nowoczesnej placówki medycznej specjalizującej się w małoinwazyjnych zabiegach chirurgii jednego dnia, m.in. laparoskopowych

Jeszcze przed dwudziestoma laty ta technika służyła wyłącznie do diagnostyki jamy brzusznej oraz pobierania wycinków do badań histopatologicznych. Obecnie każdego dnia wykonuje się tysiące zabiegów laparoskopowych, także w ginekologii. To ważne, bo wiele schorzeń w obrębie narządów kobiecych wymaga operacji i ważne jest, by były to zabiegi jak najmniej inwazyjne.

Laparoskopia to technika operacyjna umożliwiająca uniknięcie dużego nacięcia powłok brzusznych, a tym samym ograniczająca inwazyjność zabiegu. Przeprowadzana jest przy użyciu specjalnej kamery oraz cienkich, długich narzędzi wprowadzanych do jamy brzusznej i miednicy mniejszej poprzez małe, około centymetrowe nacięcia.

Kiedy można ją zastosować?

Laparoskopowo można dziś wykonać większość zabiegów ginekologicznych. Najczęściej są to zabiegi:

- wyluszczenie/wycięcie torbieli jajnika
- jedno lub obustronne wycięcie zmienionych chorobowo przydatków (jajnik i jajowodów)
- diagnostyka przyczyn poronień nawykowych i niepłodności
- sprawdzenie drożności jajowodów
- uwolnienie zrostów wewnątrztrzewnowych
- operacje endometriozy, w tym głęboko-naciekającej
- operacje z powodu ciąży pozamacicznej
- usuwanie mięśniaków macicy
- diagnostyka i ewentualna korekcja wad wrodzonych macicy
- amputacja trzonu macicy/wycięcie macicy

Laparoskopia sprawdza się nie tylko w ginekologii. Stosuje się ją również w celu usunięcia pęcherzyka żółciowego (cholecystektomia laparoskopowa) z powodu kamicy żółciowej, usunięcia wyrostka robaczkowego, zaopatrzenia przepuklin pachwinowych. Laparoskopowo operuje się przepukliny pooperacyjne i żylaki powrózka nasiennego. Ta technika używana jest też w diagnostyce, umożliwiając makroskopową ocenę otrzewnej, wątroby, części pęcherzyka żółciowego, śledziony, narządów rodnych, przepony i innych narządów. Wykorzystuje się ją również w biopsjach do badania mikroskopowego.

Jak przebiega zabieg?

Przeprowadzany jest zawsze w znieczuleniu ogólnym. Podczas operacji wykonywane są zazwyczaj trzy niewielkie nacięcia – jedno w pępku i dwa w podbrzuszu po prawej i lewej stronie. Przez pępek wprowadzany jest laparoskop – kamera, która przekazuje obraz z wnętrza jamy brzusznej na monitor umieszczony nad stołem operacyjnym. Podczas zabiegu jama brzuszna wypełniona jest gazem – dwutlenkiem węgla, dzięki czemu lekarz lepiej widzi operowany obszar. Przez boczne nacięcia wprowadzane są narzędzie.

Czego spodziewać się po zabiegu?

Bezpośrednio po zabiegu pacjentka przebywa na sali pooperacyjnej. Przez kilka godzin może odczuwać dużą senność. Czasami po znieczuleniu występują nudności i wymioty.

Przez kilka dni po zabiegu pacjentka może odczuwać zmęczenie i dyskomfort w operowanej okolicy. W niektórych przypadkach może wystąpić ból w okolicy ramienia. Jest on spowodowany gazem wprowadzanym do jamy otrzewnej podczas znieczulenia i stopniowo ustępuje w ciągu kilku godzin/dni.

W zależności od rozległości zabiegu, powrót do normalnej aktywności możliwy jest już po kilku dniach. W przypadku dużych operacji, czasami konieczny jest dłuższy okres rekonwalescencji oraz unikanie obciążających ćwiczeń i ciężkiej pracy fizycznej.

Należy niezwłocznie zgłosić się do lekarza, jeśli po zabiegu występuje:

- gorączka
- obfite krwawienie z dróg rodnych
- znaczne nasilenie dolegliwości bólowych
- zaczerwienienie, obrzmienie i wyciek z miejsc nacięć skórnych
- zasłabnięcie/omdlenie

Jakie ryzyko związane jest z zabiegiem?

Laparoskopia, jak każdy zabieg operacyjny, może być związana z wystąpieniem powikłań:

- krwawienie lub przepuklina w miejscu nacięć skórnych
- krwawienie do jamy otrzewnej
- infekcja
- śródoperacyjne uszkodzenie narządów wewnętrznych
- powikłania związane ze znieczuleniem

W niektórych przypadkach w trakcie zabiegu może okazać się, że przeprowadzenie go w drodze laparoskopii jest niemożliwe. W takim wypadku konieczne jest wykonanie większego nacięcia i przeprowadzenie operacji drogą laparotomii.

Jakie są zalety laparoskopii?

W porównaniu do klasycznej laparotomii, gdzie nacięcie powłok brzusznych jest duże, laparoscopia związana jest z mniejszymi dolegliwościami bólowymi po operacji, szybszym powrotem do zdrowia oraz mniejszymi bliznami i lepszym efektem kosmetycznym po zabiegu. Mniejsze jest również ryzyko infekcji. Zastosowanie laparoskopu pozwala również skrócić czas hospitalizacji po zabiegu oraz przyspieszyć rekonwalescencję i powrót do normalnej aktywności życiowej. W niektórych przypadkach możliwe jest przeprowadzenie zabiegu w trybie jednodniowej hospitalizacji.

Czy to zabieg dla każdego?

Wielu zabiegów laparoskopowych przeprowadzana jest w warunkach chirurgii jednego dnia. Laparoskopię można wykonywać u pacjentów w każdym wieku. Nie przeprowadza się jej u kobiet w ciąży powyżej 3. miesiąca i w okresie krwawienia miesiączkowego, jak też u osób z niewydolnością krążeniowo-oddechową, ciężką astmą, przewlekłym zapaleniem oskrzeli lub świeżo przeżytym zawałem serca.



Gabinet medycyny estetycznej

lek. medycyny *Mariusz Mieszkowski*
tel. 791 660 619

oferuje:

- peelings lecznicze – przebarwienia, blizny potrądzikowe, odmłodzenie skóry
- mezoterapia igłowa – biorewitalizacja, odmłodzenie skóry,
- leczenie łysienia, wzmocnienie włosów
- leczenie zmarszczek mimicznych twarzy – BOTOX
- leczenie nadpotliwości – pachy, dłonie – BOTOX
- kwas hialuronowy – korekcja bruzd, zmarszczek, modelowanie ust, modelowanie policzków, owalu twarzy.
- lipoliza iniekcyjna – usuwanie nadmiaru tkanki tłuszczowej
- bezpłatne konsultacje

rejestracja Centrum Medyczne PT-Dental
Radom, ul. Ks. Sedlaka 4/6/8, tel. 48 363 33 60



VITA-Derm

CHIRURGIA PLASTYCZNA • MEDYCYNA ESTETYCZNA

- BOTOX®, redukcja zmarszczek - kwas hialuronowy
- leczenie wypadania włosów - osocze bogatopłytkowe
- skleroterapia żylaków
- leczenie nadpotliwości
- laserowe usuwanie znamion skórnych
- laserowe usuwanie przebarwień
- laserowe leczenie blizn potrądzikowych FRAXEL CO₂
- depilacja laserowa LIGHT SHEER

Radom, ul. Witolda 10
tel. 48 383 61 00, kom. 603 333 122

Gabinet okulistyczny

Hanna Małecka
specjalista chorób oczu
Radom, Żeromskiego 51 (1 piętro)
kom. 604 529 306
przyjmuje poniedziałek, środa od 16.00

Waldemar Nazimek
specjalista chorób oczu
przyjmuje: środa 16.00-18.00
Przychodnia „Południe”, ul. Czarnoleska 19
tel. 696 50 15 15

dr n. med. **Bogusław Szponar**
specjalista chorób oczu
tel. 602 762 323

OPTYK **Likowski** GABINET OKULISTYCZNY
Elżbieta Likowska
lekarz okulista
pn 10-18 • wt,śr,pt 10-14, 16-18
sobota na zapisy
www.likowski.eu
Radom, ul. Witolda 2, tel. 48 36 00 852

OPTYK

okulary korekcyjne
okulary słoneczne
soczewki kontaktowe

zaprasza
poniedziałek-piątek
10.00-17.30
Radom, ul. Okulickiego 58/70
tel. 501 576 329

life diet
PORADNIA DIETETYCZNA
diety dla osób z nadwagą lub otyłością
dietoterapia chorób cywilizacyjnych
(cukrzyca typu II, choroby układu krążenia)
plany żywieniowe dla kobiet w ciąży oraz karmiących
diety dla dzieci i młodzieży
żywienie sportowców
weryfikacja i analiza składu ciała
ocena dotychczasowego sposobu odżywiania się

BEZ SUPLEMENTACJI

Radom, ul. Warzywna 23
tel. 606 275 742
www.dietetyk-radom.pl

Akademickie Centrum Medyczne

Pełna laseroterapia: leczenie jaskry, zaćmy wtórnej, zmian cukrzycowych oraz profilaktyka odwarstwień siatkówki
Specjaliści z wiodących ośrodków medycznych z Lublina, Warszawy, Poznań, Łodzi
Radom, ul. Struga 60, tel. 48 330 84 11, www.acm.radom.pl

Akademickie Centrum Medyczne

Zabiegi usunięcia zaćmy z wszczepem soczewki bioanalogicznej
NOWOŚĆ w Polskiej okulistyce!
Specjaliści z wiodących ośrodków medycznych z Lublina, Warszawy, Poznań, Łodzi
Radom, ul. Struga 60, tel. 48 330 84 11, www.acm.radom.pl

dr n. med. **Krzysztof Nadgrodkiewicz**

SPECJALISTA NEUROLOG

Radom, ul. Żeromskiego 65, pokój 107

zapisy w dni robocze od 9.00 do 16.00, tel. **697 06 08 07**

GABINET NEUROLOGICZNY

Jarosław Kosowski

tel. 608 460 030

Radom, ul. Focha 12/7, I piętro
poniedziałek i środa 16.00-17.00

GABINET NEUROLOGICZNY

Marina Chojnaeka

Radom, ul. Kelles-Krauz 32

tel. 48 **384 89 04**, kom. **604 994 824**

przyjmuje poniedziałek 16.00-17.00

Andrzej Borysowicz

specjalista neurolog

tel. **604 930 232**, Radom, ul. Niedziałkowskiego 24

Pracownia EMG

specjalista neurolog **Grzegorz Jurkiewicz**

Radom, ul. Witolda 7 lokal 1.03 **MAX-MED**

(pawilony Rosa - I piętro)

Grójec, ul. P.O.W. 14 **LEDAMED**

Ostrowiec Św. ul Kopernika 14 **NZOZ NOVOMED**

tel. **694 364 364**

telefoniczna rejestracja pacjentów codziennie w godzinach 14-20

Ziemowit Olczyk
neurolog

wizyty domowe

(Radom, Grójec i okolice)

tel. **502 083 626**

Gabinet
w Przychodni SONOMED
Grójec, ul. Piłsudskiego 33

kom. **790 456 155**

tel. (48) **664 61 55**

czwartki od godz. 15.00

LightBox to propozycja
zdrowego sposobu odżywiania,
dostępna od niedawna także w Radomiu.

Przygotowujemy i dostarczamy całodzienne
zestawy zbilansowanych, smacznych posiłków
o określonej wartości kalorycznej.



LightBox jest dla osób, które...

- chcą zdrowo się odżywiać
- dbają o sylwetkę – chcą schudnąć
- dużo pracują, są zabiegane
- nie chcą tracić czasu na zakupy
- nie lubią przygotowywać posiłków
- cenią sobie wygodę
- nie chcą wyrzucać przeterminowanej żywności
- zwracają uwagę na jakość

zapraszamy na

www.LightBox.pl

telefon +48 513 513 661

kontakt@lightbox.pl





Radom
ul. Bernardyńska 1
tel. (48) 360 10 26
faks (48) 340 29 03
tel. kom. 695 900 792
sklep@armed-ort.pl
www.armed-ort.pl

Sklep medyczny

- darmowe badanie stóp na podoskopie!
- komputerowa analiza chodu (baropodometria i videografia 2D)
- w doborze sprzętu ortopedycznego i środków pomocniczych pomoże wyszkolony personel, biomechanik oraz inżynier biomedyczny
- szeroki zakres asortymentu (ponad 1000 produktów)
- pracownia ortopedyczna: gorsety do leczenia skoliozy, indywidualne wykonanie wkładek i obuwia ortopedycznego, a także protez, aparatów oraz ortez kończyn górnych i dolnych

mikirad
SKLEPY MEDYCZNE

refundacja NFZ
RADOM

ul. Główna 12, tel. 48 331 22 49
ul. Piastowska 1a/4, tel. 48 384 77 24
ul. Planty 13, tel. (48) 362 68 49
tel. (48) 383 08 88
ul. Aleksandrowicza 5 (Szpital Wojewódzki)
tel. 48 361 38 82
sklep@mikirad.com.pl
www.mikirad.com.pl

medistar

SKLEP MEDYCZNY

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

bezpłatny dowóz towaru do klienta!
akceptujemy karty płatnicze

www.medistar.pl

SKLEP
MEDYCZNY



Radom, ul. Giserska 4
tel. 48 365 11 88

refundacja - umowa z NFZ

Cyfrowe 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
przeciwodleszynowe

glukometry

ciśnieniomierze

inhalatory

ssaki

aparaty do mierzenia ciśnienia

serwis gwarancyjny i pogwarancyjny na miejscu

bezpłatne badanie słuchu
laryngolog - konsultacje

ZAPRASZAMY

poniedziałek-czwartek

9.00-17.00

piątek

9.00-16.00

sobota

9.00-13.00

Adam Krajewski
specjalista alergolog, specjalista dermatolog
przyjmuje
od poniedziałku do piątku
od 15.00 do 17.00
Radom, ul. Żeromskiego 105a
tel. 48 362 12 25

MULTIMED

SKLEP MEDYCZNY

refundacja NFZ

godziny otwarcia
poniedziałek - piątek 9.00-17.00
sobota 10.00-13.00

26-600 Radom, ul. Mieszka I 3H
tel./faks 48 333 00 09, kom. 602 55 22 70

Zdrowy sposób odżywiania

Szanowni Państwo,

Mam przyjemność przedstawić wyróżniającą się na polskim rynku propozycję zdrowego sposobu odżywiania się, dostępną od niedawna także na terenie Radomia.

LightBox to całodzienne zestawy pięciu posiłków o pełnej wartości odżywczej, dostarczanych do Państwa kurierem, dla chcących się zdrowo odżywiać lub zdrowo i efektywnie schudnąć

Dieta LightBox posiada cechy diety śródziemnomorskiej i spełniając zalecenia Europejskiego Towarzystwa Kardiologicznego w zakresie zawartości kwasów tłuszczowych, cholesterolu, błonnika, udziału energii z białka, tłuszczów, węglowodanów, cukrów prostych, itd. jest polecana przez ekspertów również w profilaktyce chorób dietozależnych oraz w terapii chorób naczyniowo-sercowych, przede wszystkim w miażdżycy, a także przeznaczona jest dla pacjentów w stanach przedcukrzycowych.

Co to jest LightBox?

- Całodzienne zestawy zbilansowanych,

smacznych posiłków o określonej wartości energetycznej (od 1000 do 2500 kcal), produkowanych w nowoczesnym zakładzie z wdrożonym systemem HACCP.

- Wartość odżywcza pokrywająca zapotrzebowanie człowieka na składniki odżywcze, mikro- i makroelementy zgodne z normami i zaleceniami Instytutu Żywności i Żywienia.
- Herbaty ziołowe przyspieszające przemianę materii.
- Hermetycznie zamknięte pojemniki, chroniące przed zanieczyszczeniami, również mikrobiologicznymi.

Zapraszam na naszą stronę internetową www.lightbox.pl, na której zamieszczamy menu na dwa kolejne tygodnie, udzielamy praktycznych porad żywieniowych, opisujemy nasz udział w różnych programach, realizowanych również na łamach mediów oraz proponujemy ciekawe artykuły z zakresu zdrowego sposobu odżywiania się.

Agnieszka Puchala



Innowacyjne okołokorzeniowe leczenie kręgosłupa

godziny spędzone w biurze, na spotkaniach i w samochodzie osłabiają mięśnie i w ten sposób prowadzą do wysuwania się krążków międzykręgowych, podrażnienia korzeni nerwów, zwężenia kanału kręgowego, nieprawidłowej postawy czy stwardnień. Wszystko to może prowadzić do bólu – bólu, który musi być natychmiast leczony, żeby nie przysłonił innych spraw na późniejszym etapie życia.

Szczególnie koncentrujemy się na plecach. Specjalnie opracowana koncepcja leczenia tego obszaru skutecznie likwiduje ból i zapobiega 80 procentom wszystkich operacji kręgosłupa.

Celowana okołokorzeniowa terapia bólu pod kontrolą Tomografu Komputerowego

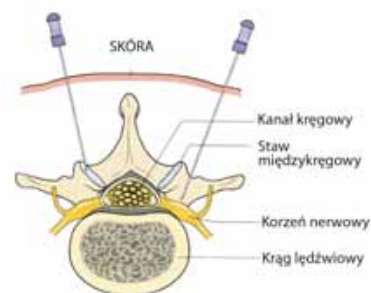
Metoda polega na iniekcjach leków w okolicę otworu międzykręgowego. Szybkie, lecz krótkotrwałe działanie anestetyku (lignokaina) sumuje się z silnym, długotrwałym przeciwzapalnym i przeciwobrzękowym i przeciwbólowym oddziaływaniem diprophosu. Kontrola 64-rzędowym tomografem komputerowym umożliwia precyzyjne podanie środka leczniczego w pożądanym rejon.

Wskazania do zabiegu obejmują dolegliwości wywołane uciskiem na korzenie nerwowe w przebiegu:

- dyskopatii (protruzji krążka międzykręgowego lub przepukliny jądra miazdystego),
- choroby zwyrodnieniowej kręgosłupa,
- stenozы otworów międzykręgowych,
- stenozы kanału kręgowego,
- pooperacyjnych zespołów bólowych.

Przeciwwskazania:

- istnienie bezwzględnych wskazań do zabiegu operacyjnego,
- wynikające ze stosowania preparatów sterydowych (np. ciężka, niewyrównana cukrzyca, aktywna i powikłana choroba wrzodowa żołądka i dwunastnicy, zaburzenia odporności oraz podejrzenie sepsy),
- ciężkie zaburzenia układu krzepnięcia,
- zdiagnozowana jaskra,
- ropne infekcje skóry i tkanki podskórnej okolicy kręgosłupa.



Zabiegi przeprowadzane są w pracowni Tomografii Komputerowej, z zachowaniem zasad aseptyki. Chory układany jest na stole tomograficznym w pozycji leżącej, na brzuchu lub na plecach w przypadku ostrzykiwania odcinka szyjnego kręgosłupa. Wykonuje się topogram boczny, a następnie, na podstawie serii skanów osiowych w zakresie obejmującym otwory międzykręgowy, wyznaczane jest optymalne miejsce wkłucia. Po dezynfekcji skóry wprowadzana jest igła, następnie tomograficznie kontrolowane jest jej położenie. Po ewentualnej korekcie wkłucia wykonywane jest wstrzyknięcie leków. Pacjent pozostaje pod nadzorem lekarskim przez ok. 1 godz. Dla uzyskania długotrwałego efektu terapeutycznego wstrzyknięcia powinny być powtarzane kilkakrotnie (niekiedy już dwukrotne podanie leku przynosi całkowite zniesienie bólu) w odstępach 3-4 tygodniowych. Jednorazowo można wykonać do 2 iniekcji na różnych poziomach.

WERYFIKACJA DO ZABIEGU WINNA BYĆ PRZEPROWADZONA PRZEZ LEKARZA SPECJALISTĘ (wydającego skierowanie na wykonanie TK). Kwalifikowani są chorzy z udokumentowanymi (TK, MR) zmianami w obrębie kręgosłupa cierpiący na bóle przewlekłe (co najmniej 3 miesiące), nie poddające się terapii konwencjonalnej.

Zapisy na zabiegi dokonywane są na podstawie skierowania od lekarza specjalisty neurologa, neurochirurga lub ortopedy.

Przed zabiegiem pacjent wypełnia specjalną ankietę zawierającą pytania dotyczące przeciwwskazań do zabiegu oraz formularz zgody na zabieg.

endomed[®] we współpracy
z niemiecką Kliniką Neurochirurgii w Greifswald
oferuje

**NIEOPERACYJNE ZABIEGI
OKOŁOKORZENIOWEJ
TERAPII BÓLU
POD KONTROLĄ
TOMOGRAFU KOMPUTEROWEGO**

kontakt
ENDOMED
Zakład Diagnostyki Obrazowej
Radom, ul. Kilińskiego 6
kom. 606 169 634
tel. (48) 340 02 35 wew. 2

**NOWOŚĆ!!!
w leczeniu
kręgosłupa**

zespół Endomed

KOLAGEN DO PICIA
1 fiołka dziennie

Jędrna skóra
Zdrowe stawy
Mocne kości

www.artivit.com.pl



specjalistyczna
pracownia analiz
lekarskich
mgr Krystyna Bałdys

LABORATORIUM MEDYCZNE

Radom, ul. Struga 19/21, tel. 48 363 45 66
analizy_lekarskie@baldys-lab.eu

www.baldys-lab.eu

- + doświadczenie – od ponad 30 lat na rynku
- + specjaliści z dziedziny diagnostyki laboratoryjnej
- + najwyższa jakość badań
- + nowoczesny sprzęt diagnostyczny
- + wyniki on-line

**Uwaga! atrakcyjna oferta dla przychodni,
szpitali i innych placówek służby zdrowia!**

Zestawy badań:

- ✓ dla dzieci
- ✓ dla przyszłych rodziców
- ✓ profile wiekowe

Miła atmosfera, fachowa obsługa! Serdecznie zapraszamy!

Laboratoryjne ABC

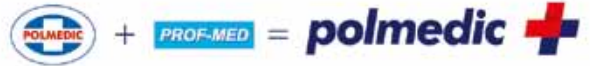
CA 19-9 – antygen nowotworowy (inaczej marker nowotworowy) towarzyszący nowotworom przewodu pokarmowego. Jest uznany za specyficzny marker raka trzustki, ale jego znacznie podwyższony poziom stwierdza się również w nowotworach złośliwych pęcherzyka żółciowego, raka jelita grubego itd. Znajduje duże zastosowanie w monitorowaniu postępów terapii u chorych z rakiem trzustki, a także jest dobrym wskaźnikiem wznowy miejscowej i przerzutów odległych raka trzustki po zakończeniu terapii.

Dzisiaj badanie – dzisiaj wynik! Zapraszamy!



Medycyna dla zdrowia

Łączymy swoją wiedzę i doświadczenie
definiując nową jakość opieki medycznej



Zapraszamy do naszych placówek:
ul. Okulickiego 76 | ul. Okulickiego 74 | ul. Domagalskiego 7 | ul. Osiedlowa 9



Telefoniczna rejestracja: 48 386 90 60
www.polmedic.com.pl

Medycyna dla zdrowia

Medycyna Pracy

- badania wstępne
- okresowe
- kontrolne
- badania kierowców



infolinia: 601 177 955
ul. Okulickiego 76