



*Zdrowych i wesołych
Świąt Bożego Narodzenia*



ICOONE®
ekspert
w modelowaniu
sylwetki **str. 22**

Torbiele nerek **str. 10**

Diet Coaching **str. 8**

**Obejrzyj swój
kręgosłup w 3D** **str. 6**

**Leczenie bólu w chorobach
układu ruchu** **str. 14**

**Innowacyjna
Terapia Energotonowa** **str. 16**

Bóle pleców – choroba cywilizacji informatycznej **str. 5**

Nietrzymanie moczu i obniżenie ścian pochwy **str. 19**

Spis ogłoszeń

LEKARZE SPECJALIŚCI

ALERGOLOG

Gamed – str. 6
Łukasik Ewa • MEDICON – str. 3

CHIRURG DZIECIĘCY

Baryłka Krzysztof – str. 20
Wypyski Andrzej – str. 20

CHIRURG NACZYNIOWY

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

CHIRURG OGÓLNY

Majchrzak Wojciech • PTdental – str. 11
Ostrach Andrzej – str. 14
Roszczyk Jadwiga • NEL-MED – str. 8
Szczęśniak Grzegorz • EUROMED – str. 20
Terpiłowski Tomasz • VENOMEDICA – str. 14
Więzorek Janusz • MEDJANA – str. 18
Wdowik Arkadiusz • VENOMEDICA – str. 14
Wrzosek Grzegorz • ENDOCARD – str. 8

CHIRURG ONKOLOG

Krajewska Danuta • MEDJANA – str. 18
Majchrzak Wojciech • PTdental – str. 11
Szczęśniak Grzegorz • EUROMED – str. 20

DERMATOLOG

Gamed – str. 6
Krajewski Maciej • ESTIVANCE – str. 22

DIABETOLOG

Jaśkiewicz Anna • EPMED – str. 9
Nazimek Marta – str. 14
Kempa Urszula – str. 21

ENDOKRYNOLOG

Gamed – str. 6
Kempa Urszula – str. 21

GASTROLOG

Droździkowski Wiesław – str. 14
Gamed – str. 6
Romanowski Janusz • ENDOMED – str. 17

GINEKOLOG

Gamed – str. 6
Hejnar-Szczerbińska Małgorzata – str. 21
Jóźwiak Piotr • PRO FEMINAE – str. 21
Kielski Piotr • EPMED – str. 9
Nita Zygmunt – str. 20
Świechowski Witold • AGAMED – str. 14

INTERNISTA

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

KARDIOLOG

Gamed – str. 6
Kędzior-Biedrzycka Iwona – str. 8
Świągół Paweł – str. 8
Wrzosek Bożena • ENDOCARD – str. 8

LARYNGOLOG

Gamed – str. 6
Kielska Ewa • EPMED – str. 9

MEDYCYNA ESTETYCZNA

Estivance – str. 22
Mieszkowski Mariusz – str. 11
Polmedic – str. 17
Vita-Derm – str. 17

MEDYCYNA PRACY, BADANIA OKRESOWE

Gamed – str. 6
Przybyłowicz Waldemar • P.M.R. – str. 6
Pytel Anna • AGAMED – str. 14

NEUROLOG

Borysowicz Andrzej – str. 21
Chojnacka Marina – str. 21
Dudzińska Ewa – str. 18
Gamed – str. 6
Głód-Socha Katarzyna – str. 21
Jurkiewicz Grzegorz – str. 22
Kosowski Jarosław – str. 21
Nadgrodkiewicz Krzysztof – str. 21
Olczyk Ziemowit – str. 21

NEFROLOG

Furman-Kuklińska Karolina – str. 11

NEUROCHIRURG

Zagata Adam – str. 21

OKULISTA

Gamed – str. 6
Krupa Ewa – str. 16
Nazimek Waldemar – str. 19
Małecka Hanna – str. 19
Szponar Bogusław – str. 19

ORTOPEDA

Gajos Paweł – str. 15
Karaś Marek • MEDICON – str. 3
Kazuński Hubert – str. 18
Kowal Roman – str. 4
Piasta Zbigniew • MEDJANA – str. 18
Sekula Jan • SANUS – str. 20

Świerczek Mirosław • MEDJANA – str. 18
Wypyski Andrzej – str. 20

PEDIATRA

Gamed – str. 6
Kędzior-Biedrzycka Iwona – str. 8
Nazimek Marta – str. 14

PROKTOLOG

Drotleff Bogusław • NEL-MED – str. 8
Noll Krzysztof • VENOMEDICA – str. 14

PSYCHIATRA

Gamed – str. 6
Karczewski Andrzej – str. 19
Szczęcińska Ewa – str. 19

PRZYCHODNIE

Agamed – str. 14
Centrum Medyczne ACM – str. 6
EndoCard – str. 8
Endomed – str. 17
Epmmed – str. 9
Gamed – str. 6
Medicon – str. 3
MedJana – str. 18
Nel-Med – str. 8
Polmedic – str. 17, 24
Venomedica – str. 14
Vitamed – str. 15

STOMATOLOG

Agamed – str. 14
Aurudent – str. 11
Kraj Artis – str. 14
Gamed – str. 6
M-dent – str. 12
Luxdent – str. 12
PT Dental – str. 11
Szwedental – str. 15
Unident – str. 15

UROLOG

Alter Andrzej – str. 18
Baryłka Krzysztof – str. 20
Gamed – str. 6
Nierubca Antoni – str. 14

USŁUGI MEDYCZNE

ANALIZY MEDYCZNE

Baldys Krystyna – str. 23
Medica – str. 3

BADANIA KIEROWCÓW

Gamed – str. 6
PMR – str. 6

BANK KOMÓREK MACIERZYSTYCH

Hejnar-Szczerbińska Małgorzata – str. 21

DIETETYK

Fizjomedica – str. 7
Life & Diet – str. 7
Medi Diet – str. 17

MASAŻ LECZNICZY

Chrobrego – str. 6
FizjoExpert – str. 7
Fizjomedica – str. 7
Reha-complex – str. 8
MedJana – str. 18

MEDYCYNA NIEKONWENCJONALNA

Pijawki – str. 11

OPTYK

BRILEX – str. 16
Grabowscy – str. 16

OPIEKA PIELĘGNIARSKA

Chrobrego – str. 6
Dom Pod Żółtym Dębem – str. 7
Reha-complex – str. 8
Vic-Med – str. 7

ORTODONTA

Lapro dentis – str. 14

OSRODKI OPIEKI DŁUGOTERMINOWEJ

Dom Pod Żółtym Dębem – str. 7
Chrobrego – str. 6
Vic-Med – str. 7

PROTETYKA STOMATOLOGICZNA

Lapro dentis – str. 14

PSYCHOLOG

Gamed – str. 6
Kołątaj Agnieszka – str. 18
Komorowska Jolanta – str. 19

REHABILITACJA

Chrobrego – str. 6
FizjoExpert – str. 7
Fizjomedica – str. 7
MedJana – str. 18
Reha-complex – str. 18
Vic-Med – str. 7

SALONIK URODY

Idalia – str. 11

SKLEPY MEDYCZNE

Armed Ort – str. 10
Mikirad – str. 10

Medistar – str. 10

Multimed – str. 11

Stymat – str. 10

TRANSPORT MEDYCZNY

DeltaMed – str. 9

WYPOŻYCZALNIA SPRZĘTU MEDYCZNEGO

Reha-complex – str. 8

DIAGNOSTYKA MEDYCZNA

ANALIZY MEDYCZNE

Baldys Krystyna – str. 23
Gamed – str. 6
Medica – str. 3

BIOPSJE

Euromed – str. 20

BADANIE GĘSTOŚCI KOŚCI

Sanus – str. 20

DOPPLER

MedJana – str. 18
Roszczyk Jadwiga • NEL-MED – str. 8
Venomedica – str. 14

EMG

Jurkiewicz Grzegorz – str. 22

MAMMOGRAFIA

Diamed – str. 21

REZONANS MAGNETYCZNY

Diagnosis – str. 7
Grupa Medical – str. 9

TOMOGRAMFIA KOMPUTEROWA

Endomed – str. 17
Panoramica – str. 12, 13

USG

Centrum Medycyny Kobiet – str. 20
Droździkowski Wiesław – str. 14
Epmmed – str. 9
Euromed – str. 20
Hejnar-Szczerbińska Małgorzata – str. 21
Medicon – str. 3
MedJana – str. 18

INNE

Coaching – str. 9
Szczeciński soniczne – str. 12
Centrum Zdrowych Pleców – str. 4
Detoksykacja, wszywki – str. 21

Gazeta promowana przez:

• hurtownię farmaceutyczną **PORFARM**



ZAMÓWIENIA ON-LINE

www.porfarm.pl



Mi-Mo wszystko

Wydawca nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam i ogłoszeń.

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

OBSŁUGA KIENTA

533 251 968

@ medyk@gazetamedyk.pl

www.gazetamedyk.pl

opracowanie graficzne gazety:

Czarna w paski Patyk Förmaniak tel. 608 240 363

- **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**

zabiegi okulistyczne

usunięcia zaćmy - komercyjne

najlepsze na świecie amerykańskie soczewki wewnątrzgałkowe korygujące nadwzroczność, krótkowzroczność astygmatyzm a także soczewki wielogniskowe

prof. dr hab. n. med.

Iwona Grabska-Liberek

- Kierownik Kliniki Okulistyki w Szpitalu im. Orłowskiego w Warszawie,
Prezes Elekt Polskiego Towarzystwa Okulistycznego,
Konsultant Wojewódzki Okulistyki

Zapisy pod numerem telefonu

(48) 367 15 16

514 997 620

794 775 756

od poniedziałku do piątku
w godz. 8.00-16.00

Radom, ul. Gagarina 1
www.medicon.com.pl

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**





WKRÓTCE OTWARCIE ŻEROMSKIEGO 84

Bóle pleców

choroba cywilizacji informatycznej cz.1



dr n. med. Roman Kowal
specjalista chirurgii
urazowo – ortopedycznej
i rehabilitacji medycznej

„K” jak KRĘGOSŁUP

To struktura złożona z 32-34 kręgow zgrupowanych w odcinki obejmujące 7 kręgów szyjnych, 12 kręgów piersiowych, 5 kręgów lędźwiowych, 5 kręgów krzyżowych (tworzących kość krzyżową) oraz szczytkowe 3-5 do pięciu kręgów ogonowych, które u człowieka w okresie dojrzewania kostnieją tworząc kość ogonową.

Wzdłuż kręgosłupa biegnie główna oś podtrzymująca ciało człowieka w pozycji pionowej, a połączenia stawowe pomiędzy pierścieniami kręgów warunkują jego sprawność i elastyczność. Swoistymi amortyzatorami są krążki międzykręgowe („DYSKI”), które odpowiadają za komfort chodzenia, siedzenia i biegania – są one odpowiedzialne za łagodzenie wstrząsów i ruchomość kręgów względem siebie. Każdy krąg to odrębny element kostny składający się z trzonu, wyrostków poprzecznych, wyrostków kolczystych i otworu kręgowego. Zadaniem kręgów jest ochrona rdzenia kręgowego biegnącego wewnątrz swoistej, elastycznej „rury”. Kręgi otoczone są płaszczem mięśni posturalnych, przykręgosłupowych, które w raz z mięśniami brzucha i mięśniami miednicy pozwalają na utrzymanie wyprostowanej postawy oraz wykonywanie czynności w pozycji siedzącej i stojącej. **Dobra kondycja tych mięśni jest kluczem do profilaktyki i leczenia bólów pleców oraz sprawności lokomocyjnej.**

„P” jak PRZYCZYNY bólów pleców

Ból zlokalizowany w okolicy kręgosłupa może być wywołany wieloma przyczynami. Począwszy od nabytych wad postawy, wrodzonych wad budowy kręgosłupa, urazy, nadmierne przeciążenia, stany zapalne, choroby rozrostowe.

Wraz z rozwojem cywilizacji informatycznej obserwuje się wzrost liczby pacjentów zgłaszających się do lekarza z powodu bólów kręgosłupa. Szacuje się, że około 30-40% w wieku ok. 40-50 lat regularnie cierpi z powodu bólu pleców, dolegliwości nasilających się wraz z wiekiem. Dolegliwość bólowe zgłaszane przez pacjentów można ogólnie podzielić na dwie kategorie: - Bóle o charakterze krótkotrwałym, które

są konsekwencją działania czynników mechanicznych, trwają one zazwyczaj od kilku tygodni do kilku miesięcy, wśród głównych przyczyn należy wymienić:

- Nieprawidłową postawę ciała
- Nadwaga
- Długotrwała pozycja siedząca lub stojąca
- Przeciążenia urazowe, naciągnięcie mięśni i więzadeł przykręgosłupowych
- Nadmierny wysiłek i przeciążenia związane z uprawianiem sportu
- Cięża

- Bóle o charakterze przewlekłym związane są z istniejącymi patologiami w przebiegu różnych chorób np.:

- Zesztywniające zapalenie stawów kręgosłupa (ZZSK)
- Choroba zwyrodnieniowa stawów kręgosłupa
- Łuszczycza, reumatoidalne zapalenie stawów itp.
- Złamania patologiczne w przebiegu osteoporozy
- Stenozy (zwapnienia) kanału kręgowego
- Dyskopatia (choroba krążków międzykręgowych)
- Choroby narządów wewnętrznych mogące powodować ból (rzutowany), w przebiegu chorób nowotworowych i infekcyjnych (np. półpasiec).

Ból jest odczuciem subiektywnym, każdy pacjent odczuwa go inaczej, zależy to od doświadczeń bólowych, płci, ogólnego stanu zdrowia, wieku itd.

Ból ostry pojawia się nagle, pacjent go jasno definiuje. Spełnia on funkcje ostrzegawczą i obronną. Budzi dyskomfort i niepokój. Właściwe postępowanie terapeutyczne, usunięcie jego przyczyny powoduje ustąpienie dolegliwości. Problem zaczyna się w momencie, kiedy na skutek częstych epizodów ostrego bólu pleców przekształca się on w ból przewlekły. Taki trwający dłużej niż 3 miesiące ból staje się niezależnym zespołem chorobowym, a nie objawem ostrzegającym. Pacjentów z trwałym bólem dotyczą podobne mechanizmy prowadzące do obniżenia komfortu życia, zaburzenia fizjologiczne, psychologiczne i społeczne. Ból przedłużający się może prowadzić do depresji, wykluczenia zawodowego i społecznego.

„B” jak podstawowe BŁĘDY w leczeniu bólu pleców.

1. Próba leczenia się na własną rękę: przez Internet, pseudo masażystów, pseudo nastawiaczy, bez postawienia rozpoznania i ustalenia przyczyny.

2. Nadużywanie leków przeciwbólowych – co może prowadzić do uszkodzenia wątroby, nerek, szpiku itd.
3. Unikanie ruchu lub uprawianie sportu okazjonalnie – bez rozgrzewki, bez przygotowania (z samochodu prosto na narty)
4. Przerwanie leczenia – celem leczenia jest nie tylko wyeliminowanie przyczyny powstawania bólu, a także zapobieganie nawrotom, jej utrwalenie urazów i nawyków ruchowych.

„D” jak DLACZEGO boli?

Ból pleców to skutek kilku nakładających się na siebie przyczyn:

1. Siedzący tryb życia
2. Nieprawidłowa postawa
3. Brak rozsądnej aktywności fizycznej.

Powyższe doprowadzają do osłabienia mięśni grzbietu, które stają się ofiarą przewlekłego, wzmożonego napięcia i nieprawidłowego obciążenia (np. praca przy komputerze, dłuższa jazda non-stop samochodem) stąd już tylko krok do uporczywych dolegliwości w okolicy szyi, ramion, klatki piersiowej i okolicy lędźwiowo-krzyżowej. Człowiek został stworzony do ciągłego ruchu, a nie do siedzenia najczęściej przypomina nam o tym silny ból w odcinku lędźwiowo-krzyżowym, bądź szyjnym. Utrwalone nawyki nieprawidłowej postawy, brak ruchu mogą w konsekwencji prowadzić do bólu pleców, objawu cywilizacji informatycznej.



*Zdrowych, spokojnych
i bez dolegliwości bólowych
Świąt Bożego Narodzenia
życzy autor*

SP ZOZ

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

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
neurologiczna
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)



MEDYCYNA PRACY

Badania:

- wstępne, okresowe, kontrolne pracowników
- uczniów
- kierowców (wszystkie kategorie)



USŁUGI MEDYCZNE DLA PACJENTÓW:

Lux-Med, Medicovert, Allianz, CMP,
FALC, 4-Med, Enel-Med, MEDICA,
Poł Med, PZUP, Ipa-Polska, Signal-Iduna

Radom, ul. Wysoka 12
tel 48 363 17 04, 362 86 69

rejestracja osobiście lub telefonicznie
pn.-cz. 7.30 do 20.00, pt. 7.30 do 18.00

Obejrzyj swój kręgosłup w 3D

Najnowocześniejsze urządzenie do bezinwazyjnego badania kręgosłupa i postawy ciała – obejrzyj swój kręgosłup w 3D w Przychodni Specjalistycznej ACM Radom ul. Struga 60

Diers formetric III 4D jest bezdotykowym, automatycznym i niepromieniującym sposobem pomiaru statyki ciała, którego celem jest obniżenie obciążenia, które powoduje promieniowanie rentgenowskie. Na podstawie otrzymanych danych powstaje precyzyjny trójwymiarowy model powierzchni pleców. Istotną cechą tego urządzenia jest analiza kształtów pleców, która została stworzona specjalnie do takiego zastosowania.

Uwzględniając anatomiczne i biomechaniczne założenia modelu umożliwia on obliczenia: stałych punktów anatomicznych, różnych krzywych kręgosłupa (np. środkowej linii kręgosłupa i krzywej rotacji = osiowa rotacja kręgosłupa) jak również wynikających z tych obliczeń parametrów.

Niezawodność rezultatów analizy pleców za pomocą **formetric III 4D** została potwierdzona przez porównanie z około 500 cyfrowymi i rzeczowo-numerycznie przeanalizowanymi zdjęciami rentgenowskimi (literatura doc. Hierholzer).

U pacjentów ze skoliozami i innymi zniekształceniami kręgosłupa ważną częścią badania klinicznego jest ocena formy tułowia, w szczególności formy pleców. Mimo tego diagnoza opiera się przede wszystkim na badaniach rentgenowskich.

W ostatnich latach powstała również tendencja do dokładnego analizowania formy powierzchni.

Zdjęcie rentgenowskie dostarcza wprawdzie bezpośrednie i zobrazowane informacje o formie i odstępstwach od normy szkieletu, jednak w normalnym przypadku tylko w projekcjach dwuwymiarowych, gdzie nie są dokładnie znane zniekształcenia obrazu.

Formę przestrzenną można zmierzyć metrycznie tylko przy znacznie większym nakładzie technicznym tzn. przez stereograficzne zdjęcia rentgenowskie lub przez tomo-

grafię komputerową. Aspekty formy takie, jak np. wygląd kosmetyczny lub formy części miękkich są praktycznie niedostępne dla techniki rentgenowskiej. Problematyczne jest również określenie wszystkich aspektów deformacji kręgosłupa (rotacji kręgów) tylko za pomocą zdjęć rentgenowskich. Kolejnym decydującym minusem, jeżeli chodzi o technikę rentgenowską jest szkodliwość promieniowania, które często zabrania zarówno kontroli przebiegu, rozszerzonych serii zdjęć funkcjonalnych, jak i ogólnego użycia w badaniach przesiewowych. Wszystkie te wyżej wymienione wady pokazują jak korzystne jest wprowadzenie metody diagnostycznego mierzenia



rehabilitacja w domu pacjenta

CHROBREGO

NZOZ
Elżbieta Stachura

- pielęgniarska opieka domowa (NFZ)
- zespół domowego leczenia respiratorem (NFZ)
- hospicjum domowe
- wypożyczanie sprzętu medycznego:
- koncentratory tlenu
- materace przeciwoleżynowe
- 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 lecniczej

- 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



Centrum Medyczne FizjoMedica

KOMPLEKSOWA REHABILITACJA



wizyty lekarskie
lekarz ortopeda
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 bańką chińską
masaż kobiet w ciąży
masaż i nauka masażu niemowląt

**zabiegi
upiększające** przeciwzmarszczkowe
przeciwtrądzikowe
przeciw bliznom i rozstępom
antycellulitowe
wyszczuplające
zabiegi pielęgnacyjne SPA

Darmowa konsultacja fizjoterapeutyczna

life diet

PORADNIA DIETETYCZNA

diety dla osób z nadwagą lub otyłością
dietytetoterapia 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

dia RADOM nosis

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

i analizy formy pleców za pomocą techniki optoelektronicznej, która z zasady pracuje bez szkodliwego promieniowania jonizującego.

Zastosowania

- Bardzo precyzyjna, ilościowa i obiektywna metoda analizy statyki, dynamiki i postawy ciała człowieka z automatycznym wykrywaniem anatomicznych punktów odniesienia;
- Komputerowa rekonstrukcja (w formacie 3D) kręgosłupa, włącznie z określeniem rotacji pojedynczych kręgów;
- Wysoka dokładność pomiarów i reprodukcji badania;
- Obiektywne określenie klinicznych parametrów dotyczących deformacji kręgosłupa, różnicy w długości kończyn dolnych, skośności miednicy itd.;
- Analiza terapii przy skoliozach;
- Pomiar, analiza i kontrola przebiegu przy kifozech i lordozach;
- Dołączanie wyników analizy przy planowaniu operacji;
- Pomiar, pooperacyjne potrzebne do analizy i polepszenia działań rehabilitacyjnych;
- Planowanie i kontrola przy zabiegach fizjoterapeutycznych;
- Planowanie i kontrola korygujących wkładek do butów

Informacje i zapisy pod numerem telefonu 502 392 113

*mgr Michał Paprocki
mgr Patryk Piwoński*



DOM OPIEKI POD ŻŁOTYM DĘBEM

Dom Pod Żółtym 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.



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. Czarnoleska 19, tel./faks 48 330 87 06
www.vic-med.pl



telefon
606 499 981
www.fizjoexpert.pl

PROFESJONALNA REHABILITACJA DOMOWA

- neurologiczna (udary, SM, SLA, Parkinson, Alzheimer, urazy rdzenia i inne)
- ortopedyczna
- dzieci i niemowląt
- masaż, fizykoterapia, kinesiologia

pracujemy metodą
PNF, NDT Bobath

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
- gastroskopia
- kolonoskopia
- możliwość znieczulenia ogólnego

**Iwona Kędzior-Biedrzycka**

KARDIOLOG DZIECIĘCY, PEDIATRA

EKG, UKG (echo serca), Holter EKG

konsultacje kardiologiczne, badania pediatryczne

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

tel. 603 770 018

www.kardiolog-dzieciecy.radom.pl**GABINET KARDIOLOGICZNY****Paweł Świągół**

specjalista chorób wewnętrznych, kardiolog

Radom, ul. Chrobrego 54

zapisy: 501 286 071

godz. przyjęć: wtorek 15.30-17.00

Diet Coaching

Większość z nas wie, co mogłaby zrobić, by zdrowiej żyć.

Teoretycznie wiemy, ile i jak jeść, w jakim stopniu być aktywnym fizycznie.

Dlaczego więc na co dzień, nie przekładamy tej wiedzy na praktykę?

Okazuje się, że sama wiedza nie prowadzi do zmiany zachowania.



coach

Marzena Figura

Jak działa Diet Coaching?

Diet Coaching łączy wiedzę o człowieku i o żywności, jest kluczem nie tylko do odchudzania, lecz także do zdrowego stylu życia. Pomaga w zrozumieniu samego siebie, wyjaśnia dlaczego postępujemy w niekorzystny dla nas sposób, pomimo że zdajemy sobie sprawę ze szkodliwości takiego działania.

Istotą Diet Coachingu jest wzbudzenie motywacji do zmiany na trzech płaszczyznach: odżywiania, przekonań i zachowania oraz ugruntowanie nowych nawyków. Unikalność tej metody polega na tym, że w odróżnieniu od większości programów mających za cel kontrolowanie wagi, utrata masy ciała nie jest najważniejsza. Diet Coaching uczy, jak jeść w sposób naturalny i swobodny, tak by jedzenie było przyjemnością i nie wiązało się w poczuciem, straty czy wyrzeczeniem.

Diet Coaching to proces, w którym krok po kroku rozwiniesz swoje kompetencje w zakresie nowego, zdrowego odżywiania i stylu życia. Dzięki niemu zrozumiesz

własne potrzeby żywieniowe oraz stworzysz plan odżywiania i aktywności fizycznej, który będzie odpowiadał twojemu stylowi życia.

Aby pojawiła się zmiana w naszym życiu, niezbędne jest wyzwanie. W Diet Coachingu wyzwanie to, może dotyczyć zdrowia, wiedzy o tym jak odżywiać się zdrowo, zmiany diety, zmiany wyglądu czy po prostu zmiany stylu życia. Potrzebujemy odwagi, by to wyzwanie podjąć, by przekroczyć pewną granicę. Podjęcie decyzji o takim działaniu skutkuje pojawieniem się wielu pokus i trudności. Przekroczenie granicy jest jednak konieczne, a pomaga w tym coach, dając wsparcie i wskazówki. Jednym z podstawowych warunków zmiany osobistej jest wyznaczenie celu i stworzenie osobistego planu rozwoju. Określenie celu i podjęcie działania pomoże ci przejąć kontrolę nad własnym życiem. Staniesz się osobą odpowiedzialną za to co robisz. Wszystko po to, by rozwijać swoją samoświadomość, czyli zrozumieć siebie, swoje emocje, ograniczenia, zdolności, wartości, motywacje działania.

W procesie Coachingu coach stosując odpowiednio narzędzia coachingowe, pozwoli Ci się dowiedzieć, do czego tak naprawdę dążysz, wyzwoli w tobie entuzjazm i radość działania. Dzięki niemu odkryjesz, jaką osobą tak naprawdę chcesz

NFZ**Sprzedaż i wypożyczalnia sprzętu medycznego**elektryczne łóżka rehabilitacyjne
materace przeciwoleżynowe
koncentratory tlenuReha-Complex
Radom
ul. Sobieskiego 148 366 10 78
48 614 23 77
502 729 548Reha-Complex
Kozienice
Oddział Rehabilitacji
Al. Sikorskiego 10
budynek Z**NFZ**

• rehabilitacja i masaż

- rehabilitacja:
 - ortopedyczna
 - neurologiczna
 - dzieci

• rehabilitacja domowa

Reha-Complex
Radom
ul. Sobieskiego 1512 040 525
502 729 548Reha-Complex
Kozienice
Al. Sikorskiego 10
budynek Z**NFZ****Całodobowe pobyty rehabilitacyjne oraz pielęgnacyjne**

również prywatnie

512 040 525
502 729 548Reha-Complex
Kozienice
Oddział Rehabilitacji
Al. Sikorskiego 10
budynek Z**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

być, gdy podejmiesz decyzję o zmianie swojej diety, poprawie stanu zdrowia, zewnętrznej sylwetki czy jakości twojego życia. Bez zajrzenia w głąb siebie trudno Ci będzie trwale zmienić swoje nawyki. Trwała zmiana będzie możliwa wtedy, gdy będziesz głęboko ufał sobie i wierzył w osiągnięcie celu. Coach będzie twoim przewodnikiem w drodze do zmiany.

Dla kogo Diet Coaching?

Dla osób które :

- wiecznie się odchudzają,
- mają dość braku długotrwałych efektów,
- są zmęczone efektem jo-jo,
- chcą przerwać błędne koło kolejnych diet cud,
- potrzebują zmiany,
- szukają wsparcia w nieustających wysiłkach związanych z wagą,
- przeżywają kryzys w trakcie kuracji odchudzających,
- chcą pokonać stres związany z wagą, wyglądem, apetytem,
- chcą nabyć umiejętności określania celu, tego „co chcę osiągnąć?”

- chcą stworzyć własną strategię motywacyjną,
- chcą poznać jaka żywność daje energię i dobre samopoczucie,
- chcą na nowo cieszyć się życiem.

Co da Ci Diet Coaching?

- poznasz potrzeby własnego ciała,
- poznasz swoje prawdziwe potrzeby żywieniowe,
- przyjmiesz postawę: wybieram, postanawiam i decyduję,
- stworzysz plan odżywiania, który odpowiada Twoim potrzebom i celom,
- odkryjesz moc wewnętrznej motywacji i weźmiesz odpowiedzialność za to, co robisz,
- poznasz przeszkody, które utrudniają Twój proces zmiany i poczujesz chęć do działania,
- odzyskasz kontrolę nad emocjami, jedzeniem i własnym życiem,
- wiedzę dotyczącą świadomego odżywiania,
- zaczniesz dbać o siebie, o swoje ciało i odkryjesz na nowo własne potrzeby,
- wzrost poczucia własnej wartości i poprawę jakości Twojego życia.

Abyś drogi Kliencie mógł przekonać się o skuteczności coachingu i zaufał jego metodom, a dzięki temu zadbał o zdrowie i cieszył się swoją piękną sylwetką, proponuje Ci próbne, bezpłatne spotkanie coachingowe.

Coaching
POLSKA 

Marzena Figura
coach

Radom, ul. Wierzbicka 26/44
tel. 502 460 037
biuro@coachingpolska.com.pl

**WEŹ ŻYCIE
W SWOJE RĘCE**

www.coaching.com.pl




**PRYWATNY TRANSPORT
MEDYCZNY**

☎ 515 341 100
☎ 515 341 102


transport i ratownictwo medyczne

z domu do szpitala,
na konsultacje lekarskie,
na badania i zabiegi rehabilitacyjne,
na komisję ZUS,
do sanatorium, dentyści, urzędów,
banków, sądów, na wybory

26-600 Radom, ul. Żeromskiego 94
telefon koordynatora ds. medycznych:
519 179 707
www.deltamed.com.pl


EPMED
GABINETY LEKARSKIE

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
- tarczycy 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

Dietetyk

Masaże lecznicze i relaksacyjne,
masaże dla kobiet w ciąży

www.epmed.pl

Specjalistyczny Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej "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

SKLEP MEDYCZNY



Radom, ul. Gisierska 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
przeciwodleżynowe**

glukometry

ciśnieniomierze

inhalatory

ssaki

**aparaty do mierzenia ciśnienia
głośnomówiące**

serwis gwarancyjny i pogwarancyjny na miejscu

**bezpłatne badanie słuchu
laryngolog - konsultacje**

**wyprzedaż bielizny
dla AMAZONEK
z kolekcji AMOENA 2014**

ZAPRASZAMY

poniedziałek-czwartek

9.00-17.00

piątek

9.00-16.00

sobota

9.00-13.00

Torbiele nerek

Torbiel nerki jest przestrzenią w obrębie nerki o kształcie kulistym, wypełnioną płynem. Jej ściana wewnętrzna jest wysłana nabłonkiem. Torbiele nerek mają różne rozmiary, od kilkumilimetrowych do kilkunastocentymetrowych. Duże torbiele często wykraczają poza granice nerki, zmieniając jej kształt. Najczęściej są to zmiany pojedyncze, ale może być ich kilka w jednej bądź obu nerkach. Torbiel prosta jest zmianą łagodną. Stwierdza się je u ponad połowy populacji powyżej 50 roku życia, a częstość ich występowania rośnie z wiekiem. Przyczyną powstawania torbieli może być podłoże genetyczne.

Najczęściej wykrywa się je przypadkowo, wykonując badanie ultrasonograficzne jamy brzusznej, ponieważ w większości przypadków nie wywołują żadnych objawów klinicznych. Duże torbiele o wielkości powyżej 5 cm mogą powodować: ból w okolicy lędźwiowej, ból i rozpieranie w jamie brzusznej, w rzadkich przypadkach kiedy dochodzi do zakażenia zawartości torbieli, może pojawić się gorączka, problemy z oddawaniem moczu czy krwiomocz. Część objawów wynika z ucisku torbieli na tkanki i narządy otaczające. Może dojść do modelowania czyli zmiany kształtu dróg odprowadzających

mocz, trudności z odpływem moczu i w konsekwencji zakażenia. Torbiele położone blisko wnęki nerki mogą powodować nadciśnienie tętnicze.

Jak już wspomniano torbiel prosta nerki jest zmianą łagodną i stanowi ponad 70% bezobjawowych guzów nerki. Należy ją różnicować z torbielami złożonymi, łagodnymi guzami torbielowatymi czy nowotworami złośliwymi. Są pewne cechy charakterystyczne, które już w badaniu ultrasonograficznym pozwalają odróżnić torbiel prostą od pozostałych zmian torbielowatych. Za zmianę łagodną uznaje się torbiel z cienką ścianą, bez obecności zwapnień i przegród (dopuszczalne są 1-2 przegrody, drobne zwapnienia w ścianie lub w przegrodach). Inne zmiany wymagają dodatkowej weryfikacji za pomocą bardziej dokładnych badań obrazowych jak tomografia komputerowa czy rezonans magnetyczny.

Leczenie torbieli prostych nerek ogranicza się do przypadków dających objawy kliniczne. Te bezobjawowe wymagają jedynie kontroli ultrasonograficznej (po pierwszorazowym wykryciu po 3-6 miesiącach celem oceny tempa wzrostu), jeśli torbiel ma podobny kształt i strukturę do tej wykrytej pierwszorazowo i nie ma cech

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



Radom
ul. Bernardyńska 1
tel. (48) 360 10 26
faks (48) 340 29 03
tel. kom. 695 900 792,
725 222 500
sklep@armed-ort.pl
www.armed-ort.pl

Sklep medyczny

czynny 8.00-18.00

- 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

torbieli złożonej, to kolejne badania wykonywane się raz w roku. Większe torbiele, które wywołują objawy mogą być opróżniane i poddane tzw. sklerotyzacji. Inną metodą leczenia jest zabieg laparoskopowy.

Torbiel złożona nerki to taka, która ma inne kryteria rozpoznania niż torbiel prosta. Cechy torbieli złożonej to: nieregularny kształt, grube niejednorodne ściany, niejednorodna zawartość torbieli, obecność przegród i zwągnięć. Nasilenie tych cech decyduje o ryzyku choroby nowotworowej, które ocenia doświadczony urolog. Jeśli ryzyko jest małe torbiel może być obserwowana w określonych odstępach czasu, jeśli ryzyko jest duże zazwyczaj jest usuwana chirurgicznie.

Wielotorbielowate zwyrodnienie nerek jest chorobą o podłożu genetycznym. Postać autosomalna dominująca występuje równie często u mężczyzn i kobiet, a objawy pojawiają się przeważnie w 3-4 dekadzie życia. Dużą wagę przywiązuje się wówczas do wywiadu rodzinnego. Liczne torbiele o zróżnicowanej wielkości obecne w korze i rdzeniu nerek prowadzą do ucisku na miąższ nerki i ich stopniowej niewydolności wymagającej z czasem leczenia nerkozastępczego. Ultrasonograficznym kryterium tej choroby jest obecność przynajmniej dwóch torbieli nerkowych stwierdzonych jedno- lub obustronnie u osoby z objawami choroby przed 30 rokiem życia. Oprócz nerek torbiele mogą występować w innych narządach: wątrobie, śledzionie, gonadach. U 4-10% chorych stwierdza się także tętniaki tętnic podstawnych mózgu. Obecnie nie ma skutecznego leczenia przyczynowego. Jedynym postępowaniem jest leczenie objawowe polegające na opóźnieniu rozwoju schyłkowej niewydolności nerek.

Najczęściej w populacji występują torbiele proste, które wymagają obserwacji i badania ultrasonograficznego raz w roku. Leczenie jest ograniczone do nielicznych osób, które odczuwają dolegliwości wywołane obecnością torbieli. Zmiany torbielowate niespełniające kryteriów torbieli prostej wymagają oceny przez doświadczonego urologa. Leczenie operacyjne w takich przypadkach jest uzależnione od stopnia ryzyka występowania nowotworu. Genetycznie uwarunkowana wielotorbielowatość nerek stwierdzona u pacjenta obliguje do opieki nefrologicznej nie tylko nad nim, ale wymaga systematycznej kontroli bliskich członków rodziny. W takich sytuacjach można też przeprowadzić badania genetyczne.

dr Karolina Furman-Kuklińska

dr n. med. Karolina Furman-Kuklińska

NEFROLOG

przyjmuje w środy od 16.00

endomed®

Radom, ul. Kilińskiego 6, tel. (48) 340 02 35+36
kom. 606 169 634, 606 169 637



Gabinet medycyny estetycznej

lek. medycyny Mariusz Mieszkowski
tel. 791 660 619

oferuje:

- peelingi 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

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

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



Idalia STUDIO URODY

METODA ARKADY - wrastające paznokcie

RADOM, UL. SIENKIEWICZA 26/1
TEL. 48 384 75 55, 606 471 648

PIJAWKI

Przychodnia ul. 1905 Roku 20
tel. 606 471 648,
790 237 790

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



EWA I MARTA MACIĄG
przychodnia stomatologiczna

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

dziury w soboty i niedziele
w godz. 9.00-14.00

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

Luxdent

lek. stom. **Dariusz Szydło**
tel. 48 360 64 36
kom. 695 72 64 22

Radom, ul. Struga 54 lok. 7
(obok sklepu Witamina, wejście od podwórza)

Doskonałe czyszczenie

Philips Sonicare
Black DiamondClean

PHILIPS rekomendowany
przez PTO
Polskie Towarzystwo
Stomatologiczne
Polish Odontologic Society



- Nawet do 100% skuteczniejsze usuwanie płytki nazębnej w trudno dostępnych miejscach w porównaniu do szczoteczki manualnej¹
- Klinicznie potwierdzony efekt wybielania zębów już po tygodniu²
- Skuteczne, choć delikatne działanie oczyszczające sprzyja poprawie stanu dziąseł w ciągu zaledwie 2 tygodni¹

Przebiegiem badań klinicznych w celu oceny skuteczności Philips Sonicare Black DiamondClean w usuwaniu płytki nazębnej i wybielaniu zębów.

PHILIPS
sonicare

1. Philips K. Hülsmann, Rüdiger P. Dörmann, PC Sauer, S. Langer, H. Straub, J. Gieseler, 2014, Comparison of plaque reduction and stain removal by Philips Sonicare DiamondClean and manual toothbrush.
2. Clegg, P. D., Langer, H., Straub, H., Sauer, S., Dörmann, R., Hülsmann, K., 2014, Effect of Philips Sonicare DiamondClean on plaque, gingivitis and enamel whiteness. Data on file, 2012.

Profesjonalne artykuły do higieny i pielęgnacji jamy ustnej dostępne w

Panoramica ^{3D}
dbamy o zęby

Radom, ul. Okulickiego 48
tel. 48 679 61 71
www.panoramica.pl

Panoramica ^{3D}

dbamy o zęby



Profesjonalne artykuły do higieny i pielęgnacji jamy ustnej

piękne zęby zdrowe dziąsła

Radom, ul. Okulickiego 48, tel. 48 679 61 71
www.panoramica.pl, panoramica dbamy o zęby

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



CHIRURGIA NACZYNIOWA

T. Terpiłowski, A. Wdowik

**MAŁOINWAZYJNE KOMPLEKSOWE
LECZENIE ŻYŁAKÓW**

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

LECZENIE CHOROÓB 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.com.pl

Leczenie bólu w chorobach układu ruchu CZ.II



Specjalista ortopedii i traumatologii
- lekarz Paweł Gajos

Ból jest naturalnym następstwem urazu. Jego nasilenie zależy zarówno od rozległości jak i lokalizacji uszkodzenia ciała. Ilość urazów wzrasta szczególnie w okresie jesienno-zimowym, kiedy to śliskie chodniki i wczesnie zapadający zmrok nie sprzyjają „dostatecznej przyczepności do podłoża” szczególnie w przypadku osób starszych, często dotkniętych osteoporozą czy zmianami zwyrodnieniowymi. Choroby te ograniczają ogólną ruchomość człowieka, przyczyniając się do jego zniedołężnienia i łatwości upadków. Efektem czego jest wzrost ilości połamanych przedramion, bioder czy kręgosłupów.

Jako pierwszy, po nagłym i dotkliwym upadku pojawia się tak zwany ból ostry. Potem dopiero widzimy deformacje czy patologiczną ruchomość kończyny. W niewielkiej ilości przypadków osoba, która uległa wypadkowi przez pewien czas nie czuje bólu. Jest to zjawisko tzw. analgezji wywołanej przez stres, czego efektem jest zadziałanie wewnętrznych układów przeciwbólowych. Dotyczy to między 10 a 30 % osób, które uległy wypadkowi. Ta niezwykła zdolność naszego organizmu pozwala na efektywną ucieczkę z miejsca zagrożenia, nawet jeśli jesteśmy ranni w znacznym stopniu.

Ból ostry trwa zwykle od kilku do kilkunastu dni i zanika. W przypadku niewłaściwego procesu leczenia, czy nieprawidłowego postępowania przeciwbólowego ból ostry może przeistoczyć się w fazę bólu przewlekłego.

dr n. med.

Andrzej Ostrach

specjalista chirurgii naczyniowej i ogólnej

Radom, ul. Żeromskiego 51
czwartek 16-18

tel. 602 477 709

lekarz medycyny

Wiesław Drożdżikowski

specjalista chorób wewnętrznych, gastroenterolog

USG jamy brzusznej

przyjmuje poniedziałek-środa 16.00-18.00
Radom, ul. Żeromskiego 51, tel. 601 371 470

GABINET UROLOGICZNY

czynny w poniedziałek od 15.15 do 17.30

lek. med. specjalista urolog **Antoni Nierubca**

Radom, ul. ks. Sedlaka 4/6/8
tel. (48) 365 44 72, kom. 604 058 628

endomed®

Gabinet Pediatriczny

WIZYTY DOMOWE

lek. med. **Marta Nazimek**

Specjalista chorób dziecięcych
diabetolog

tel. 696 50 15 15

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



lapro_dentis

laboratorium protetyki dentystycznej

lic. tech. dent. Katarzyna Patrycka

Oferta wykonywanych prac:

- expresowa naprawa protez
- protezy osiadające całkowite i częściowe
- protezy elastyczne (acetal, acron)
- protezy z Vitalpexu
- 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



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

Kolejnym rodzajem bólu, który na szczęście dość rzadko występuje, jest tzw. ból neurogenny, powstający jako efekt uszkodzenia struktur centralnego układu nerwowego.

Przy niegroźnych stłuczeniach i siniakach stosujemy powszechnie znane sposoby aby złagodzić ból i przyspieszyć gojenie, np; zimne okłady, żele, maści czy aerozole zmniejszające opuchliznę. W medycynie ludowej stosowano z powodzeniem okłady z kapusty, czarnej rzepy, gorczyca czy napary z określonych roślin np; z liści laurowych.

Poważniejszą grupę stanowią urazy typowo ortopedyczne (złamania, zwichnięcia, czy skręcenia), które generują ból o dużym natężeniu. Jeżeli chodzi o naciągnięcia ścięgien, uszkodzenie więzadeł, torebek stawowych oraz naderwania włókien mięśniowych - leczymy je podobnie jak stłuczenia z jednoczesnym unieruchomieniem, by wyłączyć element drażnienia uszkodzonych tkanek przez ruch.

Złamania i zwichnięcia stanowią najcięższą formę urazów układu ruchu. Dotyczą szczególnie osób w podeszłym wieku. Najczęściej są to złamania przedramienia, okolicy biodra, barku i kręgosłupa. Każda lokalizacja wymaga odrębnego postępowania ortopedycznego, począwszy od nastawienie złamania i unieruchomienia w opatrunku gipsowym, poprzez stabilizacje wszczepami metalowymi, kończąc na protezach stawów biodrowych czy barkowych. Procedura w postępowaniu pourazowym jest następująca: po pierwsze - unieruchomić miejsce uszkodzenia, po drugie - schłodzić dany obszar i po trzecie - doprowadzić poszkodowanego do lekarza, który przeprowadzi diagnostykę i ostatecznie zaopatrzy złamanie czy zwichnięcie.

Akademicka medycyna zakłada podawanie leków przeciwbólowych natychmiast po wypadku. Zaczynamy od najsłabszych wg tzw. drabiny analgetycznej np: paracetamolu czy metamizolu często kojarzonych z niesterydowymi lekami przeciwzapalnymi - takimi jak ketoprofen czy deksketoprofen. Jeśli ból nie ustępuje, podawane są leki z grupy opioidów np:

tramadol, aż do najsilniej działających - pochodnych morfiny.

Kolejnym sposobem w walce z bólem pourazowym jest stosowanie preparatów, które nie będąc lekami, wpływają na produkcję przez organizm wewnętrznych aktywatorów naturalnych układów „przeciwbólowych”. Do takich substancji należy m.in. fenyloalanina. Posiadając właściwości przeciwbólowe, dodatkowo jeszcze działa tonizująco i uspokajająco na organizm. Takich substancji znamy co najmniej kilka.

W mojej codziennej pracy z pacjentami pourazowymi, doskonale efekty przynosi również znana od tysięcy lat Tradycyjna Medycyna Chińska z akupunkturą i moksą na czele. Stosuję ją zarówno w przypadku bólu ostrego - bezpośrednio po urazie, bólów przewlekłych oraz neurogennych, kiedy standartowe leczenie przeciwbólowe łączone często z leczeniem przeciwdepresyjnym jest nieskuteczne.

Kolejnym etapem leczenia bólu pourazowego jest stosowanie rehabilitacji co pozwala zmniejszyć obrzęki, poprawić krążenie w obszarze uszkodzenia i przywrócić ruchomość stawów. Tradycyjna rehabilitacja jest w mojej praktyce wspomagana terapią neuralną oraz farmakopunkturą, kiedy to w pewne określone obszary ciała, podaje preparaty, które wzmacniają efekt terapeutyczny i przeciwbólowy.

Niezwykle ważną, choć często zaniebywaną kwestią w procesie zdrowienia jest odpowiednio dobrana dieta. Powinna być bogata w produkty naturalne (w tym suplementy bogate w bioenzymy) niezbędne do wspomagania procesu prawidłowej regeneracji tkanek, oraz oczyszczania organizmu z powstałych w wyniku gojenia produktów przemiany materii.

Stosowane przeze mnie metody szybko poprawiają zdrowie i komfort poszkodowanych, którymi się zajmuję. Czas poświęcony na wspólną rozmowę, wdrożenie skutecznych zabiegów, czy dobór odpowiedniej suplementacji w znacznym stopniu pozwala mi na zminimalizowanie stosowania klasycznych leków przeciwbólowych oraz zdecydowanie podnieść jakość życia moich pacjentów, ku obopólnej radości.

VITAMED
REPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ
umowa z NFZ

Lek. med. Paweł Gajos
spec. ortopedii i traumatologii
spec. med. ortomolekularnej i komórkowej

Ciało Umysł Dusza
Medycyna zdrowia



Poradnie:

- Chirurgia urazowo-ortopedyczna
- Chirurgia naczyniowa
- Chirurgia estetyczna
- Neurologia
- Radiologia
- Preluksacja

Radom, ul. Lubońskiego 2
tel. stac. **48 365 11 13**
kom. **693 423 363**
www. nzoovitamed.pl
e-mail: pawel@pawelgajos.pl

PRACOWNIA RTG - PEŁNY ZAKRES BADAŃ
codziennie od **8.00 do 12.00**
dodatkowo w pon. i czw.
od **14.00 do 18.00**



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



unident
NZOZ E. R. Jaworscy

stomatologia, protetyka
i chirurgia stomatologiczna

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



www.unident.radom.pl

OPTYK GRABOWSCY



Badanie wzroku
przez
SPECJALISTĘ

Bolatti

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

Royce



Gabinet
okulistyczny

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

zapisy na telefon

606 68 94 50, (48) 344 92 47

poniedziałek od 14.30
czwartek od 15.00

EPMED Radom
ul. Waryńskiego 9A lok. 8

OPTYK

okulary korekcyjne
okulary słoneczne
soczewki kontaktowe

zaprasza

poniedziałek-piątek
10.00-17.30

Radom, ul. Okulickiego 58/70
tel. 501 576 329

Innowacyjna Terapia Energotonowa

nowe i jedyne urządzenie w Centrum Medycznym ACM



Obszary zastosowań:

- Neurologia (migreny, stany poudarowe, stwardnienie rozsiane, porażenia spastyczne i wiotkie)
- Ginekologia i urologia (torbiele jajników, przewlekły ból miedniczy, nietrzymanie moczu)
- Ortopedia i medycyna sportowa (stany pooperacyjne, po rekonstrukcjach, przyspieszenie procesów gojenia się ran i wzrostu kości, zanik chrząstki i tkanki łącznej, obrzęki)
- Diabetologia i nefrologia (zapobieganie i leczenie neuropatii)
- Reumatologia i rehabilitacja (przewlekłe schorzenia stawów, zwłaszcza choroba zwyrodnieniowa, zespół bolesnego barku i ramienia, bóle kręgosłupa, stymulacja mięśni osłabionych)
- Biologicznie modulowany masaż energetotonowy:
 - ujędrniający
 - drenaż limfatyczny
 - uczynniający pompę mięśniową
 - przeciwbólowy
 - rozluźniający

Główne wskazania

do terapii energetotonowej:

- choroba zwyrodnieniowa stawów kolanowych
- choroba zwyrodnieniowa stawu biodrowego
- zespół bólowy kręgosłupa lędźwiowego
- zespół bólowy kręgosłupa szyjnego
- zespół bólowy kręgosłupa piersiowego
- zespół bolesnego barku
- łokieć tenisisty
- bóle pourazowe i pooperacyjne
- odleżyny, otwarte rany
- obrzęki
- stan fizyczny, psychiczny i stany wyczerpania
- leczenie odświeżające dla polepszenia witalizacji

Terapia energetotonowa jest znana w Polsce od 2001 roku. Od tego czasu nieustannie zwiększa się ilość placówek gdzie metoda jest oferowana, terapeutów którzy ją z powodzeniem stosują oraz zadowolonych pacjentów. Istotą i unikalną cechą terapii, wyróżniającą ją spośród innych, jest maksymalne wykorzystanie efektów niestymulacyjnych – energetycznych – obecnych przy działaniu przebiegów elektrycznych o częstotliwościach zawartych w paśmie 4,096kHz do 32,768kHz, na organizmie pacjenta. Opisany rodzaj pracy nosi nazwę Simul FAM i wpływa on na złożone mechanizmy metaboliczne na poziomie tkankowym i komórkowym, intensyfikując możliwości regeneracyjne ustroju. Drugim trybem pracy jest Simul FAM X. Umożliwia on stymulację nerwów i mięśni, ale na znacznie wyższym poziomie energetycznym w stosunku do dotychczasowych stosowanych metod. Gwarantuje to znacznie większą skuteczność terapii.

Przeciwwskazania:

Pacjenci z ogólnymi infekcjami gorączkowymi, lokalnymi infekcjami bakteryjnymi, rozrusznikami serca i kobiety w ciąży.

Centrum Medyczne ACM
ul. Struga 60, Radom
tel. 48 330 84 11, 502 392 113

mgr Michał Paprocki
mgr Patryk Piwoński

REH-COMPLEX

Michał Paprocki
FIZJOTERAPEUTA

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

tel. 798 802 717

www.reh-complex.pl



Wygraj z bólem

gabinet leczenia bólu

polmedic 

infolinia: 48 386 90 60
www.polmedic.com.pl

endomed[®]

PODSTAWOWA OPIEKA ZDROWOTNA NFZ

interniści:

lek. Anna Frydryk, lek. Anna Malinowska,
lek. Ewa Molenda, lek. Wioletta Sorbian, lek. Renata Tomikowska

pediatrzy:

lek. Mirosława Jastrzębska-Pasierb, lek. Grzegorz Walczyński,
lek. Magdalena Opiat, lek. Monika Ociesa, lek. Katarzyna Zowczak

PORADNIE SPECJALISTYCZNE:

- gastroenterologiczna dla dzieci i dorosłych • onkologiczna
- proktologiczna • pulmonologiczna • chirurgii naczyniowej
- chirurgiczna dla dzieci i dorosłych • hepatologiczna
- diabetologiczna • kardiologiczna • neurologiczna
- endokrynologiczna • ortopedyczna • nefrologiczna
- zdrowia psychicznego • psychologiczna • dietetyczna

GABINET ZABIEGOWY - EKG

PUNKT SZCZEPIEŃ

LABORATORIUM ANALITYCZNE

PARTNERZY MEDYCZNI:

Allianz, Enel-Med, Falck Medycyna,
Polmed, CMP, Pol-Assistance, PZU, Medica Polska



Najnowszej generacji tomograf komputerowy (64-rzędowy)

- cyfrowe RTG
- USG
- ENDOSKOPIA
(kolonoskopia, gastroskopia)

RADOM
ul. Ks. Sedlaka 4/6/8
kom. 604 058 628
tel. 48 365 44 72

ul. Kilińskiego 6
kom. 606 169 634
606 169 637
tel. (48) 340 02 35
340 02 36

www.endomed.radom.pl

VITA-Derm

CHIRURGIA PŁASTYCZNA • MEDYCYNĄ 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



 **MediDiet**
PORADNIA DIETETYCZNA

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

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, pulmonologiczny, internistyczny**

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

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

lek. specjalista neurolog

Ewa Dudzińska

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

GABINET UROLOGICZNY

Andrzej Alter

Leczenie chorób układu moczowego
wtorki od 18.00 do 20.00

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

Hubert Kazubiński

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

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

ul. Czachowskiego 21a (budynek ZUS)
tel. 48 363 33 73
kom. 608 013 313

REHABILITACJA



NOWOŚĆ!

Pierwsze w Radomiu urządzenie
CARBOJET do suchych kąpiei CO2

Wskazania:

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

Zabieg działa:

- przeciwzapalnie
- 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. 506 754 134, zapisy 9.00-19.00
www.medjana.com



Nietrzymanie moczu i obniżenie ścian pochwy - nowoczesne leczenie

Nietrzymanie moczu to mimowolna utrata moczu, która jest stwierdzana obiektywnie i objawia się takim stopniem zaawansowania, że stanowi problem społeczny i higieniczny. Szacuje się, że dolegliwość ta dotyka od 4 do 14% młodszych kobiet i 12 do 35% starszych kobiet. Nie jest postrzegane jako niebezpieczna choroba, jest jednak poważnym problemem i ma znaczący wpływ na komfort życia. Powoduje odsuwanie chorych od życia zawodowego, społecznego, towarzyskiego, a nawet rodzinnego. Wywierając ogromny wpływ na jakość życia, wiąże się z wieloma aspektami psychicznymi i seksualnymi. Jednym z częstszych rodzajów nietrzymania moczu jest wysiłkowe nietrzymanie moczu.

Wysiłkowe nietrzymanie moczu (wnm) występuje, gdy związanemu z kaszlem lub ciężką pracą fizyczną wzrostowi ciśnienia wewnątrz jamy brzusznej towarzyszy mimowolne wyciekanie moczu. Typowe w przypadku wysiłkowego nietrzymania moczu jest: bezwiedna utrata niewielkich jego objętości w trakcie wysiłku, sportu, zmiany pozycji, bez towarzyszącego uczucia parcia, brak zwiększenia częstości mikcji podczas dnia oraz niewystępowanie objawów podczas spoczynku nocnego.

Aktualnie często stosuje się podział wnm według zaawansowania objawów (wg Stamey'a):

- I stopień: popuszczanie moczu tylko podczas znacznego i gwałtownego wzrostu ciśnienia śródbrzusznego;
- II stopień: bezwiedne oddawanie moczu w czasie umiarkowanego wzrostu ciśnienia śródbrzusznego: przy podskakiwaniu, chodzeniu po schodach, lekkiej pracy fizycznej;
- III stopień: wypływanie moczu podczas leżenia, stania lub chodzenia.

Zaburzenia statyki to obniżenia narządów miednicy u kobiet, prowadzące do wysuwania się pochwy, szyjki macicy, a w końcowym etapie do całkowitego wypadania macicy. Defekt może być widoczny w spoczynku, ale częściej zobaczyć można go pod wpływem zwiększenia ciśnienia w jamie brzusznej - na przykład podczas parcia. Obniżenie zwykle powiększa się

podczas codziennej aktywności (czyli podczas wzrostu ciśnienia wewnątrzbrzusznego). Zaburzenia statyki narządu płciowego mogą dotyczyć różnych elementów anatomicznych: obniżenia przedniej, tylnej ściany pochwy oraz wypadania szyjki macicy, macicy lub szczytu pochwy u kobiet po usunięciu macicy. Mogą też maskować objawy wysiłkowego nietrzymania moczu, które po korekcji anatomicznej się ujawniają. Występują w różnych stopniach zaawansowania - od niewielkich obniżenia do całkowitego wypadania narządu płciowego. Nie wiadomo, po jakim czasie od pojawienia się pierwszych symptomów dojdzie do dużego zaawansowania choroby.

Leczenie

Sposób leczenia nieoperacyjny czy zabiegowy należy dokładnie przedyskutować, zwłaszcza w zakresie ewentualnych powikłań. Wyboru powinien dokonać lekarz razem z pacjentką, poprzez dokładne zrozumienie przez chorą niedoskonałości metod diagnostycznych i leczniczych, którymi dysponuje współczesna uroginekologia - między innymi możliwości nawrotu. Im wcześniej podejmiemy leczenie tym bardziej możemy liczyć na większe efekty lecznicze.

Leczenie nietrzymania moczu i zaburzeń statyki może być niezabiegowe i zabiegowe.

Niezabiegowe obejmują lokalną estrogenoterapię, zalecanie ćwiczeń mięśni Kegla, zabiegi rehabilitacyjne - elektrostymulację mięśni dna miednicy, pessaroterapię, leczenie laserem erbowo-jagowym (ER:Yag) i wreszcie leczenie zabiegowe. Jedynie zaawansowane stopnie wnm - tzn. III i zaburzeń statyki w zaawansowanych stopniach od początku pretendują do leczenia zabiegowego.

Nawet zaawansowane stopnie mogą być jednak z powodzeniem leczone przy użyciu pessarów. Powodzenie terapii z użyciem pessarów zależy od ich prawidłowego dopasowania i zgodnego z zaleceniami stosowania przez pacjentki. Szeroko polecamy pessaroterapię tylko w ciągu dnia: rano pacjentka zakłada pessar, wieczorem

dr n. med. **Bogusław Szponar**

specjalista chorób oczu

tel. 602 762 323

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

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

EWA SZCZECIŃSKA

SPECJALISTA PSYCHIATRA

TEL. 609 182 292



Andrzej Karczewski

Specjalista Psychiatra
Psychoterapeuta

- porady lekarskie
 - wizyty domowe
 - psychoterapia
- Zgłoszenia telefoniczne
- Radom,
ul. Kopernika 9/14
tel. kom. 0 502 713 654
- leczenie:
depresji,
zaburzeń lękowych,
nerwic,
uzależnień,
bezsensowności,
zaburzeń pamięci,
psychoz,
zaburzeń odżywiania,
zaburzeń osobowości

www.psychiatra.radom.pl

go wyjmuję. Zaletą jest brak upławów i odleżyn.

Do leczenia nietrzymania moczu stosowane są pessary cewkowe ze zgrubieniem na cewkę moczową. Zapobiegają one pojawieniu się wysiłkowego nietrzymania moczu poprzez efekt podtrzymania okolicy podcewkowej.

Wypadanie pochwy i macicy (różne stopnie) może być leczone za pomocą np. pessara kostkowego. Uzyskiwany efekt podciśnienia powoduje dobre przyleganie, co pozwala na zastosowanie pessara nawet w przypadkach, gdy dno miednicy nie jest odpowiednio silne, aby przytrzymać pessar.

Miejscowa estrogenoterapia i codzienne wyjmowanie pessara pozwala na zmniejszenie ryzyka powikłań (infekcji, krwawień, a nawet odleżyn), poprawę tolerancji stosowania pessara.

Wyższocią nad terapią zabiegową jest brak ryzyka powikłań oraz całkowita odwracalność terapii – to znaczy w przypadku stosowania pessarów nie powstają blizny, czy zmiany anatomiczne nie ma też długo-terminowej reakcji odrzucania ciała obcego, jak w przypadku niektórych zabiegów.

I i II stopień wysiłkowego nietrzymania moczu, obniżenie ścian pochwy w stopniu I i II można obecnie leczyć laserem erbowo-jagowym Fotona Dynamic XS. Zarówno wysiłkowe nietrzymanie moczu w stopniu I i II, jak i obniżenie ścian pochwy w stopniu I i II mogą być z powodzeniem leczone przy pomocy lasera erbowo-jagowego. Najcenniejszą jego cechą jest to, że nie deformuje tkanek. Jeżeli zabieg leczenia nietrzymania moczu lub obniżenia ścian pochwy przeprowadza się klasyczną metodą to w razie niepowodzenia nie ma już odwrotu. Leczenie laserem jest metodą nieinwazyjną i nieablacyjną, umożliwia remodelowanie kolagenu naświetlanej

tkanki, która w konsekwencji kurczy się i zmniejsza, poprawiając wsparcie pęcherza moczowego. Pozytywny wpływ na objawy wysiłkowego nietrzymania moczu i obniżenia ścian pochwy ma neokolagenogeneza oraz remodelowanie kolagenu. Ważne, że jest to metoda nie dająca powikłań. Pierwsze efekty są spodziewane po 1 miesiącu od zabiegu a pełny efekt po 3 miesiącach. Z dotychczasowych obserwacji wiadomo, że zabieg wykonuje się jeden raz a efekty utrzymują się około cztery lata. Jeśli po tym czasie dolegliwości powrócą, zabieg można powtórzyć. Jednorazowo zabieg trwa około 30-40 minut. Pacjentka odczuwa jedynie ciepło bez uczucia bólu. Lasery erbowo-jagowe są też wykorzystywane do leczenia zaburzeń statyki pochwy. Nawet u młodych kobiet po porodach drogami natury niekiedy dochodzi do pęknięcia czy rozciągania włókien kolagenowych co w konsekwencji daje uczucie znacznego poszerzenia pochwy. Efektem zabiegu jest zwiększenie napięcia ścian pochwy, jej elastyczności, nawilżenia, poprawienie jakości życia seksualnego.

Wybór sposobu leczenia nieoperacyjnego czy zabiegowego powinien dokonać lekarz razem z pacjentką, poprzez dokładne zrozumienie przez chorą sposobów leczenia nieoperacyjnego i operacyjnego, skuteczności terapii i ewentualnych powikłań.

Zabiegi operacyjne stosuje się tylko bardziej zaawansowanych przypadkach (III stopień zaawansowania wnm). W leczeniu operacyjnym wnm najczęściej stosuje się taśmy podcewkowe. Wyboru rodzaju taśmy podcewkowej można dokonać w wyniku wykonania badania uroginologicznego oraz usg uroginologicznego. Badanie USG dolnego odcinka układu moczowego i narządu płciowego należy do nowoczesnej diagnostyki w uroginologii,

umożliwia dynamiczną ocenę funkcji przepływu moczowo-płciowej.

Zaburzenia statyki narządu płciowego są jedną z najczęstszych przyczyn operacji u kobiet około 60-70 roku życia. Podstawowym wskazaniem do leczenia operacyjnego POP jest występowanie objawów. Wśród nich najczęściej wymienia się: uczucie ciągnięcia, ciężkości lub bólu w podbrzuszu, nietrzymanie moczu, gazów i stolca, nawrotowe dolegliwości ze strony pęcherza (m.in. parcie na mocz, częstomocz), trudności w oddawaniu moczu lub stolca, konieczność wprowadzenia macicy do pochwy w celu oddania moczu, ograniczenia czynności seksualnych. Nie ma dowodów, że leczenie operacyjne likwiduje wszystkie wymienione objawy. Pomimo dużego rozwoju nowych technik operacyjnych nie ma idealnych metod leczenia zabiegowego – zarówno w zakresie skuteczności (zwłaszcza przez dłuższy okres), jak i powikłań, dlatego kwestia ewentualnej operacji w dużej mierze zależy od decyzji samej chorej.

Zaburzenia statyki i wysiłkowe nietrzymanie moczu wcześniej leczone nie zawsze musi prowadzić do zaawansowanych technik operacyjnych.

Pełną diagnostykę (wraz z badaniem USG uroginologicznym) i leczenie nietrzymania moczu i zaburzeń statyki i nowoczesne, bezbolesne leczenie przy użyciu lasera erbowo-jagowego Fotona Dymamis XS), wykonuje dr n. med. Dobrosława Sikora-Szczeńiak NZOZ EUROMED, Radom, ul. Główna 12, tel. 48 369 95 17.

zapraszam serdecznie

*dr n. med. Dobrosława Sikora-Szczeńiak
specjalista ginekolog-położnik*

**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

Krzysztof Baryłka *spec. chirurg dziecięcy* **rejestracja 48 366 11 04**
Radom, ul. Osiedlowa 9

PORADY W ZAKRESIE: **czynne wtorek 16³⁰-18³⁰**

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

zapisy **tel. 609 182 337**

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

N Z O Z
EUROMED

Gabinet chirurgii ogólnej
biopsje i USG piersi
dr n. med.

Grzegorz Szczeńiak
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

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 grubościennej piersi.
ZAPRASZAMY!

Gabinety Lekarskie i USG
pro feminae

lek. med. **Piotr Józwiak**
kom. 605 603 007

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

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

lek. med. **Urszula Kempa**

**DIABETOLOG
ENDOKRYNOLOG**

przyjmuje
poniedziałek i środa

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

Radom, ul. Prażmowskiego 33a, I p., pok. 208

ginekolog położnik

Małgorzata Hejnar-Szczerbińska

Radom, ul. Szewska 5
tel. 602 288 359

Andrzej Borysowicz
specjalista neurolog

tel. 604 930 232, Radom, ul. Niedziałkowskiego 24
Grójec, ul. POW 14, LEDAMED

profesjonalna
DETOKSYKACJA
alkoholowa **WSZYWKI**

tel. 570 82 19 78

GABINET NEUROLOGICZNY
Marina Chojnaeka

Radom, ul. Kelles-Krauz 32
tel. 48 384 89 04, kom. 604 994 824
przyjmuje poniedziałek 16.00-17.00

GABINET NEUROLOGICZNY
Jarosław Kosowski

tel. 608 460 030
Radom, ul. Focha 12/7, I piętro
poniedziałek i środa 16.00-17.00

Adam Zagata
Specjalista neurochirurg

Radom, ul. Królewska 15a

Zapisy od poniedziałku do piątku
tel. 48 333 28 74

Przyjęcia w poniedziałek od 17.00
kom. 607 078 036

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

SPECJALISTA NEUROLOG
Katarzyna Głód-Socha

WIZYTY DOMOWE
tel. 694 138 928

PRZYJMUJE
GABINET PRYWATNY
Przychodnia GAMED
ul. Wysoka 12
zapisy tel. 694 138 928



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

*Kiedy choinka, leśna dama,
Włoży już swoje stroje,
A w kuchni ciasto piecze mama,
Aż pachnie na pokoje,
Wszystkich ogarnia podniecenie,
Nas i sąsiadów z bloku...
Szkoda, że Boże Narodzenie
Jest tylko raz do roku.
A pod choinką dobry święty,
Co ma brodzisko mleczne,
Podarki składa i prezenty
Dla dzieci, tych, co grzeczne.
Dzieci radują się szalenie
Wśród piśków i podskoków...
Szkoda, że Boże Narodzenie
Jest tylko raz do roku.
A kiedy w końcu mama prosi
Do stołu, bo nakryte,
To jakby anioł się unosił
Nad nami pod sufitem.
Za gardło chwytą nas wruszenie
I łezkę mamy w oku...
Szkoda, że Boże Narodzenie
Jest tylko raz do roku.*

Cudwik Jerzy Kern



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



ICOONE® Ekspert w modelowaniu sylwetki

ICOONE® jest nowoczesną technologią, która dość znacznie różni się od klasycznej Endermologii. Tak jak Endermologia działa on na tkankę łączną, ale dzięki zmechanizowanym głowicom masującym jeszcze bardziej precyzyjne na nią oddziałuje. Dotychczasowe urządzenia do masażu mechanicznego bazowały na jednej głowicy, co ograniczało możliwość pełnego dostępu do niektórych partii ciała np. wewnętrzna strona ramienia czy łydka. Innowacją ICOONE® stanowi system zestawów dwóch głowic o różnych wielkościach, umożliwiających wykonanie symetrycznego zabiegu. Procedura ta skraca jednocześnie czas zabiegu i podwaja korzyści.

Głowice wyposażone są w rolki posiadające liczne mikrootwory, które podczas masażu tworzą multimikrostymulację (na 1 dm² skóra otrzymuje ponad tysiąc bodźców stymulujących) umożliwiając stymulację skóry na obszarze pomiędzy rostkami przed i za nimi oraz system chłodzący, dzięki któremu zabieg jest całkowicie bezbolesny i bardzo przyjemny.

Urządzenie ICOONE® umożliwia również sterowanie działaniem podciśnienia, można je centralizować lub rozpraszać, dlatego zabieg jest bezpieczny dla osób ze skłonnością do pękających naczynek.

Dzięki tym unowocześnieniom uzyskuje się efekt precyzyjnego i wielowymiarowego masażu. Komórki tłuszczowe poddane mechanicznemu oddziaływaniu zaczynają uwalniać tłuszcz. Stymulowane fibroblasty uaktywniają produkcję kolagenu i elastyny, co z kolei wzmacnia, napina i tonizuje skórę. Oprócz zastosowań estetycznych technologia ta ma również zastosowanie terapeutyczne np. przy leczeniu blizn, przed i po zabiegach chirurgicznych, po zabiegach liposukcji, zastojach żylnych, przy bólach mięśniowych i innych.

System masażu ICOONE® obejmuje 20 minutowy, podstawowy (BASIC) masaż całego ciała, ukierunkowany na ogólne potrzeby skóry np. zastoje, obrzęki, cellulit oraz 10 minutowe masaże (FOCUS) poszczególnych partii ciała, wybranych przez pacjenta. Każdy FOCUS zaprogramowany

jest adekwatnie do danej części ciała. Czas trwania zabiegu to 40-60 minut w zależności od indywidualnych potrzeb pacjenta. Cykl leczniczy składa się przeciętnie z około 10 sesji i nie powoduje skutków ubocznych.

Zabieg ICOONE® na okolicę twarzy stymuluje fibroblasty do produkcji kolagenu w celu odbudowy i zagęszczenia skóry. Pozwala na poprawę owalu twarzy oraz zniwelowanie drobnych zmarszczek oraz działa wygładzająco i ujędrniająco. Reasumując: zabieg poprawia jędrność i koloryt skóry, wspomaga walkę z lipodystrofią popularnie zwaną cellulitem, uaktywnia układ krążenia i limfatyczny, zmniejsza zastoje wodne, rozbija tkankę tłuszczową. Oprócz zastosowań estetycznych ma również zastosowanie terapeutyczne np.: przy leczeniu blizn, przed i po zabiegach chirurgicznych, po zabiegach liposukcji, zastojach żylnych, przy bólach mięśniowych i innych. Programy drenujące, liftingujące i anti-aging, pozwalają na: poprawę owalu twarzy, niwelują drobne zmarszczki, a dzięki ukierunkowanym programom istnieje możliwość skupienia się na miejscach preferowanych przez pacjenta. ICOONE® to zintegrowana technologia, która pobudzi każdy milimetr naszej skóry. Dzięki temu ekskluzywnemu systemowi jesteśmy w stanie uzyskać bardzo zadowalające efekty w modelowaniu naszej sylwetki. Zabieg ICOONE® może być łączony z innymi metodami leczenia, aby osiągnąć pożądane wyniki w szybszym czasie oraz skrócić czas rekonwalescencji.

Estivance

dr n. med. Maciej Krajewski

*Marta Wrocławska-Bañcer
kosmetolog*

*Aleksandra Heba
kosmetolog i fizjoterapeuta*

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



Szeroka oferta
profilu badań
z rabatem nawet
do 20%

- doświadczenie – od ponad 30 lat na rynku
- specjaliści z dziedziny diagnostyki laboratoryjnej
- najwyższa jakość badań
- nowoczesny sprzęt diagnostyczny
- pełen zakres badań diagnostycznych
- wyniki online
- większość wyników badań dostępna tego samego dnia

UWAGA! Atrakcyjna oferta dla przychodni, szpitali i innych placówek służby zdrowia.

Twoje laboratorium medyczne



specjalistyczna
pracownia analiz
lekarskich
mgr Krystyna Baldys

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

Wszystkim naszym pacjentom życzymy Wesołych Świąt Bożego Narodzenia oraz wszelkiej pomyślności w nadchodzącym Nowym Roku.



ZAPRASZAMY
DO NASZEJ NOWEJ PLACÓWKI
Zespół Lekarzy Rodzinnych
w C.H.E Leclerc (ul. Toruńska 1 w Radomiu)

Zapewniamy:

- Dostęp do porad lekarskich internisty, pediatry, lekarza medycyny rodzinnej **NFZ**
- Profesjonalną opiekę pielęgniarską
- Dostęp do podstawowych badań diagnostycznych

Na pierwszych 300 nowo zapisanych Pacjentów czekają **bezpłatne zaproszenia** na jedną z wybranych usług:

- masaż limfatyczny BOA
- wejście na MINI-SIŁOWNIĘ lub ćwiczenia z fizjoterapeutą
- konsultacja z fizjoterapeutą
- konsultacja z kosmetologiem
- przy zakupie rocznego Pakietu Opieki Medycznej – pierwszy miesiąc bez opłat

Zapisy **Infolinia T: 48 386 90 60**
pon-pt w godz. 8-18

Dowiedz się więcej i odwiedź naszą stronę internetową:

www.polmedic.com.pl

oraz dołącz do nas na



www.facebook.com/Polmedic