

Twój MEDYK

BEZPŁATNY INFORMATOR MEDYCZNY



styczeń 2016 / 1 (48)

Pokochaj siebie prawdziwą str. 17

JAA

Wrastające paznokcie str. 12

Tomografia komputerowa str. 22

Jak żyć z chorobą Alzheimera? cz. II str. 8

**Centrum Kształcenia Zawodowego
i ustawicznego w Radomiu** str. 11

Spis ogłoszeń

LEKARZE SPECJALIŚCI

ALERGOLOG

Gamed – str. 17
Krajewski Adam – str. 18
Łukasik Ewa • MEDICON – str. 3

CHIRURG DZIECIĘCY

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

CHIRURG NACZYNIOWY

Roszczyk Jadwiga • NEL-MED – str. 20
Terpiłowski Tomasz • VENOMEDICA – str. 22
Wdowik Arkadiusz • VENOMEDICA – str. 22

CHIRURG OGÓLNY

Majchrzak Wojciech • PTdental – str. 15
Roszczyk Jadwiga • NEL-MED – str. 20
Szczęśniak Grzegorz • EUROMED – str. 20
Terpiłowski Tomasz • VENOMEDICA – str. 22
Wieczorek Janusz • MEDJANA – str. 6
Wdowik Arkadiusz • VENOMEDICA – str. 22
Wrzosek Grzegorz • ENDOCARD – str. 10

CHIRURG ONKOLOG

Krajewska Danuta • MEDJANA – str. 6
Majchrzak Wojciech • PTdental – str. 15
Szczęśniak Grzegorz • EUROMED – str. 20

DERMATOLOG

Gamed – str. 17

DIABETOLOG

Jaśkiewicz Anna • EPMED – str. 12
Nazimek Marta – str. 16
Kempa Urszula – str. 9

ENDOKRYNOLOG

Gamed – str. 17
Kempa Urszula – str. 9

GASTROLOG

Drożdżikowski Wiesław – str. 8
Gamed – str. 17
Romanowski Janusz • Endomed – str. 21

GINEKOLOG

Gamed – str. 17
Hejnar-Szczerbińska Małgorzata – str. 16
Kielski Piotr • EPMED – str. 12
Niła Zygmunt – str. 16
Szczęśniak-Sikora Dobrośława – str. 16
Świechowski Witold • AGAMED – str. 15

HEMATOLOG

Sulek Kazimierz – str. 22

INTERNISTA

Borysowicz Urszula • P.M.R. – str. 14
Gamed – str. 17
Przybyłowicz Waldemar • P.M.R. – str. 14

KARDIOLOG

Bąk-Chojnacka Anna – str. 6
Gamed – str. 17
Kędzior-Biedrzycka Iwona – str. 10
Ordyk-Rusek Patrycja – str. 6
Poterąła Magdalena – str. 10
Świągół Paweł – str. 10
Wrzosek Bożena • ENDOCARD – str. 10

LARYNGOLOG

Gamed – str. 17
Kielska Ewa • EPMED – str. 12

LOGOPEDA

Wdowska Aleksandra • NOVA-MEDIC

MEDYCYNĄ ESTETYCZNA

Mieszkowski Mariusz – str. 15
Polmedic – str. 22

MEDYCYNĄ PRACY, BADAŃ OKRESOWE

Gamed – str. 17
Przybyłowicz Waldemar • P.M.R. – str. 14
Pytel Anna • AGAMED – str. 15

NEUROLOG

Borysowicz Andrzej – str. 18
Chojnacka Marina – str. 18
Dudzińska Ewa – str. 6
Frynas Katarzyna – str. 6
Gamed – str. 17
Jurkiewicz Grzegorz – str. 18
Kosowski Jarosław – str. 18
Nadgrodkiewicz Krzysztof – str. 18
Olczyk Ziemowit – str. 18

NEUROCHIRURG

Zagata Adam – str. 18

OKULISTA

Gamed – str. 17
Likowska Elżbieta – str. 9
Nazimek Waldemar – str. 9
Małecka Hanna – str. 9
Szponar Bogusław – str. 9

ORTOPEDA

Gajos Paweł – str. 19
Karaś Marek • MEDICON – str. 3
Kazubiński Hubert – str. 6
Piasta Zbigniew • MEDJANA – str. 6
Sekuła Jan • SANUS – str. 20
Szykarczuk Tomasz – str. 20
Świerczek Mirosław • MEDJANA – str. 6
Wypyski Andrzej – str. 20

PEDIATRA

Gamed – str. 17
Kędzior-Biedrzycka Iwona – str. 10
Nazimek Marta – str. 16

PROKTOLOG

Drotlef Bogusław • NEL-MED – str. 12
Noll Krzysztof • VENOMEDICA – str. 22

PSYCHIATRA

Dziwisz Katarzyna – str. 16
Gamed – str. 17
Karczewski Andrzej – str. 8
Ostrach Dorota – str. 6
Szczęńska Ewa – str. 8

PRZYCHODNIE

Agamed – str. 15
Centrum Bernardyńska – str. 22
EndoCard – str. 10
Endomed – str. 21
Epmec – str. 12
Gamed – str. 17
Medicon – str. 3
MedJana – str. 6
Nel-Med – str. 12
Polmedic – str. 22, 24
Przychodnia Centrum – str. 11
Venomedica – str. 22
Vitamed – str. 19

STOMATOLOG

Agamed – str. 15
Aurumdent – str. 14
Dent Artis – str. 14
Gamed – str. 17
Kaniewscy – str. 14
M-dent – str. 14
Medap – str. 15
PT Dental – str. 15
Szwedental – str. 15

UROLOG

Alter Andrzej – str. 7
Baryłka Krzysztof – str. 20
Gamed – str. 17

WENEROLOG

Krajewski Adam – str. 18

USŁUGI MEDYCZNE

ANALIZY MEDYCZNE

Baldys Krystyna – str. 23
Medica – str. 3

BADANIA KIEROWCÓW

Gamed – str. 17
PMR – str. 14

BANK KOMÓREK MACIERZYSTYCH

Hejnar-Szczerbińska Małgorzata – str. 16

DIETETYK

Fizjomedica – str. 5
Life & Diet – str. 7
Medi Diet – str. 7

MASAŻ LECZNICZY

Chrobrego – str. 5
FizjoExpert – str. 5
Fizjomedica – str. 5
Fizjosfera – str. 5
Reha-complex – str. 5
MedJana – str. 6

OPTYK

Grabowscy – str. 9
Likowscy – str. 9

OPIEKA PIELĘGNIARSKA

Chrobrego – str. 5
Dom Pod Złotym Dębem – str. 11
Reha-complex – str. 5
Vic-Med – str. 11

ORTODONTA

Laprodentis – str. 14

OŚRODKI OPIEKI DŁUGOTERMINOWEJ

Dom Pod Złotym Dębem – str. 11
Chrobrego – str. 5
Vic-Med – str. 11

PROTETYKA STOMATOLOGICZNA

Laprodentis – str. 14

PSYCHOLOG

Chochół Agnieszka – str. 8
Gamed – str. 17
Kołątaj Agnieszka – str. 6
Komorowska Jolanta – str. 8

REHABILITACJA

Chrobrego – str. 5
FizjoExpert – str. 5
Fizjomedica – str. 5
Fizjosfera – str. 5
MedJana – str. 6
Reha-complex – str. 4
Vic-Med – str. 11

SALONIK URODY

Idalia – str. 12

SKLEPY MEDYCZNE

Armed Ort – str. 4
Mikrad – str. 4
Medistar – str. 4
Multimed – str. 4
Stymat – str. 4

WYPOŻYCZALNIA SPRZĘTU MEDYCZNEGO

Reha-complex – str. 4

DIAGNOSTYKA MEDYCZNA

ANALIZY MEDYCZNE

Baldys Krystyna – str. 23
Gamed – str. 17
Medica – str. 3

BIOPSJE

Euromed – str. 20

BADANIE GĘSTOŚCI KOŚCI

Sanus – str. 20

DOPPLER

MedJana – str. 6
Roszczyk Jadwiga • NEL-MED – str. 20
Venomedica – str. 22

EMG

Jurkiewicz Grzegorz – str. 18

MAMMOGRAFIA

Diamed

RENTGEN

Panoramica

REZONANS MAGNETYCZNY

Diagnosis – str. 8
Grupa Medical – str. 16
Polmedic – str. 24

TOMOGRAMFIA KOMPUTEROWA

Endomed – str. 21
Panoramica
Polmedic – str. 24

TRANSPLANTOLOG

Sulek Kazimierz – str. 22

USG

Centrum Medycyny Kobiet – str. 16
Drożdżikowski Wiesław – str. 8
Epmec – str. 12
Euromed – str. 20
Hejnar-Szczerbińska Małgorzata – str. 16
Medicon – str. 3
MedJana – str. 6

INNE

Fundacja Normalna przyszłość – str. 22
Transport medyczny Deltamed – str. 15
Leczenie uzależnień – str. 8
Droga zdrowia – str. 11
Centrum Kształcenia – str. 10
Biorezonans – str. 16

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

OBŚLUGA KIENTA

533 251 968

@ medyk@gazetamedyk.pl

www.gazetamedyk.pl



MEDICON
PRZYCHODNIA & SZPITAL

Radom, ul. Gagarina 1

od poniedziałku do piątku od 7.00 do 18.00



48 367 15 10

Poradnie medycyny rodzinnej

48 366 81 51

Poradnie specjalistyczne

48 367 15 10

Leczenie szpitalne

790 602 603

48 367 15 15

Intolimia

posiadamy sprzęt najnowszej generacji: RTG cyfrowe, USG z elastografią, lampa PUVA
Realizujemy bezpłatne usługi medyczne w ramach NFZ oraz komercyjnie

- **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 m. in.

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

i inne

Zabiegi usunięcia zaćmy

przy użyciu najnowszego sprzętu i technik operacyjnych - **zabiegi płatne**.
Proponujemy najlepsze na świecie amerykańskie soczewki wewnątrzgałkowe firmy Alcon.
Operacje wykonuje **dr Kiciak Zbigniew** Kierownik (Ordynator) Oddziału Okulistyki w Mazowieckim Szpitalu Specjalistycznym w Radomiu

Zapisy w gabinecie nr 20, I piętro
kom. **790 610 790** lub **(48) 367 15 16**
od poniedziałku do piątku w godzinach od 8.00 - 16.00

email: ewelinawojtowicz@medicon.com.pl
www.medicon.com.pl

www.medica.radom.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

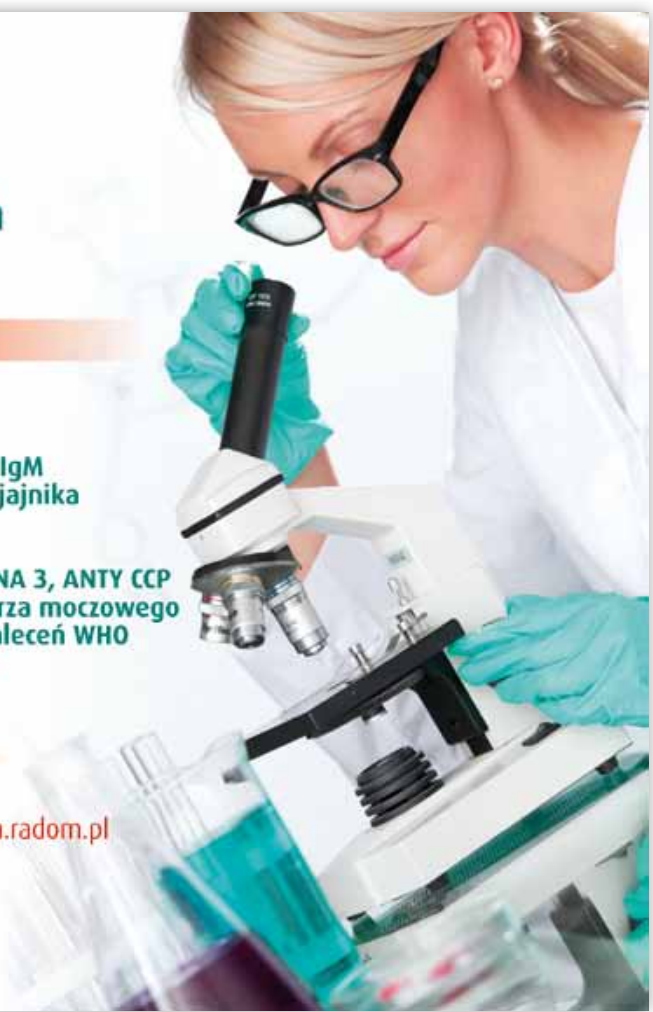
Nowe badania:

- 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**



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
przeciwodrożynowe

glukometry

ciśnieniomierze

inhalatory

ssaki

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

mikira[®]d

SKLEPY MEDYCZNE

refundacja NFZ

R A D O M

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

S Z Y D Ł O W I E C

ul. Radomska 22a, tel. 48 615 34 34

sklepi@mikira.com.pl, www.mikira.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

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

NFZ



Sprzedaż i wypożyczalnia sprzętu medycznego

Reha-Complex
Radom
ul. Sobieskiego 1

48 366 10 78

48 614 23 77

502 729 548

Reha-Complex
Kozienice

Oddział Rehabilitacji
Al. Sikorskiego 10
budynek Z

elektryczne łóżka rehabilitacyjne
materace przeciwodrożynowe
koncentratory tlenu

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



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

Pierwsza pomoc

Omdlenie, utrata przytomności, atak drgawek – prawdopodobieństwo wystąpienia nagłych wypadków w czasie wakacji jest duże. Czy w związku z tym wiemy, jak prawidłowo udzielać pierwszej pomocy?

Omdlenia

Bardzo częstym błędem jest wnoszenie osoby, która zemdląca z pomieszczenia, w którym się znajduje. Dużo łatwiej jest poprosić osoby postronne znajdujące się w pomieszczeniu o opuszczenie go. Warto też otworzyć, drzwi czy okna, żeby zapewnić odpowiednią wentylację. Nogi poszkodowanego trzeba unieść pod kątem ok. 40 stopni. Jeżeli po 30-60 sekundach poszkodowany odzyska przytomność, powinien chwilę poleżeć. Jeśli nic złego się nie dzieje, trzeba pomóc mu powoli usiąść. Jeżeli jego stan wyraźnie się poprawia, poszkodowany może powoli wstać.

Bóle w klatce piersiowej

W takiej sytuacji należy poszkodowanego posadzić na podłodze w pozycji półsiedzącej. Najlepiej uklęknąć za nim i oprzeć go o siebie. Natychmiast wezwać karetkę. Można ewentualnie ułatwić poszkodowanemu samodzielne przyjęcie leków, które ma przy sobie, na wypadek ataku serca.

Atak drgawek

Najważniejsze to zabezpieczyć poszkodowanego przed niepotrzebnymi urazami – odsunąć krzesła, asekurować jego głowę. Asekuracja głowy to nie trzymanie jej, ale chronienie jej przed urazami. Warto podłożyć pod głowę sweter czy kurtkę (rozłożone na płasko). Niczego nie wolno

CHROBREGO NZOZ
Elżbieta Stachura

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

**REHABILITACJA**

Radom ul. Kilińskiego 15/17
w podórzu Domu Rzemiosła
tel. 733 390 190
e-mail: fizjosfera@wp.pl
www.fizjosfera.net

MASAŻ LECZNICZY

na rwę kulszową i barkową

WIZYTY DOMOWE
tel. 504 894 164

preparat na grzybicę stóp i rąk
100% skuteczny

NFZ

**Całodobowe pobyty
rehabilitacyjne
oraz pielęgnacyjne**

również prywatnie

512 040 525
502 729 548

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

REHABILITACJA DOMOWA**Centrum Medyczne FizjoMedica**

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

Profesjonalna rehabilitacja w domu Pacjenta

- neurologiczna (udary, stwardnienie rozsiane, parkinson i inne)
- ortopedyczna (schorzenia narządu ruchu, po złamaniach, endoprotezach i inne)
- ogólno usprawniająca
- masaż, taping

Działamy metodami PNF oraz terapią manualną.
Własny profesjonalny stół rehabilitacyjny
oraz przyrządy do ćwiczeń.

wkładać do ust poszkodowanego! Po ustaniu ataku trzeba poszkodowanego ułożyć na boku, by nie zadławił się śliną.

Reakcja alergiczna po ukąszeniu owada

W sytuacji silnej reakcji należy niezwłocznie wezwać pogotowie ratunkowe.

Osoba nieprzytomna

Trzeba podejść od strony głowy poszkodowanego i nawiązać kontakt słowny – zadać pytanie lub polecenie. Następnie warto nawiązać kontakt dotykowy – poklepać poszkodowanego po ramieniu. Jeżeli nie reaguje, to znaczy, że jest nieprzytomny. Konieczne trzeba udzielić jego drogi oddechowe – położyć dwa palce na części twardej brody, całą drugą dłoń – położyć na czole. Odchylić głowę poszkodowanego do tyłu, aż broda będzie najwyższym punktem twarzy. Teraz trzeba sprawdzić oddech przykładając policzek do ust i nosa poszkodowanego i obserwując klatkę piersiową. Oddech należy sprawdzać przez 10 sekund. W tym czasie trzeba usłyszeć co najmniej dwa oddechy. Jeżeli poszkodowany oddycha, udrażniamy drogi oddechowe, sprawdzamy, czy jego stan się nie zmienia. Wzywamy pogotowie. Jeżeli poszkodowany nie oddycha, należy przystąpić do resuscytacji. Poszkodowany musi znajdować się na twardym, stabilnym podłożu. Uciski wykonuje się na gołą klatkę piersiową. Nasadę dłoni układamy na optycznym środku klatki piersiowej poszkodowanego, wyprostowanymi rękami wykonujemy 30 uciśnięć na głębokość 5-6 cm w tempie od 100 do 120 uciśnięć na minutę. Następnie konieczne są dwa wdechy powietrza. Udrażniamy drogi oddechowe, zatykamy nos poszkodowanego, swoimi ustami obejmujemy całe jego usta (warto przy tym pamiętać o maseczce do sztucznego oddychania). Dmuchamy tyle, żeby klatka piersiowa poszkodowanego uniosła się. Potem należy wykonać 30 uciśnięć, następnie dwa wdechy. I tak aż do przyjazdu pogotowia, odzyskania oddechu lub skrajnego wyczerpania sił ratownika.



telefon
606 499 981
www.fizjoexpert.pl

PROFESJONALNA REHABILITACJA DOMOWA

- neurologiczna (udary, SM, SLA, Parkinson, Alzheimer, urazy rdzenia i inne)
- ortopedyczna
- dzieci (skoliozy, wady postawy)
- masaż, fizjoterapia, kinesiotaping

pracujemy metodą PNF

NFZ



- 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

**Centrum Medyczne
FizjoMedica**

KOMPLEKSOWA
REHABILITACJA



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

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

wizyty lekarskie • lekarz ortopeda • porady dietetyczne

- 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

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**

Medycyna sportowa

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

specjalista neurolog

Katarzyna Frynas

przyjmuje we wtorki od 15.30 do 19.00
możliwość wizyt domowych tel. 602 226 538

Centrum Medyczne
MEDJana
NZOZ

Radom, ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS),
tel. 48 363 33 73

lek. specjalista neurolog

Ewa Dudzińska

przyjmuje w poniedziałki od 16.00 do 18.00

Centrum Medyczne
MEDJana
NZOZ

Radom, ul. Czachowskiego 21A, kom. 606 731 821

Centrum Medyczne
MEDJana
NZOZ

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

KARDIOLOG

Anna Bąk-Chojnacka

przyjmuje w piątki od 17.00

Centrum Medyczne
MEDJana
NZOZ

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

SPECJALISTA CHOROÓB DZIECIĘCYCH

Patrycja Ordyk-Rusek

KARDIOLOG DZIECIĘCY, EKG, UKG

przyjmuje we wtorki od 16.00, czwartki od 18.15

Centrum Medyczne
MEDJana
NZOZ

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

specjalista psychiatra

Dorota Ostrach

przyjmuje w piątki od 15.30 do 19.00
możliwość wizyt domowych

Centrum Medyczne
MEDJana
NZOZ

Radom, ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS),
tel. 48 363 33 73

Hubert Kazubiński

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

Centrum Medyczne
MEDJana
NZOZ

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

Gabinet Psychologiczny

Agnieszka Kołataj

poradnictwo, konsultacje i wsparcie psychologiczne
terapia poznawczo-behavioralna

Centrum Medyczne
MEDJana
NZOZ

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

Zbigniew Piasta

specjalista ortopeda, traumatolog
przyjmuje od wtorku do piątku

Centrum Medyczne
MEDJana
NZOZ

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

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

life diet

PORADNIA DIETETYCZNA

diety dla osób z nadwagą lub otyłością
dietetoterapia 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

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

Najlepsza uczelnia

Collegium Medicum Uniwersytetu Jagiellońskiego czwarty rok z rzędu zwyciężyło wśród uczelni medycznych w 16. edycji Rankingu Szkół Wyższych „Perspektywy 2015”. Na pozycji wicelidera utrzymał się Warszawski Uniwersytet Medyczny, a na trzecie miejsce awansował Gdański Uniwersytet Medyczny.

Ranking przygotowano pod nadzorem kapituły kierowanej przez b. prezesa Polskiej Akademii Nauk – prof. Michała Kleibera. W składzie kapituły znaleźli się m.in. honorowy przewodniczący kapituły i sędzia Europejskiego Trybunału Sprawiedliwości w Luksemburgu – prof. Marek Safjan, senator RP i przewodniczący Polskiej Komisji Akredytacyjnej – prof. Marek Rocki. Zestawienie przygotowano na podstawie 6 kryteriów: prestiżu, potencjału naukowego, efektywności naukowej, warunków kształcenia, umiędzynarodowienia, innowacyjności.

W najnowszej edycji rankingu kierunków medycznych i o zdrowiu twórcy rankingu dodali pielęgniarstwo i położnictwo, od razu składając wyrazy uznania dla liderów w tej części nauk medycznych: dla Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego, Collegium Medicum Uniwersytetu Jagiellońskiego i Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego.

Fundacja Edukacyjna „Perspektywy” zwraca uwagę na pasjonującą rywalizację o pierwsze miejsce w rankingu kierunku lekarskiego między Collegium Medicum a Warszawskim Uniwersytetem Medycznym. W ubiegłym roku uczelnia krakowska o niecały punkt dała się wyprzedzić warszawskiej, w tym 0,2 punktu zabrakło WUM do zrównania się z UJ CM.

Podobnie pasjonująca jest stała rywalizacja obydwu uczelni o pozycję lidera kierunku dentystrycznego, ochrony zdrowia, i farmacji. Uczelnie medyczne – głównie z Łodzi, Poznania, Gdańska i ze Śląska – w pełni zasługujące na wysokie notowania wśród kandydatów na studia – dzieli od liderów dystans wcale nie symboliczny. Kandydatom na studia medyczne Fundacja zwraca uwagę, że niektóre uniwersytety (nie tylko te „z nazwy” medyczne) prowadzą już studia lekarskie – m.in. Uniwersytet Warmińsko-Mazurski, a od nowego roku akademickiego także Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach.

źródło: Perspektywy

Centrum Medyczne **MEDJana** NZOZ

RADIOLOGIA

- Elżbieta Nowaczek-Dziocha – lek. med. specjalista radiolog
- Janusz Wieczorek – lek. med. radiolog, chirurg
- Norbert Grel – lek. med. specjalista radiologii i diagnostyki obrazowej

KARDIOLOGIA

- Jolanta Kwiecień – lek. med. specjalista chorób wewnętrznych, kardiolog
- Anna Bąk-Chojnacka – lek. med. specjalista kardiolog
- Patrycja Ordyk-Rusek – lek. pediatra, specjalista kardiolog dziecięcy

CHOROBY PIERSI

- Danuta Krajewska – lek. med. chirurg, specjalista chorób piersi

NEUROLOGIA

- Ewa Dudzińska – lek. med. specjalista neurolog
- Katarzyna Frynas – lek. med. specjalista neurolog

UROLOGIA

- Andrzej Alter – lek. med. specjalista urolog

ORTOPEDIA

- Hubert Kazubiński – lek. med. specjalista chirurg-ortopeda-traumatolog
- Zbigniew Piasta – lek. med. specjalista chirurg-ortopeda-traumatolog, medycyna sportowa
- Mirosław Świerczek – lek. med. specjalista chirurg-ortopeda-traumatolog

CHIRURGIA NACZYNIOWA

- Zbigniew Kupis – chirurg naczyniowy-angiolog
- Adam Kukliński – dr n. med. chirurgia naczyń

CHIRURGIA OGÓLNA

- Aleksander Marczenko – lek. med. specjalista chirurgii ogólnej

NOWY SPECJALISTA

CHOROBY PŁUC

- Elżbieta Przybyłko-Jakubczyk – lek. med. internista, pulmonolog

PSYCHIATRA

- Dorota Ostrach – lek. med. specjalista psychiatra

NOWY SPECJALISTA

PSYCHOLOGIA

- Agnieszka Kołataj – psycholog
- Iwona Ogrodnik – psycholog-psychoterapeuta

MEDYCYNĄ SPORTOWĄ

- Zbigniew Piasta

CHIRURGIA I UROLOGIA DZIECIĘCĄ

- Krzysztof Baryłka – lek. med. specjalista chirurg dziecięcy

NOWY SPECJALISTA

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** NZOZ

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

lek. Andrzej Karczewski
Specjalista Psychiatra

- porady lekarskie
- wizyty domowe
- konsultacje

Zgłoszenia telefoniczne
502 713 654
 ul. Kopernika 9/14
 Radom
 www.psychiatra.radom.pl

LECZENIE:

- depresji
- zaburzeń lękowych
- nerwic, uzależnień
- bezsenności
- zaburzeń pamięci
- psychoz
- zaburzeń:
 - psychosomatycznych
 - neuropsychiatrycznych
 - zaburzeń osobowości

Jak żyć z chorobą Alzheimera?

Część II



Andrzej Karczewski
 Specjalista Psychiatra

„...w nowym miejscu...
 ... gdzie są moje rzeczy?”

Stopniowo stan pani Janiny poprawiał się. Ostrą infekcję płuc udało się opanować antybiotykami. Okazało się że jej zagubienie i problemy z pamięcią są bardziej wyraźne niż wcześniej. Jej choroba sprawiła, że była wyrwana ze znanego środowiska, w którym potrafiła funkcjonować. Najważniejsze, że jej bliscy zdali sobie sprawę z tego, że pani Janina już nie mogła mieszkać sama.

Po wypisie ze szpitala rodzina zabrała ją do domu synowej. Zabrała ją do jakiegoś pokoju tam nie było wielu jej znajomych rzeczy, ale tylko niektóre. Pani Janina pomyślała sobie, że reszta została ukradzioną, gdy ona była chora. Rodzina powtarzała i mówiła jej gdzie znajduje się cała reszta przedmiotów z jej domu, ale ona nie mogła tego zapamiętać. Synowa mówiła, że teraz będzie z nimi mieszkać. Ale pani Janina chciała mieszkać w swoim domu. W domu wszystko mogła znaleźć, miała wrażenie, że dałaby sobie radę, być może w domu udałoby się wyjaśnić, gdzie podział się cały dorobek jej życia. Tutaj to nie był jej dom, straciła niezależność, jej rzeczy gdzieś zginęły. Pani Janina przeżyła ogromne poczucie straty, nie pamiętała, że nie może już mieszkać sama, potrzebuje opieki, a przeprowadzka jest najlepszym rozwiązaniem jaki syn mógł znaleźć... (cdn.)

Co się dzieje?...

Osoba cierpiąca na otępienie, choć czasem może długo potrafić ukrywać swoje problemy ma problemy z zapamiętywaniem. Może także mieć problemy z wnioskowaniem, rozumieniem, oceną sytuacji. Tak jak w powyższej historii pani Janina nie rozumiała zmieniającego się wokół niej otoczenia, gdyż zmiana jaka zaszła znacząco

wykraczała poza możliwości jej pamięci. W jej odbiorze nagle zniknęło to co znajome (utrwalone w pamięci długoterminowej), a bieżące zmiany nie były już rejestrowane- zapamiętywane by dać jej możliwość orientowania się w jakiej kolejności i dlaczego zaszły. Dla pani Janiny szpital, mieszkanie synowej był jak nowe obce miejsca, w których się znalazła, jakby wyrwana ze snu, nie do końca dla niej wiadomo dlaczego. A brak w otoczeniu rzeczy znajomych, znanych od lat, były niezrozumiałą utratą, którą trzeba było jakoś sobie wyjaśnić, stąd często u chorych z otępieniem urojenia okradania. Nieadekwatnie oceniała też sytuację myśląc, że da sama sobie radę, nie będąc już świadoma poważnie ograniczonych już przez chorobę swoich możliwości, co powodowało, że „narzuconą opiekę”, przeprowadzką do synowej, nadzór, czy kontrolę posiłków, mogła odbierać jak narzucanie się, przemoc, ograniczenie jej wolności, coś o co nie prosiła i nie chciała.

Początki...

Początek choroby może być nagły i wtedy rodzina szybko zauważa zmianę, „ciocia już nie jest sobą”. Często jest jednak powolny i podstępny, a rodzina chorego czasem jest zaskoczona diagnozą w gabinecie i nie dostrzegała lub czasem bagatelizowała dyskretnie pojawiające się objawy otępienia. Bywa, że otępienie „pojawia się”, a tak naprawdę jest rozpoznawane w sytuacji wystąpienia jakiejś zmiany w otoczeniu chorego (jak powyżej) wymuszonej zewnętrznymi czynnikami takimi jak przeprowadzka, pobyt w szpitalu itd. Zdarza się również, że chory pierwszy dostrzega swoje trudności (u osób z łagodnym otępieniem). Czasami taki chory skarży się, że „wyrazy uciekają mu z głowy”, nagle uświadamia sobie, że nie pamięta jak nazywają się jakieś przedmioty, lub znajomi ludzie, nie są w stanie wyrazić swojej myśli, zawieszają się podczas rozmowy. Ludzie świadomi swoich problemów z pamięcią bardzo różnie reagują na ten fakt, niektórzy wycofują się, zawstydzają, wspomagają się karteczkami, zapiskami, próbują zaprzeczać

EWA SZCZECIŃSKA
SPECJALISTA PSYCHIATRA
 TEL. 609 182 292

Leczenie
 uzależnień
 alkoholowych
ESPERAL, DISULFIRAM



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

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

mgr Jolanta Komorowska
 psycholog, terapeuta EMDR

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

Zapisy telefoniczne

Radom, ul. Grodzka 2 m.3
 tel. 606 244 806
 jolantakomorowska@gmail.com

Agnieszka Chochoł

**psycholog
 seksuolog
 terapeuta**

Radom
 Euromed
 ul. Klonowica 8/1
 tel. 784 323 500

www.seksuolog-radom.pl

problemom. Niektórzy stają się depresyjni, rozdrażnieni, zaczynają być nieprzyjemni dla najbliższych, a inni pozostają na pozór pogodni i weseli. W związku z tak różnymi reakcjami na pojawianie się objawów zaburzeń pamięci często mogą te objawy mylnie być uznane za objawy stresu, depresji, „nerwicy”, lub innej choroby psychicznej. Często we wspomnieniach rodziny pierwsze objawy choroby były odczytywane jako „zmiany nastroju i funkcjonowania ...mówił, że to wynika z napięcia...”

U niektórych chorych dochodzi do zmian osobowości, bywa, że nasi najbliżsi znacząco się zmieniają: dotychczas mili stają się wymagający, dotychczas aktywni stają się apatyczni, bierni, bezwolni, dotychczas spokojni – stają się drażliwi, wybuchowi, czasem wulgarni, płaczący, wylęknięci.

Czasem chorzy zaczynają się zamartwiać drobnymi rzeczami, nie dają sobie rady z prostymi obowiązkami, rzeczy dotychczas proste stają się górami nie do przebycia, co nasila niepokój i poczucie bezradności, złość i przygnębienie. Chory może, zacząć zaniedbywać higienę, mieć problemy z ubieraniem się, a zaganianie go do mycia czy ubierania się bywa prawdziwą walką i dużą uciążliwością dla opiekunów.

Wraz z pogłębianiem się otępienia choremu coraz trudniej ukrywać problemy związane z pogarszającą się pamięcią, może już nie potrafić podać nazwy miejsca w którym się znajduje, nie pamiętać daty, może mieć problemy ze znalezieniem prostych słów. Często kiedy chorzy nie rozpoznają swojego otoczenia w którym od lat mieszkali twierdzą, że nie są u siebie w domu,

każą zawozić się do miejsc, w których się urodzili.

Niektórzy pacjenci z powodu postępującej choroby uszkodzenia mózgu mogą doświadczać omamów z różnych zmysłów – słyszą i widzą coś czego nie ma, co przeżywają, tak jak to by było realne, jak w przypadku Pani Janiny, która miała wrażenie, że odwiedza ją nieżyjący mąż. Często wtedy stają się nieufni podejrzliwi. Początkowo zjawiska te pojawiają się w sytuacjach pogorszenia ogólnego stanu zdrowia np.: osłabienia krążenia, ostrej infekcji, wystąpienia zaburzeń świadomości. Z czasem mogą pojawiać się coraz częściej i występować przewlekłe.

Z powodu zaburzeń pamięci i zaburzeń myślenia i krytycyzmu pacjenci chowają różne swoje rzeczy i nie potrafią ich odnaleźć, ich brak tłumaczy sobie w dostępny dla siebie sposób tworząc urojeniowe przekonania o kradzieży, oskarżając najczęściej najbliższych i opiekunów, nierzadko wprowadzając ich w spore zakłopotanie.

W ostatnich stadiach choroby pacjent często nie jest już w stanie chodzić, spędza czas w łóżku lub fotelu i wymaga pielęgnacji tak jak chory obłożnie. Przebieg otępienia i jego dynamika jest zależna od czynników je wywołujących i nie wszystkie omawiane tu objawy będą pojawiać się u wszystkich pacjentów. U części z nich większość z tych objawów nie wystąpi, a mogą się pojawić takie, których tu nie opisałem.

Moim zamiarem było przedstawienie ogólnego obrazu tej choroby i problemów pojawiających się na wczesnych stadiach w których można jeszcze uzyskać częściową poprawę stosując leczenie, co w efekcie może istotnie poprawić komfort życia pacjenta i jego opiekunów.

lek. med. **Urszula Kempa** **DIABETOLOG ENDOKRYNOLOG**
przyjmuje **poniedziałek i środa**
zapisy telefoniczne w dni robocze **609 196 693**
Radom, ul. Prażmowskiego 33a, 1 p., pok. 208

OPTYK GRABOWSCY



Bolotti
SPRAWDŹ PROMOCJE! ODWIEDŹ NASZE SALONY

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

GF FERRÉ **SOLANO** Baldinini 

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

 **OKULISTA & OPTYK LIKOWSCY**

Elżbieta Likowska
lekarz okulista
przyjmuje pn, wt, śr, pt
w godzinach 10-14, 16-18,
czwartek 16-18
sobota zapisy telefoniczne

ZAKŁAD OPTYCZNY
poniedziałek, piątek 10-18
sobota 10-14
www.likowska.pl

NOWY GABINET
ul. Słowackiego 8
tel. 48 360 03 27
kom. 600 390 740

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

 **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
środy od 15.00
Kozienice, ul. Brzozowa 26

GABINET KARDIOLOGICZNY

Paweł Świągół

specjalista chorób wewnętrznych, kardiolog
Radom, ul. Chrobrego 54
zapisy: 501 286 071
godz. przyjęć: wtorek 15.30-17.00



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-dzieciocy.radom.pl

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



CENTRUM KSZTAŁCENIA ZAWODOWEGO I USTAWICZNEGO W RADOMIU

CKZiU Radom, ul. Kelles-Krauz 3
tel.: 48 362-13-31, 503-472-159
www.ckziu.radom.pl

DAWNIEJ
„MEDYK”



Bezpłatne kształcenie w szkołach policealnych

- Asystent osoby niepełnosprawnej
- Higienistka stomatologiczna
- Opiekun medyczny
- Opiekunka środowiskowa
- Technik elektroradiolog
- Technik masażysta
- Technik usług kosmetycznych
- Terapeuta zajęciowy

Kwalifikacyjne kursy zawodowe - nauka bezpłatna na kierunkach:

- Asystent osoby niepełnosprawnej
- Opiekun medyczny
- Opiekunka środowiskowa
- Technik usług kosmetycznych

Szkolenia i kursy doskonalące, odpłatne z zakresu

- Arteterapia
- Kursy informatyczne
- Kursy kosmetyczne
- Masaże specjalistyczne
- Nauka języków obcych zawodowych
- Opieka zdrowotna i społeczna
- Pedagogika Marii Montessori
- Polski język migowy i fonogesty
- Rozwój osobowości i kariery zawodowej



PRYWATNA PORADNIA KARDIOLOGICZNA

Magdalena Poterała

Kardiolog, Specjalista chorób wewnętrznych

OFERTA

- konsultacje • EKG • ECHO serca
- Holter EKG 24 godz - 7 dni
- Holter ciśnieniowy • test wysiłkowy na bieżni

Radom, ul. Główna 12 (wjazd od ul. Klonowica)
I piętro gabinet 17, 18

☎ 506 490 055 www.kardiologradom.com

Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Radomiu

Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Radomiu to placówka publiczna, którą z dniem 1 września 2014 roku powołał Samorząd Województwa Mazowieckiego. Powstała na bazie Zespołu Medycznych Szkół Policealnych (dawnego Medyka).

Działalność edukacyjna prowadzona jest w dwóch budynkach – przy ul. Kelles-Krauza 3 i przy Placu Stare Miasto 10. Organizacyjnie skupia obecnie Medyczną Szkołę Policealną dla Dorosłych, Medyczną Szkołę Policealną dla Młodzieży i Centrum Kształcenia Ustawicznego.

CKZiU ze względu na medyczno-społeczny profil kształcenia jest jedyną tego typu placówką w regionie. Stwarza duże możliwości uzyskiwania uprawnień zawodowych i podnoszenia kwalifikacji mieszkańcom regionu o wysokiej stopie bezrobocia, współpracuje z Urzędem Pracy w Radomiu w zakresie organizacji indywidualnych szkoleń dla osób bezrobotnych, chcących zdobyć nowe kwalifikacje i pracować w ciekawym zawodzie. Oferta szkoły, odpowiadająca na potrzeby rynku pracy, jest szeroka i skierowana jest do osób z wykształceniem podstawowym, zawodowym, średnim, zainteresowanych nabywaniem, bądź podnoszeniem własnych kwalifikacji zawodowych w szkolnych i pozaszkolnych formach kształcenia, takich jak kwalifikacyjne kursy zawodowe, kursy umiejętności zawodowych, kursy kompetencji ogólnych. Ogromnym atutem szkoły jest wysoko wykwalifikowana kadra nauczycieli, doskonała, nowoczesna baza dydaktyczna, własna baza hotelowa i sprzyjający nauce klimat.

KURSY MASAŻU

- Osteosynteza i rehabilitacja u dzieci i młodzieży dorastającej
- Drenaż limfatyczny metoda polska i niemiecka
- Masaż antycellulitowy
- Masaż aromaterapeutyczny
- Masaż bańką chińską
- Masaż gorącymi kamieniami
- Masaż miodem
- Masaż relaksacyjno-modelujący
- Masaż gorącą czekoladą
- Masaż sportowy-klasyczny
- Masaż świecą

KURSY MEDYCZNO-OPIEKUŃCZE

- Wstrzyknięcia podskórne
- Opieka domowa na przewlekłe chorym
- Opieka nad chorym z zaburzoną wydalaniem moczu i kału
- Opieka nad osobą po udarze mózgu
- Opieka nad osobą z ranami przewlekłymi
- Pomoc w przyjmowaniu leków
- Pacjent onkologiczny – zadania opiekuna
- Profesjonalna niania
- Pacjent ze stomią – zadania opiekuna

KURSY UDZIELANIA PIERWSZEJ POMOCY

- Kurs pierwszej pomocy
- Kurs pierwszej pomocy dzieciom i niemowlętom

KURSY Z ZAKRESU ZDROWIA

- Muzykoterapia
- Podstawy dietyki i proces redukcji tkanki tłuszczowej
- Terapia manualna poprzez sztuki plastyczne



PRZYCHODNIA CENTRUM

NZOZ sp. z o.o. zoz

Medycyna rodzinna bezpłatnie w ramach umowy z NFZ.

Komercyjnie – porady w zakresie neurologii, ortopedii i traumatologii oraz kardiologii

Wykonujemy zabiegi rehabilitacyjne oraz badania diagnostyczne USG w tym USG – Dopplera tętnic szyjnych, echo serca, holter EKG, EKG próby wysiłkowe, RTG, spirometria.

Jan Sekuła

Specjalista ortopedii i traumatologii narządu ruchu

Ewa Burchard

Specjalista Kardiologii

Marzena Sulecka-Mazurek

Specjalista neurologii

zapraszamy
od poniedziałku do piątku

Radom ul. Gajowa 66
tel. 48 384 62 49, 48 32 93 52



DOM OPIEKI POD ŻŁOTYM DĘBEM

DLA OSÓB W PODESZYM WIEKU I OSÓB NIESAMODZIELNYCH



- OPIEKA LEKARZA INTERNISTY
- OPIEKA PIELĘGNIAREK 24H
- OPIEKA OPIEKUNEK 24H
- REHABILITACJA
- TERAPIA ZAJĘCIOWA

DOM OFERUJE RÓWNIŻ
PIELĘGNACYJNE POBYTY
POSZPITALNE.

*Wygodnie
doświadczenie w opiece*

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.MiŚ.9050-2/3/06 z dnia 23.01.2006r.



Poradnia Psychosomatyczna

- Konsultacje:
naturopaty
psychodietetyka
psychoterapeuty
- Mikroskopowe Badanie Żywej Kropli Krwi
- Diagnostyka Termoregulacyjna STRD
- Skaningowe Badanie STRD Kręgosłupa

www.droga-zdrowia.pl

☎ 608 487 904 ✉ eser@op.pl



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



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

Dietetyk

Masaże lecznicze i relaksacyjne, masaże dla kobiet w ciąży

www.epmed.pl

Wrastające paznokcie

Wrastające paznokcie to często występujące schorzenie, które wielu ludzi zna z własnego doświadczenia. Niestety, niektórzy bagatelizują ten problem, nawet, jeżeli staje się przyczyną znacznych utrudnień w życiu codziennym, ponieważ: - jest przyczyną silnych dolegliwości bólowych, - powoduje długie nieobecności w pracy i szkole, - cechuje się wysoką nawrotnością (70-90%).

Schorzenie to najczęściej dotyczy dużego palca stopy. Wrastający paznokieć palucha jest zwykle następstwem niewłaściwego obcinania paznokcia albo jego zbyt krótkiego przycięcia; kolejną przyczyną wrastającego paznokcia mogą być za wąskie lub za ciasne buty, genetyczna deformacja, nieprawidłowa postawa lub schorzenia kręgosłupa spowodowane nadwagą.

Objawy

Zaczerwienienie wału paznokcia, czyli tkanki go otaczającej. Na palcu może pojawić się opuchlizna, a nawet obrzęk. Bardzo częstym objawem przy wrastaniu paznokcia jest wydzielina ropna, hipergranulacja (tzw. dzikie mięso) oraz wrażliwość tkanki wokół płytki paznokcia. Coraz ciężiej jest nam chodzić, czujemy coraz większy dyskomfort.

Do niedawna nie istniał „łagodny” sposób na pozbycie się tej dolegliwości, najczęściej kończyło się na zabiegu chirurgicznym, który często, niestety, nie jest skuteczny.

W 2009 r. nastąpił przełom w podologii, pojawiła się – **KOSTKA ARKADY**. Innowacyjna i bezinwazyjna metoda pozwalająca na bezpieczne i skuteczne usunięcie tego problemu. Zabieg w tej formie, jako jedyny, z dostępnymi na rynku, pozwala w części przypadków na **usunięcie problemu wrastających paznokci w ciągu jednej wizyty**. Podstawowy zabieg trwa około 45 min, w zależności od stopnia komplikacji danego przypadku.



Okres leczenia zależy m.in. od stopnia deformacji płytki paznokciowej i rodzaju wykonywanych wcześniej zabiegów. Nie bez znaczenia jest również to jak długo paznokcie wrastały. Po wykonaniu zabiegu niezbędne są okresowe wizyty kontrolne (powtarzane co dwa do czterech tygodni).

Korekta wrastającego paznokcia Metodą Arkady przynosi natychmiastową ulgę połączoną z nadaniem zdrowego wyglądu płytce paznokcia. Dodatkowym atutem tej metody, w przeciwieństwie do klamer, jest efekt estetyczny. Po zabiegu paznokieć **odzyskuje gładką powierzchnię i prawidłowy kształt** bez widocznych, czasami też uciążliwych konstrukcji drutowych

Każdy przypadek jest indywidualny i tak jest traktowany. Często, aby pozbyć się tego uciążliwego problemu, wystarczy prawidłowo wykonany pedicure i odpowiednie opracowanie płytki paznokciowej.

W Studio Urody „Idalia”, zajmujemy się specjalistycznym pedicure i **problematyką stóp od ponad 10 lat**. Metodę Arkady stosujemy w zasadzie od momentu jej opatentowania i wprowadzenia jej na rynek tj. od 2011 r.

Szczegółowych informacji na temat zbiegu uzyskają Państwo podczas konsultacji w naszym salonie mieszczącym się przy ulicy Sienkiewicza 26 w Radomiu, po uprzednim zarezerwowaniu wizyty pod numerem 48 384 75 55 lub 606 471 648.



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

ginekologia, chirurgia naczyniowa,
proktologia, chirurgia ogólna,
psychologia, dietetyka,
ortopedia, USG Doppler,
skleroterapia, zaszywanie tabletek

Idalia STUDIO URODY

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

GABINET KOSMETYCZNO-PODOLOGICZNY

Tel. 606 471 648
Tel. (48) 384 75 55

ul. Sienkiewicza 26,
26-600 Radom

Terapia pijawkami

Iwona Tyczyńska-Woźniak



GABINET PRZENIESIONY Z 1905R.



APTEKA

Przy ul. Zielonej

Radom, ul. Okulickiego 58/70
tel. 603 77 00 99, 48 360 83 83
www.aptekaprzyzielonej.pl

rok założenia 1994

W ciągłej sprzedaży oferujemy produkty na bazie składników organicznych znanych marek polskich i światowych

SWANSON
Health Products

BIO
ECOLOGICAL POLSKA

Pharmacaris



NUXE
PARIS

W ofercie mamy również profesjonalne artykuły do pielęgnacji i higieny jamy ustnej dla pacjentów leczonych ortodontycznie:

- po zabiegach chirurgicznych (implantach)
- mających problemy z dziąsłami
- dla dzieci

znane
i cenione
marki



szczoteczki soniczne



wybielanie



dzieci



pacjenci
ortodontyczni



pacjenci
protetyczni



problemy
z dziąsłami



próchnica



irygatory



szczoteczki klasyczne

na zlecenie M.R. PPS Radom, ul. Okulickiego 58/70



lapro_dentis

laboratorium protezki dentystycznej

lic. tech. dent. Katarzyna Patrycka

Oferta wykonywanych prac:

expresowa naprawa protez
protezy posiadające 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

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



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

Zapach i odczucia

Warto zastanowić się następnym razem, zanim pokłócimy się o zapach i smak przyrządzonej potrawy. Okazuje się bowiem, że sposób odczuwania określonych zapachów jest zaprogramowanych w naszych genach. W publikowanym online magazynie Current Biology ukazało się niedawno wyniki dwóch badań przeprowadzonych w Nowej Zelandii, które dotyczyły tego zagadnienia. W jednym z nich odnaleziono pojedynczą różnicę w genotypie, którą udało się powiązać ze sposobem odczuwania zapachu fiołków. W drugim odkryto miejsca w ludzkim genotypie, związane z odczuwaniem trzech zapachów jedzenia (słód, jabłko, niebieski ser pleśniowy). To one odpowiedzialne są między innymi za to, że dla niektórych osób niebieski ser pleśniowy zwyczajnie cuchnie, a inni znajdują w jego zapachu wykwintny aromat.

Zdaniem naukowców zdolność odczuwania zapachów jest uwarunkowana genetycznie w podobny sposób jak wzrok. Umiejętność widzenia kolorów wynika z posiadania trzech typów receptorów, które odbierają różne kolory – a mimo to zdarzają się daltoniści, którzy rozpoznają mniej barw niż reszta populacji. W przypadku zapachów nasz nos posiada około 400 typów receptorów i obecność każdego z nich uwarunkowana jest genetycznie. W rezultacie człowiek jest w stanie rozpoznać około 10 000 różnych zapachów.

Źródło: Genetics can determine why we smell certain odors differently, studies find, „Washington Post”, 1 sierpień 2013



J.P. Kaniewscy

STOMATOLOGIA

lek. dent. Joanna Kaniewska
lek. dent. Piotr Kaniewski

- stomatologia zachowawcza
- stomatologia dziecięca
- endodoncja
- protetyka
- profilaktyka
- wybielanie zębów

z a p r a s z a m y

poniedziałek-piątek
9.00-19.00

Radom, ul. Czarnoleska 25
tel. 537 914 632

www.stomatologiakaniewscy.pl



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

S P Z O Z

**Poradnia
Medycyny Rodzinnej**

Radom, ul. Żeromskiego 31
tel. 533 444 207

uprawniony do badań profilaktycznych
Waldemar Przybyłowicz

BADANIA KIEROWCÓW
badania profilaktyczne i okresowe

wtorek 9.00-14.00
czwartek 14.00-17.00

NOWOCZESNA
STOMATOLOGIA I PROTETYKA

z wykorzystaniem mikroskopu, ozonoterapii i lasera

Ortodoncja bezekstrakcyjna • Radiowizjografia

Nowość! MASAŻ!

nzoz „MEDAP” Anna Śródulska
ul. Struga 50 paw. 9 Radom
tel. 48 36 00 200
medap@op.pl
www.medap.radom.pl

PTDental
CENTRUM MEDYCZNE

Piasek & Terpilowska

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

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

SZWEDENTAL

Gabinet Dentystyczno-Protetyczny



Zapraszamy

poniedziałek-piątek w godz. 8.30-18.30

sobota w godz. 9.00-13.00

Stomatologia ogólna i zachowawcza

Endodoncja

Protetyka stomatologiczna

Implanty, mosty

Ortodoncja

RTG

www.szwedental.pl

Kręci ci się
w głowie

Nagle przyspieszenie pracy serca oraz zawroty głowy prowadzące do utraty przytomności - tajemnicza dolegliwość, na którą cierpią miliony ludzi zwana jest zespołem NPTS i objawia się nagłym przyspieszeniem pracy serca oraz zawrotami głowy powodującymi utratę przytomność. Uciążliwe schorzenie przytrafia się głównie kobietom w wieku 20-45 lat. To zaburzenie rytmu serca podczas zmiany pozycji ciała z leżącej na stojącą.

Jak to się dzieje? Z powodu wadliwego funkcjonowania szlaków nerwowych odpowiadających za kurczenie się naczyń krwionośnych, krew zaczyna zbierać się w dolnych kończynach, odpływając z serca i mózgu. Jeśli trwa to zbyt długo, mogą nastąpić zawroty głowy i omdlenia. Przepuszczalnie osoby z zespołem NPTS nie wytwarzają odpowiednich ilości norepinefryny lub też wydziela się ona nieregularnie. Na podobne kłopoty zdrowotne pomaga według specjalistów jedzenie potraw bogatych w wodę i sól, zakładanie skarpet lub rajstop poprawiających ciśnienie krwi w nogach i wzmacnianie mięśni kończyn.

Źródło: Chronić serce i nie wstawaj zbyt szybko, „Głos Szczyński”, 14 listopada 2012



rejestracja

Centrum Medyczne PT-Dental
Radom, ul. Ks. Sedlaka 4/6/8
tel. 48 363 33 60, tel. 791 660 619
www.mieszkowski.radom.pl

lekarz medycyny

*Mariusz
Mieszkowski*

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.
- nici PDO – lifting bez operacji
- lipoliza iniekcyjna – usuwanie nadmiaru tkanki tłuszczowej
- bezpłatne konsultacje

Masz problem z transportem chorego? Zadzwoń do nas!

**PRYWATNY TRANSPORT
MEDYCZNY**

☎ 519 179 707

☎ 515 341 100



deltamed
transport i ratownictwo medyczne

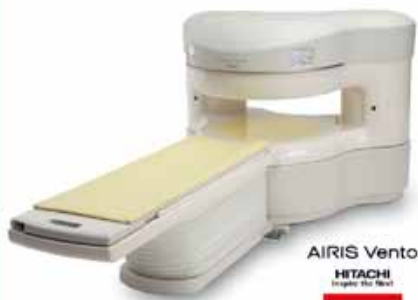
Radom, ul. Żeromskiego 94

www.deltamed.com.pl

udzielamy
15% zniżki
w programie
Radomska
Karta Seniora

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

**GRUPA
MEDICAL**
S N Z O Z



AIRIS Vento
HITACHI
Magnez 0.15T

**Pracownia
Rezonansu
Magnetycznego
Otwartego**

wyłącznie prywatnie

rejestracja

poniedziałek - piątek

8.00 - 20.00
tel. 664 91 22

661 610 644

Grójec, ul. Piotra Skargi 10
w budynku Szpitala w Grójcu

dedykowany szczególnie dla:

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



badanie „od ręki”

Endometrioza

Choć endometrioza dotyczy ponad miliona kobiet w Polsce, nadal jest mało znana tak społeczeństwu jak i lekarzom.

Pacjentki, zanim dostaną prawidłową diagnozę, czekają średnio siedem lat, odwiedzając w międzyczasie wielu specjalistów, jak gastrolog, ginekolog, urolog, proktolog, neurolog, a nawet psychiatra. A wczesne i sprawne wyrzucie tej choroby pozwala zacząć leczyć ją zanim wystąpią poważne konsekwencje. Należą do nich m.in. torbiele (tzw. czekoladowe) i utrata jajnika, zatrzymanie pracy jelit, utrata nerki, bezpłodność, przewlekłe bóle miednicy oraz konieczność wycięcia narządów rodnych. Szczególnie ważne jest to, że leczenie endometriozy we wczesnym stadium daje szansę zachowania płodności.

Endometrioza to przewlekłe schorzenie polegające na tym, że błona śluzowa macicy (endometrium) pojawia się w nietypowych miejscach – poza macicą. Najczęściej wszczepy endometrium pojawiają się w obrębie jamy brzusznej – jajników, jajowodów, jelit, pęcherza moczowego, zewnętrznej ściany macicy. Rzadziej znajdują się poza obrębem jamy brzusznej, jednak nie jest to wykluczone. Znajdowano komórki endometrium w szyjce macicy, sklepieniu pochwy, a nawet w płucach czy w oku.

Źródło: Niebezpieczna choroba, która dotyka miliona Polek, „Dziennik-Gazeta Prawna” 7 marca 2011

Gabinet Pediatriczny

WIZYTY DOMOWE

lek. med. **Marta Nazimek**

Specjalista chorób dziecięcych
diabetolog

tel. 696 50 15 15

**RADOM
MEDICA**

SPECJALISTYCZNE GABINETY LEKARSKIE

ul. Olsztyńska 39 lok. 2, Radom
504 127 332, 694 925 699 – lek. med. Katarzyna Wolska

Specjaliści do Twojej dyspozycji

- lek. med. **Wolska Katarzyna** – psychiatra, interna
lek. med. **Gaczyński Robert** – specjalista psychiatra
lek. med. **Jodłowski Jacek** – specjalista chirurgii ogólnej, specjalista chirurgii onkologicznej
lek. med. **Potocki Paweł** – specjalista psychiatrii dzieci i młodzieży
mgr **Aleksandra Prasek** – psychoterapia indywidualna, grupowa, rodzinna, par
mgr **Jolanta Komorowska** – psycholog, psychoterapeuta behawioralno-poznawczy, terapeuta dzieci i młodzieży
mgr **Małgorzata Dobczyńska** – psychoterapeuta uzależnienia od alkoholu, narkotyków, nikotyny
mgr **Miroslawa Grzeszczyk** – terapeuta uzależnień od alkoholu, narkotyków, hazardu
mgr **Renata Piądo** – psycholog, diagnostyka psychologiczna

W ramach naszych usług przeprowadzamy również detoksykacje i wszywki (Esperal).

www.radomedica.pl

Gabinet Komputerowej Diagnostyki Obciążeń Organizmu

*Be
Healthy*

Próbujesz różnych diet
i nie chudniesz?
Tyjesz po rzuceniu palenia?
Masz problemy z trawieniem?
Często się przeziębiasz?
Cierpisz na ciągłe zmęczenie?
Odczuwasz stres, niepokój?
Źle śpisz, zgrzytasz zębami?

Jeśli Twoją odpowiedzią jest TAK
oznacza to, że: **powinieneś zrobić**

Test biorezonansem DIRP
tel. 502 561 051

ginekolog położnik

Małgorzata Hejnar-Szczerbińska

Radom, ul. Szewska 5
tel. 602 288 359

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

N O W O Ś Ć

LASEROWE
NIEINWAZYJNE
leczenie wysiłkowego
nietrzymania moczu
i obniżenia ścian pochwy

Laser FOTONA
Dynamis XS

dr n. med. **Dobrosława
Sikora-Szcześniak**

Klinika EUROMED
Radom, ul. Klonowica 8/1, tel. 48 369 95 17

Pokochaj siebie prawdziwą



coach
Marzena Figura
tel. 502 460 037

Wiele z nas kocha bardziej swoje i cudze wyobrażenia o tym, jakie „powinnyśmy” być niż to jakie naprawdę jesteśmy. Staramy się wpasowywać w wymyślony ideał. W rezultacie, nawet jeśli osiągamy zewnętrzne sukcesy, brakuje nam prawdziwego poczucia własnej wartości. Jak odpuścić to staranie się i pokochać siebie naprawdę? Coaching pozwoli poznać i pokazać drogi, które Ci w tym pomogą.

Daj uwagę sobie

Większość z nas została nauczona tego, aby poświęcać większą uwagę temu co czujemy, myślą i oczekują od nas inni, niż sobie samym, swoim własnym uczuciom i potrzebom. W efekcie, kiedy zaczynamy skupiać się na sobie pojawia się poczucie winy i wyrzuty sumienia. Warto zrozumieć, że poczucie winy, którego doświadczamy jest efektem treningu, który przeszliśmy w dzieciństwie, a nie oznaką, że robimy coś złego skupiając się na sobie. Masz prawo o siebie dbać, podobnie jak każdy człowiek. Warto także uświadomić sobie, że nie żyjemy po to, aby spełniać oczekiwania innych i zasługiwać na ich akceptację, tylko żeby żyć prawdą swojego serca, w zgodzie ze sobą. Danie sobie uwagi to pierwszy krok do tego, aby naprawdę siebie pokochać i lepiej poznać siebie prawdziwą.

Poznaj siebie

Bardzo często zapominamy o swojej prawdziwej naturze. Zostałyśmy poddane społecznemu treningowi i warunkowaniu, podobnie jak nasi rodzice i rodzice naszych rodziców. Środowisko w jakim dorastałyśmy, przekonania naszych bliskich o tym jakie jest życie, wzorce wyniesione z domu, zaczęły nakładać na nasze prawdziwe „ja” kolejne warstwy, aż powstał z nich nowy twór, obraz tego jakie mamy być, nasze „ja idealne”. Obraz, który zaczęłyśmy uznawać za własną osobowość, za prawdziwą siebie. Wyobrażenia o tym, jakie powinnyśmy być, krępują nas i utrudniają bycie swobodną, spontaniczną i pełną życia. Trudno wtedy nam pozwolić sobie na bycie na luzie, mówienie tego co myślimy, zachowywanie się tak, jak czujemy, po prostu w zgodzie ze sobą. Kiedy żyjesz połączona ze sobą, w kontakcie ze swoimi prawdziwymi pragnieniami, potrzebami a nie w wyobrażeniach jaka masz być, co czuć i czego potrzebować, stajesz się pełną życia. A to oznacza zmienność i różnorodność. Bo czasami możesz być smutna, a czasami wesoła. Czasami mieć ochotę pracować dużo, a niekiedy wcale. Czasami możesz być pogodna, a niekiedy poirytowana. Niekiedy

chętną, aby się kochać, a innym razem mówiącą „dzisiaj nie mam ochoty”. Czasami w pięknej sukience, ślicznie uczesana i umalowana, a niekiedy w dresie, całkiem „niezrobiona”. Wolna i prawdziwa.

Traktuj siebie z szacunkiem i miłością

Za każdym razem, kiedy mówisz „tak” swoim wyobrażeniom podczas gdy w środku w ciebie, w sercu czujesz „nie”, za każdym razem przekazujesz sobie komunikat, że to co jest w Tobie prawdziwe, jest nieważne. I że ważniejsze są Twoje wyobrażenia jaka masz być. I właśnie w taki sposób okazujemy sobie niemiłość. Ale bardzo łatwo można to zmienić. Wystarczy, że pozwolisz sobie uwierzyć, że dokładnie taka jaka jesteś, zasługujesz na szacunek, miłość i akceptację, przynajmniej od samej siebie. I zaczniesz sobie to okazywać każdego dnia. Bo kiedy czujemy się kochane? Wtedy kiedy traktujemy siebie z miłością. To, jak będziesz się czuła sama ze sobą, zależy od tego jak będziesz siebie traktowała każdego dnia.

Bądź blisko z samą sobą

Zadbaj o to, aby każdego dnia znaleźć przynajmniej chwilę dla siebie, żeby być ze sobą blisko i wsłuchać się w to, za czym tęskni Twoje serce, co jest dla Ciebie naprawdę ważne, czego pragniesz. A jeśli chcesz nawiązać ze sobą naprawdę ciepłą i bliską relację możesz wypróbować codzienny rytuał. Rano, tuż po przebudzeniu, połóż rękę na sercu i skup się na odczuwaniu miłości do siebie. Kiedy poczujesz, że nawiązałaś dobry kontakt ze swoim sercem, powiedz do siebie na głos albo w myślach kilka słów przywitania, np. „witaj kochana, cieszę się, że jesteś. Widzę, że obudziłaś się wyspana, cieszę się, że spędzimy ten dzień razem”. Mów do siebie tak, jakbyś mówiła do najlepszej przyjaciółki, którą właśnie się stajesz sama dla siebie. Z kolei wieczorem, tuż przed zaśnięciem, ponownie połóż rękę na sercu i skupiając się na odczuwaniu miłości do siebie, podziękuj sobie za minimum trzy rzeczy, które dla siebie zrobiłaś tego dnia.

Otoczaj się ludźmi, którzy akceptują ciebie taką jaką jesteś

Ludzie, których spotykasz to Twoje zwierciadła. Jeżeli otaczasz się ludźmi, którzy mówią Ci „nie bądź taka”, „zrób tak”, „zmień się”, „nie powinnaś tego robić”, „fatalnie Ci to wyszło”, to masz cały czas informacje z zewnątrz, że jesteś nie taka. A co by było, gdybyś miała wokół siebie całe grono wspierających osób, które mówią Ci „tak, super Ci wyszło”, „tak, widzę, że z tym Ci trudno”, „tak, widzę Twój prawdziwy stres teraz, ale wiem, że się starasz, wiem, że dajesz z siebie wszystko”? To kompletnie zmienia wszystko. Jeżeli zaczynamy otaczać się ludźmi, którzy naprawdę dostrzegają naszą wartość, akceptują nas takimi jakimi jesteśmy to dużo łatwiej jest nam uczyć się akceptowanie siebie prawdziwej.

Coaching
POLSKA

Marzena Figura coach

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

N Z O Z

Gamed

Przychodnia w centrum Radomia

Świadczenia usług medycznych w oparciu o kontrakt z

PODSTAWOWA OPIEKA ZDROWOTNA
możliwość zapisu nowych pacjentów

Poradnia internistyczna, pediatryczna
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, Medcover, Allianz, CMP,
- FALC, 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
pn.-cz. 7.30 do 20.00, pt. 7.30 do 18.00

Laboratorium LAB-MEDIC

mgr Lena Krajewska
mikrobiologia-wymazy, hormony

Radom, ul. Zeromskiego 92
tel. 48 362 12 25
czynne od 7.00 do 18.00
w soboty od 8.00 do 9.00

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

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

Dlaczego dzieci lubią słodczy i fast food'y

Jak sprawić by zdrowe, pełnowartościowe jedzenie było atrakcyjne dla dzieci.

Przeprowadzając sondę wśród dorosłych i dzieci – zadając im pytanie: *Dlaczego lubią jeść słodczy i jedzenie takie jak „fastfoody” czy słone przekąski?*, możemy usłyszeć następujące odpowiedzi: „Bo są dobre”, „Bo są pyszne”, „Smakują mi”, „Lubię to jeść” czy „Mają przyjemny smak”. Wszystkie te odpowiedzi odnoszą się do przyjemności, jaką daje jedzenie tego typu produktów – aktywują wydzielanie dopaminy, która pobudza ośrodek przyjemności, będący częścią układu limbicznego mózgu. Badania wskazują, że proces ten zachodzi zarówno przy odczuwaniu smaku słodkiego, jak również tzw. smaku umami, a jego źródłem są mechanizmy ewolucyjne zapewniające przetrwanie gatunku. Organizm człowieka wytworzył receptory smaków, które pozwalały rozpoznawać pożywienie zawierające potrzebne substancje odżywcze, ale i trucizny. Smak słodki i umami są charakterystyczne dla produktów bogatych w związki węglowodanów i aminokwasów tym samym zapewniających energię i materiał do budowy białek.

Smak umami został wyodrębniony ze smaku słonego dopiero w 1908 roku przez japońskiego chemika Kikunae Ikeda. Odpowiada za odczuwanie smaku glutaminów, przez co wskazuje na zawartość białka w pokarmie. Receptory smaku umami, nazywanego również „pyszny” lub „smakowitym”, najbardziej pobudzane są przez sole kwasu glutaminowego, czyli tzw. glutaminiany. Najpopularniejszy z nich, czyli glutaminian sodu, jest częstym dodatkiem „wzmacniaczy smaku”, które trafiają do produktów spożywczych, takich jak przyprawy, dania instant, dania typu „fastfood” czy chipsy. Umami nazywany jest często smakiem „bulionowym”, „rosołowym”, pomimo że aktywujący go kwas glutaminowy występuje również w produktach roślinnych (pomidory, winogrona, orzechy, brokuły i grzyby).

Nasz organizm przyzwyczaja się do pewnych smaków już w życiu płodowym – wody płodowe oddają smak spożywanych przez matkę potraw, podobnie jak pokarm matek karmiących piersią. Warto o tym pamiętać będąc w ciąży, ponieważ dziecko, które w okresie prenatalnym i niemowlęcym poznawało określone smaki, w okresie późniejszym będzie bardziej skłonne do spożywania produktów o podobnych smakach. W kształtowaniu zdrowych nawyków żywieniowych istotne są również dobre wzorce ze strony opiekunów – pamiętajmy, że dzieci

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**

Pracownia EMG

specjalista neurolog **Grzegorz Jurkiewicz**

Radom, ul. Witolda 7 lokal 1.03 **MAX-MED**
(pawilony Rosa - I piętro)

Grójec, ul. P. Skargi 10, gabinet **159 PCMG**

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

tel. **694 364 364**

telefoniczna rejestracja pacjentów codziennie w godzinach 14-20

Andrzej Borysowicz
specjalista neurolog

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

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

diagnosis
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

GABINET NEUROLOGICZNY
Jarosław Kosowski

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

Adam Krajewski
specjalista alergolog, specjalista dermatolog
przyjmuje

od poniedziałku do piątku
od 15.00 do 17.00
Radom, ul. Żeromskiego 92
tel. **48 362 12 25**

uczą się naśladować dorosłych – chcą jeść i pić to co oni, więc warto świadomie dbać o to, co pojawia się na naszych stołach i w koszykach zakupowych. W przypadku starszych dzieci, zaczynając już na poziomie przedszkola, warto tłumaczyć, jakie produkty są zdrowe i potrzebne, a jakie nie. Rozmowa o tym jak jedzenie wpływa na organizm człowieka kształtuje również myślenie przyczynowo-skutkowe, uczy odpowiedzialności za swoje zdrowie i środowisko. Zaproszę dzieci do kuchni – pokażmy im z czego powstają potrawy; niech zbudują piramidę żywieniową z produktów, które mamy w lodówce – dzięki temu same będą mogły ocenić, czy to co wybierają do jedzenia jest im niezbędne do zdrowego funkcjonowania organizmu.

W poszukiwaniu „pysznych” smaków zapominaamy, że prawidłowe żywienie polega na pokryciu zapotrzebowania organizmu na energię i niezbędne składniki pokarmowe – ważne jest utrzymanie homeostazy procesów metabolicznych organizmu, którą zaburza zarówno niedobór jak i nadmiar poszczególnych elementów. Do najczęściej popełnianych błędów żywieniowych należy nieprawidłowo zbilansowana dieta, zbyt duża zawartość niektórych składników (tłuszcze nasycone, cukry proste, sód), przy niedoborach innych (kwasy tłuszczowe wielonienasycone, węglowodany złożone, błonnik, wapń) oraz spożywanie posiłków o zbyt dużej kaloryczności – przekraczających wydatek energetyczny.

Zdrowe nawyki żywieniowe to przede wszystkim:

- pięć posiłków w ciągu dnia, spożywanych o stałej porze
- spożywanie pokarmów urozmaiconych – korzystnie z różnorodnych produktów, co zwiększa prawdopodobieństwo dostarczenia wszystkich potrzebnych organizmowi składników
- dbanie o spożywanie warzyw, owoców, produktów zbożowych z pełnego przemiału, mleka i produktów mlecznych oraz ryb
- ograniczenie spożycia tłuszczu, zwłaszcza zwierzęcego, cukru, słodczy, soli kuchennej i słonych przekąsek

W przypadkach gdy dziecko jest szczególnie narażone na niedobory witamin i składników mineralnych – w okresie jesienno-zimowym, intensywnego wzrostu, czy w trakcie zmiany nawyków żywieniowych – warto pomyśleć o odpowiedniej suplementacji diety w postaci preparatów dopasowanych do wieku i potrzeb dziecka.

Pamiętajmy również, że kategoryczne zabranianie, np. słodczy czy chipsów, może mieć wręcz odwrotny skutek – dziecko będzie spożywało je ukradkiem, w tajemnicy. Może warto wyznaczyć dzień tygodnia w którym będzie mogło zjeść coś z kategorii produktów ze szczytu piramidy żywieniowej?

Źródło: Zdrowie dziennik.pl

VITAMED

NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ
umowa z NFZ

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

Ciało Umysł Dusza
Medycyna zdrowia



Paradnie:

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

Radom, ul. Główna 12
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 14.00**
dodatkowo w poniedziałki i czwartki
od **15.30 do 18.00**



NOWO OTWARTA

APTEKA

SŁONECZNA

zapraszamy

poniedziałek - piątek **8.00 - 19.00**

sobota **8.00 - 14.00**

Radom, ul. Kusocińskiego 21, osiedle XV-lecia

tel. 48 386 99 91

Czekolada chroni przed słońcem

Dobra wiadomość dla wszystkich miłośników czekolady i opalania. Kanadyjscy naukowcy odkryli, że jej gorzka odmiana chroni skórę przed szkodliwym promieniowaniem słonecznym.

Uniwersytet Laval w Quebec, prowadzi nabór ochotników, najlepiej o jasnej karnacji, gotowych poddać się czekoladowej kuracji. Każdy z uczestników badania będzie zjadał ok. 30 gram gorzkiej czekolady dziennie, przez trzy miesiące. Zdaniem naukowców lecznicze właściwości ma jedynie ta czekolada, w której zawartość kakao nie jest mniejsza niż 60 procent.

Przypuszczenia Kanadyjczyków co do właściwości czekolady potwierdzają testy przeprowadzone przez brytyjskich i niemieckich naukowców. Ich zdaniem, zawarte w gorzkiej czekoladzie polifenole zwiększają odporność jasnej skóry na promieniowanie UV, mają także działanie przeciwutleniające i poprawiają krążenie krwi. Niestety polifenole są eliminowane w procesie produkcji czekolady mlecznej.

Źródło: Gorzka czekolada chroni przed słońcem – wynika z badań naukowców, PAP, 14 sierpnia 2011

REH-COMPLEX
Michał Paprocki
FIZJOTERAPEUTA
Specjalista ds. bezoperacyjnego leczenia skolioz metodą F.E.D.[®]
tel. 798 802 717 www.reh-complex.pl

ONEL-MED
NZOZ
Radom, ul. Mireckiego 10 tel./faks (48) 360 22 22
tel. 533 06 22 27
przyjmuje w poniedziałki 10.00-13.00
lek. med. Jadwiga Roszczyk
specjalista chirurgii ogólnej
porady w zakresie chirurgii ogólnej i naczyniowej
USG, doppler naczyń kończyn dolnych
poradnia Zamlynie ul. Klonowica 10/12
przyjmuje w środy 15.00-17.00
tel. 48 331 06 18

LEKARZ ORTOPEDA
Tomasz Szyncarzuk
- urazy i schorzenia narządu ruchu
- iniekcje okołostawowe i dostawowe
- dobór zabiegów rehabilitacyjnych
Centrum Medyczne FizjoMedica
Radom, ul. Wierzbicka 90
tel. (48) 389 31 75, kom. 511 997 051

Tłuszcze nasycone nie szkodzą

Ilość tłuszczów nasyconych w diecie oraz ich poziom we krwi nie mają związku z częstością występowania chorób serca – twierdzą naukowcy z University of Cambridge, o czym donosi serwis Medexpress.pl.

Na jakiej podstawie podważają słusność obowiązującego od dziesięcioleci medycznego dogmatu? Przeprowadzona przez nich meta-analiza objęła dane z 72 badań obserwacyjnych, w których brało udział ponad 600 tys. osób. Jak się okazało, ilość tłuszczów nasyconych w diecie ani we krwi nie miała związku z zachorowaniami na choroby układu krążenia. Nie wykazano też, aby wielonienasycone kwasy tłuszczowe chroniły serce. Potwierdziła się natomiast wyjątkowa szkodliwość izomerów trans kwasów tłuszczowych. Występują one w dużych ilościach w sztucznie utwardzonych tłuszczach roślinnych (na przykład w margarynie) i bardzo wyraźnie zwiększają ryzyko zachorowania na serce. Autorzy badań proponują wprowadzenie regulacji prawnych ograniczających dopuszczalną zawartość izomerów trans w żywności. Przepisy takie obowiązują od dawna w Danii i Kanadzie, a częściowo także w USA.

Źródło: Zdrowie dziennik.pl

KLINIKA
EUROMED
dr n. med.
Grzegorz Szczęśniak
specjalista chirurgii ogólnej i onkologicznej
Gabinet chirurgii ogólnej i onkologicznej
• biopsja mammotomiczna • USG piersi + biopsje
• porady chirurgiczne • krótkie zabiegi • opieka pooperacyjna
środa, piątek 15.30-17.30
Radom, ul. Klonowica 8/1 (boczna od ul. Głównej)
tel. 48 369 95 17, kom. 502 164 392
www.euromed.radom.pl



Krzysztof Barylka
spec. chirurg dziecięcy
rejestracja 48 386 90 60
Radom, ul. Osiedłowa 9
PORADY W ZAKRESIE:
- 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

endomed®

⊕ PODSTAWOWA OPIEKA ZDROWOTNA NFZ

lek. med. Anna Frydryk • spec. chorób wewnętrznych, diabetolog
lek. med. Ewa Modrzewska-Lesisz • spec. chorób wewnętrznych, endokrynolog
dr n. med. Violetta Wilk • spec. chorób wewnętrznych, endokrynolog
lek. med. Roman Horbacz • spec. chorób wewnętrznych, nefrolog
lek. med. Anna Malinowska • spec. chorób wewnętrznych, hipertensjolog
lek. med. Ewa Molenda • spec. chorób wewnętrznych,
lek. med. Wioletta Sorbian • spec. chorób wewnętrznych, hipertensjolog
lek. med. M. Jastrzębska-Pasierb • spec. pediatra, diabetolog
lek. med. Grzegorz Walczyński • spec. pediatra
lek. med. Magdalena Opiął • pediatra
lek. med. Renata Tomikowska • pediatra

GABINET ZABIEGOWY - EKG
PUNKT SZCZEPIEŃ
LABORATORIUM ANALITYCZNE

⊕ PORADNIE SPECJALISTYCZNE

NFZ **Gastroenterologiczna** • lek. med. Janusz Romanowski, lek. med. Marek Stankiewicz, lek. med. Ewa Tylec-Osóbka
NFZ **Gastroenterologiczna dla dzieci** • lek. med. Lesław Syczewski
NFZ **Onkologiczna** • dr n. med. Robert Wiraszka
NFZ **Proktologiczna** • lek. med. Jacek Sobaszek
Chirurgiczna / naczyniowa • lek. med. Jacek Sobaszek, lek. med. Artur Żuchowski
Chirurgiczna dla dzieci • lek. med. Ewa Elertowska
Diabetologiczna • lek. med. Anna Frydryk, lek. med. Mirosława Jastrzębska-Pasierb
Endokrynologiczna • dr n. med. Violetta Wilk, lek. med. Krzysztof Bocheński, Ewa Modrzewska-Lesisz
Hepatologiczna • dr n. med. Grzegorz Stolarek
Kardiologiczna • lek. med. Maciej Wiosna
Nefrologiczna • lek. med. Roman Horbacz
Neurologiczna • lek. med. Elżbieta Przepiórka
Neurochirurgiczna • lek. med. Krzysztof Zakrzewski
Ortopedyczna • lek. med. Tomasz Romaniuk
Pulmonologiczna • lek. med. Mariusz Korzeniowski
Urologiczna • lek. med. Radosław Molga, lek. med. Antoni Nierubca
Zdrowia Psychicznego • lek. med. Małgorzata Nagadowska-Nojek
Psychologiczna • mgr Ewelina Wróbel
Dietetyczna • mgr dietetyk kliniczny Małgorzata Janusz

⊕ DIAGNOSTYKA OBRAZOWA

Tomograf komputerowy 64-rzędowy
RTG cyfrowy - najwyższej klasy

USG - jama brzuszna, tarczyca, piersi, BIOPSJE

dr n. med. Jarosław Więckowski, lek. med. Iwona Foremniak, lek. med. Beata Majewska,
lek. med. Wioletta Nierubca, lek. med. Elżbieta Nowaczek-Dziocha, lek. med. Marta Szram-Sprawka

USG - ortopedyczne / preluksacyjne lek. med. Tomasz Romaniuk

USG doppler szyi lek. med. Iwona Jasiuk

USG doppler kończyn dolnych lek. med. Artur Żuchowski

⊕ ENDOSKOPIA

NFZ **gastroskopia, kolonoskopia, polipektomia z oceną histopatologiczną, rektoskopia**
możliwość badań w znieczuleniu pod opieką anestezjologa

⊕ Innowacyjne leczenie przewlekłego i ostrego bólu pleców

KONSULTACJE NEUROCHIRURGICZNE
ZABIEGI celowane ostrzyknięcia okołokorzeniowe
pod kontrolą tomografu komputerowego

⊕ PARTNERZY MEDYCZNI:

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

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



Wygraj z bólem

gabinet leczenia bólu

polmedic 

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

Tomografia komputerowa

Tomografia komputerowa inaczej TK (z ang. computed tomography, CT) to specjalistyczne badanie obrazowe wykorzystujące promieniowanie jonizujące. Ma ono szerokie zastosowanie w diagnostyce medycznej, począwszy od urazów i stanów nagłych, aż po badania planowe w schorzeniach przewlekłych. Tomografia komputerowa jest jedną z podstawowych metod diagnostycznych, pozwalającą rozpoznać:

- schorzenia centralnego układu nerwowego,
- schorzenia narządów jamy brzusznej i klatki piersiowej,
- choroby gardła, krtani, zatok, oczodołów, ślinianek,
- schorzenia układu kostno – stawowego,
- patologie naczyń.

Pracownia TK przy **Centrum Diagnostycznym Polmedic** wyposażona jest w nowoczesny, wielorzędowy (spiralny) aparat TK. Poprzez zastosowanie wielu rzędów detektorów promieniowania RTG, uzyskuje się większy jednorazowy zakres badania, a co się z tym wiąże – redukuje się do minimum dawkę promieniowania.

Tomograf pozwala stworzyć przestrzenną, trójwymiarową rekonstrukcję badanych narządów wewnętrznych ciała pacjenta. Natomiast automatyczna strzykawka sprzężona z aparatem TK stosowana do dożylnego podawania środków kontrastowych, pozwala na programowanie szybkości i dawki środka kontrastowego, co dodatkowo podnosi jakość wykonywanych badań.

Pacjent umieszczony na specjalnym ruchomym stole, przesuwany jest do wnętrza aparatu,

gdzie na specjalnej ramie, dookoła ciała badanego, porusza się lampa wytwarzająca promieniowanie rentgenowskie. Promieniowanie to, przechodząc przez poszczególne tkanki ciała pacjenta, ulega osłabieniu. Zależy to od rodzaju tkanki, np. przechodząc przez kości – fala rentgenowska ulega silnemu osłabieniu, natomiast przechodząc przez powietrze, osłabia się minimalnie. Dzięki temu zjawisku można dobrze różnicować między sobą poszczególne tkanki w ciele pacjenta.

Badanie jest bezbolesne. Podczas badania istnieje możliwość komunikacji między pacjentem, a lekarzem i technikiem. Badania są dostępne dla chorych i wykonywane zawsze na podstawie skierowania lekarskiego. Opisy badań dokonywane są przez zespół doświadczonych lekarzy radiologów, pracujących w naszym Centrum.

Do nowootwartego **Centrum Diagnostycznego Polmedic** przy ul. Aleksandrowicza 5 (w budynku Szpitala – Józefów) zaprasza **lek. med. Katarzyna Mrozowska** – specjalista radiologii wraz z zespołem specjalistów.

Dowiedz się więcej na
www.polmedic.com.pl
www.facebook.com/Polmedic
lub **Infolinii 48 386 90 60**

polmedic 

 **CENTRUM BERNARDYŃSKA**

Radom, ul. Bernardyńska 3A
biuro@centrumbernardynska.pl
www.centrumbernardynska.pl

LEKARZE SPECJALIŚCI

511 511 234
48 386 95 00

 **CENTRUM BERNARDYŃSKA** przyjmuje we wtorki od 8.30

prof. dr hab. med. Kazimierz Sułek
specjalista chorób wewnętrznych
hematolog-transplantolog

Radom, ul. Bernardyńska 3A
tel. **48 386 95 00, 511 511 234**



Venomedica

CHIRURGIA NACZYNIOWA
T. Terpiłowski, A. Wdowik
MAŁOINWAZYJNE KOMPLEKSOWE LECZENIE ŻYŁAKÓW

- laserowe zabiegi endożylnie ELVeS
- mikroskleroterapia pajęczeków
- skleroterapia piankowa żyłaków
- miniflebektomia

LECZENIE CHOROBY TĘTNIC
kwalifikacja do zabiegów:
- angioplastyki i stentowania tętnic
- implantacji stentgraftów aortalnych
USG KOLOR DOPPLER KOŃCZYN

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



FUNDACJA
Fundacja Normalna Przyszłość

O/Radom ul. Warzywna 23

specjaliści: psycholog, doradca życiowy,
doradca zawodowy, pośrednik pracy, prawnik

Projekt jest współfinansowany ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych



więcej na
www.baldys-lab.eu

Laboratorium wykonuje badania z zakresu:

- hematologii
- analityki ogólnej
- koagulologii
- chemii klinicznej
- hormonów
- diagnostyki tarczycy
- diagnostyki stanów zapalnych
- markerów nowotworowych
- diagnostyki cukrzycy
- diagnostyki anemii
- diagnostyki infekcji
- immunoglobulin
- autoimmunologii
- diagnostyki alergii
- diagnostyki bakteriologicznej

Laboratorium czynne od poniedziałku do piątku w godzinach 7.00-17.00

przyjęcia pacjentów 7.00-9.30 lub 16.00-17.00 (tylko niektóre badania)

a także w soboty w godzinach 8.00-9.00

Laboratorium medyczne



specjalistyczna
pracownia analiz
lekarskich
mgr Krystyna Baldys

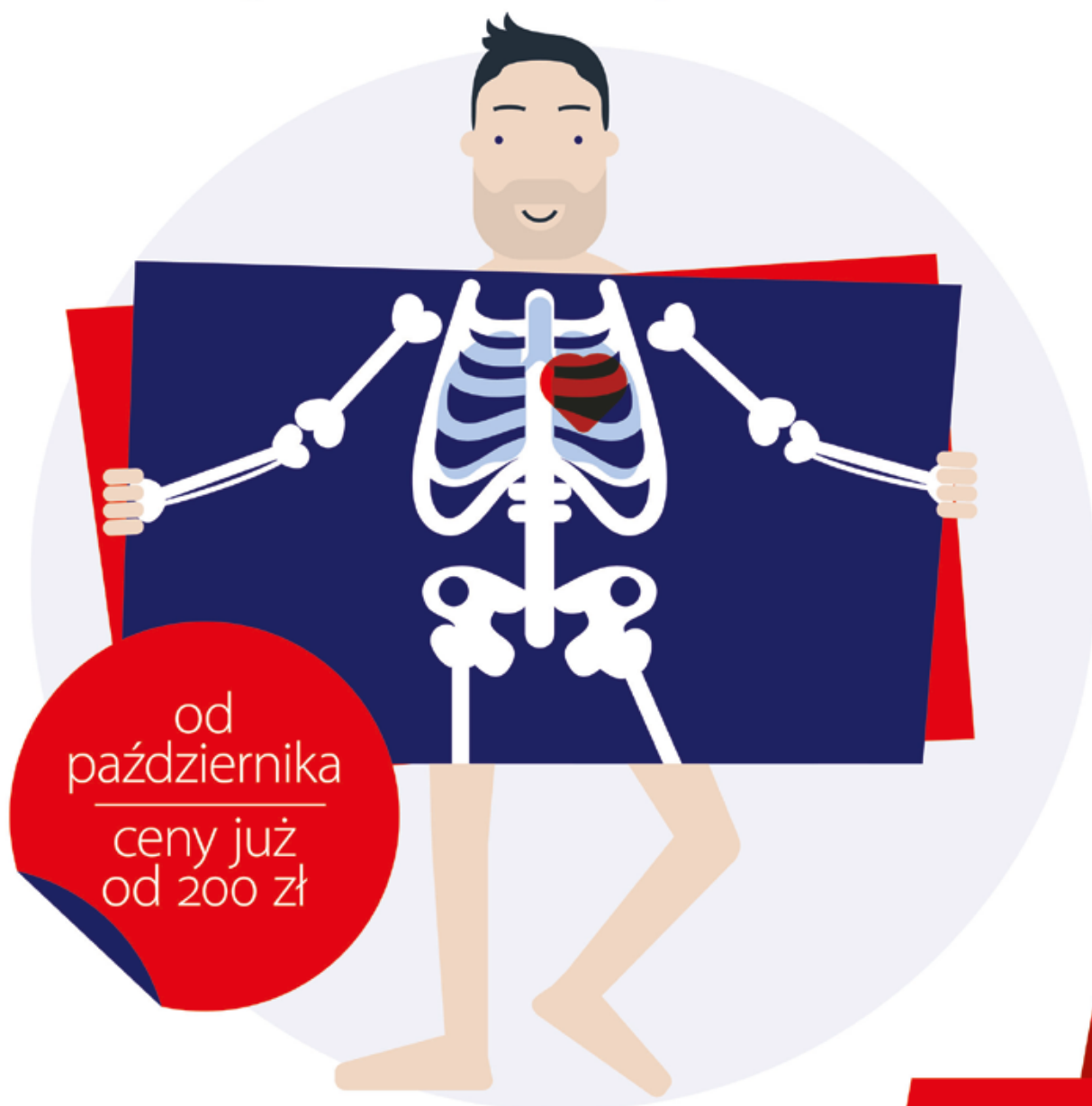
ul. Struga 19/21, Radom
analizy_lekarskie@baldys-lab.eu
T: 48 363 45 66

www.baldys-lab.eu

Centrum Diagnostyczne Polmedic
ul. Aleksandrowicza 5
(w budynku Szpitala – Józefów)

polmedic 

Rezonans magnetyczny Tomografia komputerowa



od
października
ceny już
od 200 zł

Infolinia 48 386 90 60

Nasze placówki

Domagalskiego 7 | Osiedlowa 9 | Toruńska 1 | Okulickiego 74