

Twój MEDYK

BEZPŁATNY INFORMATOR MEDYCZNY



luty 2016 / 2 (49)

Hydrokolonoterapia str. 7

Chroń swoje stopy str. 22

Wstydlivy problem
– proste rozwiązanie str. 12

Odkryj w sobie siłę do działania str. 18

Rozszyfruj tajemnicę
swojego zdrowia str. 4

Czy masz te objawy?
A może nie możesz schudnąć?
Jeśli tak, to potrzebujesz detoksu str. 17

Spis ogłoszeń

LEKARZE SPECJALIŚCI

ALERGOLOG

Gamed – str. 7
Łukasik Ewa • MEDICON – str. 3

CHIRURG DZIECIĘCY

Baryłka Krzysztof – str. 6
Wypyski Andrzej – str. 6

CHIRURG NACZYNIOWY

Roszczyk Jadwiga • NEL-MED – str. 7
Terpiłowski Tomasz • VENOMEDICA – str. 16
Wdowik Arkadiusz • VENOMEDICA – str. 16

CHIRURG OGÓLNY

Majchrzak Wojciech • PTdental – str. 20
Roszczyk Jadwiga • NEL-MED – str. 7
Szczęśniak Grzegorz • EUROMED – str. 6
Terpiłowski Tomasz • VENOMEDICA – str. 16
Wieczorek Janusz • MEDJANA – str. 10
Wdowik Arkadiusz • VENOMEDICA – str. 16
Wrzosek Grzegorz • ENDOCARD – str. 21

CHIRURG ONKOLOG

Krajewska Danuta • MEDJANA – str. 11
Majchrzak Wojciech • PTdental – str. 20
Szczęśniak Grzegorz • EUROMED – str. 6

DERMATOLOG

Gamed – str. 7

DIABETOLOG

Jaśkiewicz Anna • EPMED – str. 22
Nazimek Marta – str. 5
Kempa Urszula – str. 11

ENDOKRYNOLOG

Gamed – str. 7
Jonak Andrzej – str. 2
Kempa Urszula – str. 11

GASTROLOG

Drożdżikowski Wiesław – str. 14
Gamed – str. 7
Romanowski Janusz • Endomed – str. 9

GINEKOLOG

Gamed – str. 7
Hejnar-Szczerbińska Małgorzata – str. 16
Kielski Piotr • EPMED – str. 22
Nita Zygmunt – str. 16
Świechowski Witold – str. 20
Szczęśniak-Sikora Dobrosława – str. 16

HEMATOLOG

Sufek Kazimierz – str. 22

INTERNISTA

Borysowicz Urszula • P.M.R. – str. 20
Gamed – str. 7
Przybyłowicz Waldemar • P.M.R. – str. 20

KARDIOLOG

Bąk-Chojnacka Anna – str. 11
Gamed – str. 7
Kędzior-Biedrzycka Iwona – str. 21
Ordyk-Rusek Patrycja – str. 11
Poteręła Magdalena – str. 21
Świągół Paweł – str. 21
Wrzosek Bożena • ENDOCARD – str. 21

LARYNGOLOG

Gamed – str. 7
Kielska Ewa • EPMED – str. 22

LOGOPEDA

Wdowska Aleksandra • NOVA-MEDIC

MEDYCYNĄ ESTETYCZNA

Mieszkowski Mariusz – str. 20
Polmedic – str. 22

MEDYCYNĄ PRACY, BADANIA OKRESOWE

Gamed – str. 7
Przybyłowicz Waldemar • P.M.R. – str. 20
Pytel Anna • AGAMED – str. 20

NEUROLOG

Borysowicz Andrzej – str. 16
Chojnacka Marina – str. 16
Dudzińska Ewa – str. 11
Frynas Katarzyna – str. 11
Gamed – str. 7
Jurkiewicz Grzegorz – str. 16
Kosowski Jarosław – str. 16
Nadgrodkiewicz Krzysztof – str. 16
Olczyk Ziemowit – str. 16

NEUROCHIRURG

Podgórski Jan Krzysztof – str. 16
Zagata Adam – str. 16

OKULISTA

Gamed – str. 7
Krupa Ewa – str. 21
Likowska Elżbieta – str. 21
Nazimek Waldemar – str. 21
Małecka Hanna – str. 21
Szponar Bogusław – str. 18

ORTOPEDA

Gajos Paweł – str. 14
Karaś Marek • MEDICON – str. 3
Kazubiński Hubert – str. 11
Piasta Zbigniew • MEDJANA – str. 11
Sekula Jan • SANUS – str. 2
Szykarczuk Tomasz – str. 6
Świerczek Mirosław • MEDJANA – str. 10
Wypyski Andrzej – str. 6

OTOLARYNGOLOG

Wieczorski Michał – str. 8

PEDIATRA

Gamed – str. 7
Kędzior-Biedrzycka Iwona – str. 21
Nazimek Marta – str. 5

PROKTOLOG

Drotleff Bogusław • NEL-MED – str. 4
Noll Krzysztof • VENOMEDICA – str. 16

PSYCHIATRA

Gamed – str. 7
Karczewski Andrzej – str. 18
Ostrach Dorota – str. 11
Szczenińska Ewa – str. 18

PRZYCHODNIE

Agamed – str. 20
Centrum Bernardyńska – str. 12
EndoCard – str. 21
Endomed – str. 9
Epmed – str. 22
Gamed – str. 7
Medicon – str. 3
MedJana – str. 10, 11
Nel-Med – str. 4
Polmedic – str. 22, 24
Przychodnia Centrum – str. 4
Venomedica – str. 16
Vitamed – str. 14

STOMATOLOG

Agamed – str. 20
Aurumdent – str. 19
Dent Artis – str. 19
Gamed – str. 7
Kaniewscy – str. 20
M-dent – str. 20
Medap – str. 20
PT Dental – str. 20
Szwedental – str. 20

UROLOG

Alter Andrzej – str. 11
Baryłka Krzysztof – str. 6
Gamed – str. 7

WENEROLOG

Żórawicz Katarzyna – str. 5

USŁUGI MEDYCZNE

ANALIZY MEDYCZNE

Baldys Krystyna – str. 23
Medica – str. 3

BADANIA KIEROWCÓW

Gamed – str. 7
PMR – str. 20
Psychomed – str. 19

BANK KOMÓREK MACIERZYSTYCH

Hejnar-Szczerbińska Małgorzata – str. 16

DIETETYK

Fizjomedica – str. 15
Life & Diet – str. 5
Medi Diet – str. 14

MASAŻ LECZNICZY

Chrobrego – str. 15
FizjoExpert – str. 15
Fizjomedica – str. 15
Fizjosfera – str. 15
Reha-complex – str. 14
MedJana – str. 10, 11

OPTYK

Grabowscy – str. 21
Likowscy – str. 21

OPIEKA PIELĘGNIARSKA

Chrobrego – str. 15
Dom Pod Złotym Dębem – str. 4
Reha-complex – str. 14
Vic-Med – str. 14

OSRODKI OPIEKI DŁUGOTERMINOWEJ

Dom Pod Złotym Dębem – str. 4
Chrobrego – str. 15
Vic-Med – str. 14

PROTETYKA STOMATOLOGICZNA

Laprodentis – str. 19
Kochanek-Leśniewska Anna – str. 20

PSYCHOLOG

Chochoł Agnieszka – str. 18
Gamed – str. 7
Kołątaj Agnieszka – str. 11
Komorowska Jolanta – str. 19

REHABILITACJA

Chrobrego – str. 15
FizjoExpert – str. 15
Fizjomedica – str. 15
Fizjosfera – str. 15
MedJana – str. 10, 11
Reha-complex – str. 14
Vic-Med – str. 14

SALONIK URODY

Eliko – str. 17
Idalia – str. 12

SKLEPY MEDYCZNE

Armed Ort – str. 15
Mikirad – str. 14
Medistar – str. 14
Multimed – str. 14
Stymat – str. 15

WYPOŻYCZALNIA SPRZĘTU MEDYCZNEGO

Reha-complex – str. 14

DIAGNOSTYKA MEDYCZNA

ANALIZY MEDYCZNE

Baldys Krystyna – str. 23
Gamed – str. 7
Medica – str. 3

BIOPSJE

Euromed – str. 6

BADANIE GĘSTOŚCI KOŚCI

Sanus – str. 2

BADANIA

Badania STRD Droga zdrowia – str. 5

DOPPLER

MedJana – str. 10
Roszczyk Jadwiga • NEL-MED – str. 7
Venomedica – str. 16

EMG

Jurkiewicz Grzegorz – str. 16

MAMMOGRAFIA

Diamed

RENTGEN

Panoramica

REZONANS MAGNETYCZNY

Diagnosis/Affidea – str. 5
Grupa Medical – str. 8
Polmedic – str. 24

TOMOGRAMFIA KOMPUTEROWA

Endomed – str. 9
Panoramica
Polmedic – str. 24

TRANSPLANTOLOG

Sufek Kazimierz – str. 22

USG

Centrum Medycyny Kobiet – str. 16
Drożdżikowski Wiesław – str. 14
Epmed – str. 22
Euromed – str. 6
Hejnar-Szczerbińska Małgorzata – str. 16
Medicon – str. 3
MedJana – str. 10

INNE

Fundacja Normalna przyszłość – str. 18
Hydrokolonoterapia – str. 8
Transport medyczny Deltamed – str. 12
Leczenie uzależnień – str. 18
Biorezonans – str. 14

 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

 **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

lek. med.
Andrzej Jonak
SPECJALISTA
CHORÓB WEWNĘTRZNYCH
ENDOKRYNOLOG

ORTO-LIVE
Radom, ul. Lekarska 2a

zgłoszenia telefoniczne
poniedziałek-piątek
w godz. 9.00-20.00
602 660 944



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

Infolinia

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

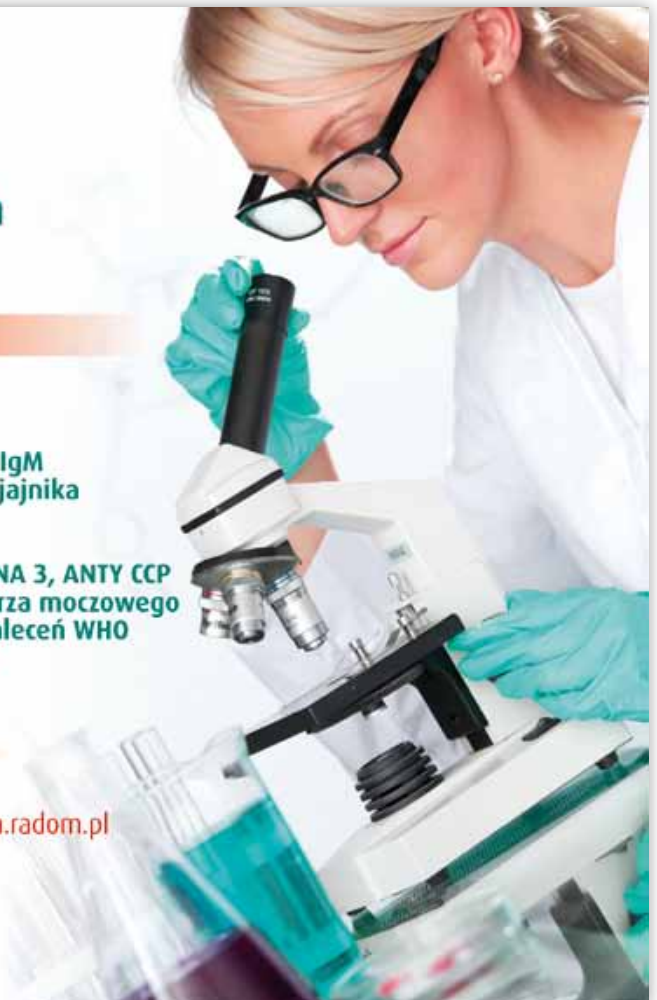
Nowe badania:

- 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**





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

z a p r a s z a m y
od poniedziałku do piątku

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

Rozszyfruj tajemnicę swojego zdrowia

Czy miewacie sytuacje, że coś Was poboлева w różnych miejscach, ale nie wiecie dlaczego? Czujecie się osłabieni, macie złe samopoczucie lub po prostu macie świadomość, że coś niedobrego dzieje się w Waszym organizmie, ale nie potraficie wskazać jednej przyczyny? Często to zmiany na poziomie energetycznym mogą powodować takie objawy. Nie są one uporczywe, dlatego nie traktujemy ich na poważnie. Tymczasem zmiany te mogą być sygnałem od naszego organizmu, że dzieje się coś złego i należy podjąć jakieś działanie. Jak rozszyfrować sygnały, które wysyła nam organizm?

Pomocą w zdiagnozowaniu zmian na poziomie energetycznym jest Skaningowa Diagnostyka Termoregulacyjna (w skrócie nazywana STRD). Jest to bezinwazyjna metoda diagnostyczna umożliwiająca ocenę stanu zdrowia człowieka już na poziomie zmian energetycznych. Zmiany te, jako pierwsze obrazują chorobę, jaka dopiero może rozwinąć się w naszym organizmie.

Skaningowa Diagnostyka Termoregulacyjna STRD to wyróżniająca się w skali globalnej, bezpieczna metoda, polegająca na bezdotykowym i bezinwazyjnym pomiarze temperatury ciała człowieka, pirometrem – czujnikiem podczerwieni. Co istotne, pomiar trwa zaledwie kilka minut. Co właściwie mierzymy? Zmiany pola cieplnego w zakresie podczerwieni w poszczególnych punktach/strefach ciała. Co nam daje? Możemy przyjąć, że życie to reakcja organizmu na bodziec: jemy – trawimy, jest gorąco – pocimy się, na natężenie światła reagują źrenice kurcząc się lub rozszerzając etc. Na każdy

bodziec możemy zareagować na jeden z czterech sposobów:

1. prawidłowo-umiarkowanie
2. nadmiernie
3. niedostatecznie
4. wcale bądź chaotycznie (blokada).

Jak wiemy najgorszym działaniem jest brak działania, dlatego też przedłużająca się blokada jest stanem najmniej korzystnym. Wykonując skan STRD obserwujemy zmiany wartości temperatury w konkretnym punkcie, w 1, 2 i 3 pomiarze, a bodźcem jest rozebranie się (wystawienie skóry na temperaturę niższą niż ciało). Wyobraźmy sobie, że jeśli przy tak małym bodźcu jakiś ośrodek/część naszego organizmu zareaguje blokadą np. żołądek, to co się z nim stanie w przypadku napiętej atmosfery w pracy? Klótni? Czy to jak funkcjonuje nasz organizm można odczytać na skórze? Tak, gdyż poszczególne obszary skóry przypisane są poszczególnym narządom i połączone są systemem nerwowym. Zauważył to już Hipokrates, który diagnozował swoich pacjentów okładając ich ciała gliną i obserwował tempo jej wysychania (najszybsze, najwolniejsze).

Podczas badania otrzymujemy szereg wartości, które poddane są matematycznej analizie, celem znalezienia korelacji ze zdrowiem lub chorobą człowieka. Metoda ta umożliwia ocenę stanu zdrowia człowieka na poziomie zmian energii. Każda choroba rozpoczyna się zawsze w strukturach ciała dotkniętych zaburzeniem przepływu energii. Jeżeli zmiany przepływu energii są chroniczne, to choroba ujawnia się w ciele pod postacią chorób somatycznych. Metoda STRD



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 RÓWNIEŻ
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.



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

Gabinet Pediatriczny

WIZYTY DOMOWE

lek. med. **Marta Nazimek**

Specjalista chorób dziecięcych
diabetolog

tel. 696 50 15 15

pozwala na zastosowanie wczesnej i skutecznej profilaktyki zdrowotnej oraz kontroli efektów leczenia.

Aktualnie na świecie nie ma jednolitej metody prewencji zdrowia emocjonalnego, która oceniałaby wpływ stresu na organizm człowieka w sposób powtarzalny i zgodny z metodologią naukową. Obecnie, aby wykonać całościową diagnostykę zdrowia psychoemocjonalnego trzeba zrobić wiele różnych analiz, począwszy od morfologii i biochemii krwi i moczu poprzez badania elektrofizjologiczne jak EKG, czy EEG do bardzo wyrafinowanych badań obrazowych jak CT, NMR, PET. Wszystkie te badania opisują stan organizmu poprzez pryzmat norm anatomicznych czy też chemicznych – natomiast nie są w stanie wykryć zaburzeń z punktu widzenia wpływu stresu na organizm, na tzw. poziomie energetycznym, który przejawia się zmianami ciepła. Klasyczne analizy nie opisują człowieka jako całości, tylko jako zbiór cząstek chemicznych lub narządów.

Badanie STRD pozwala widzieć człowieka, jako jedność anatomiczno-chemiczno-psychiczną.

Co przekonało osoby zainteresowane swoim zdrowiem do badania STRD?

- posiada certyfikację medyczną
- jest całkowicie nieinwazyjne
- pozwala powiązać zaburzenia psyche ze stanem organizmu
- wykrywa chorobę na poziomie energetycznym (zanim pojawią się objawy)
- pozwala zobaczyć zasadniczą przyczynę choroby
- krótki czas i niska cena badania
- charakteryzuje się wiedzą opartą na zaawansowanych dyscyplinach naukowych
- powtarzalność badania potwierdzona klinicznie

Badanie STRD może być przeprowadzone pod kątem kręgosłupa, suplementacji czy diety.

cdn.

affidea
—najważniejsze jest zdrowie

rezonans magnetyczny

Umów się na badanie:
🌐 affidea.pl
☎ 22 44 11 111

Odbierz wyniki online:
⬇ affidea.pl/wyniki-online

**Affidea/
NZOZ Diagnosis-Radom**
(Budynek Radomskiego
Szpitala Specjalistycznego)
ul. Tochtermana 1

dia nosis RADOM

DROGA ZDROWIA

Poradnia Psychosomatyczna

- Czujesz się osłabiony?
- Pobolewa Cię w różnych miejscach?
- Masz wrażenie, że dzieje się coś niedobrego w Twoim organizmie?

➔ **Zrób badanie STRD!**

Pomożemy Ci znaleźć podłoże Twoich problemów i ustalić terapię tak, abyś znów trafił na drogę zdrowia

www.droga-zdrowia.pl

☎ 608 487 904 ✉ eser@op.pl

life diet

PORADNIA DIETETYCZNA

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

BEZ SUPLEMENTACJI

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

dr n. med.
Katarzyna Żórawicz
lek. med.
SPECJALISTA
DERMATOLOGII, WENEROLOGII
MEDYCYNĄ ESTETYCZNA

ORTO-LIVE
Radom, ul. Lekarska 2a

zgłoszenia telefoniczne
poniedziałek-piątek
w godz. 9.00-20.00
602 660 944

K L I N I K A 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
czynne wtorek 16³⁰-18³⁰

PORADY W ZAKRESIE:

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

zapisy
tel. 609 182 337

LEKARZ ORTOPEDA Tomasz Szykarczuk

- 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

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



NOWO OTWARTA

APTEKA SŁONECZNA

z a p r a s z a m y

poniedziałek - piątek 8.00 - 19.00

sobota 8.00 - 14.00

Radom, ul. Kusocińskiego 21, osiedle XV-lecia
tel. 48 386 99 91

Gamed

NZOZ

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,
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

ENEL-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 Zamłynie ul. Klonowica 10/12

przyjmuje w środy 15.00-17.00

tel. 48 331 06 18

Hydrokolonoterapia

Hydrokolonoterapia jest to zabieg irygacji, inaczej płukania jelita grubego. Jest on rozszerzoną formą lewatywy i cieszy się sporą popularnością w środowiskach związanych z medycyną alternatywną przy jednoczesnym sceptycznym podejściu większości związanej z medycyną konwencjonalną.

Tradycje zabiegu hydrokolonoterapii sięgają najdawniejszych czasów. Już w starożytnych cywilizacjach malowano naskalne rysunki przedstawiające wykonywanie płukania okrężnicy. Pierwsze wzmianki dotyczące metody płukania jelita odnotowano już 1500 p.n.e. w staroegipskim, medycznym Papirusie Ebersa. Również Hipokrates (IV/V w. p.n.e.) opisał zastosowanie lewatywy w terapii przeciwgorączkowej. Późniejsi uczeni lekarze m.in. Galenus czy Amroise Pare także uznawali zasadność stosowania tej formy zabiegu w leczeniu. Przez tysiąclecia udoskonalano metody jego wykonywania, zarówno w warunkach domowych jak i ambulatoryjnych. Zabieg był popularny szczególnie na początku XX w. zaś w latach 30. i 40. od metody tej zaczęto odchodzić na rzecz coraz większej popularności antybiotykoterapii, farmakologii i chirurgii. Praktyki oczyszczania jelita uznano za archaiczne i na wiele lat o nich zapomniano. W ostatnich latach zabieg ten przeżywa niejako odrodzenie stając się coraz powszechniej stosowaną metodą oczyszczania organizmu bądź uzupełniającą inne metody leczenia na całym świecie. Na wszystkich kontynentach działają tysiące ośrodków stosujących tę procedurę w profilaktyce, leczeniu lub wspomaganiu leczenia wielu schorzeń lub dolegliwości.

Zabieg ten jest coraz częściej wykonywany również w Polsce. Ze względu na niezbyt przychylny stanowisko establishmentu lekarskiego zabiegi te oferowane są głównie w gabinetach odnowy biologicznej. Wzrasta jednak liczba ośrodków medycznych, które szukają rozwiązań wspomagających konwencjonalną terapię i w których kluczowym elementem holistycznego podejścia do człowieka i troski o jego zdrowie jest profilaktyka.

Podczas gdy zwolennicy metody przedstawiają szereg korzyści wynikających z oczyszczenia jelita grubego z zalegających w nim produktów przemiany materii, sceptycy powołują się na brak wystarczających dowodów, które wskazywałyby na owe korzyści i podkreślają potencjalne ryzyko wystąpienia skutków ubocznych. Warto podkreślić w tym miejscu, że nie przeprowadzono żadnych badań kwestionujących skuteczność metody. Zamiast tego w przeszłości miała miejsce kampania przeciwko temu zabiegowi, poparta jedynie kilkoma udokumentowanymi przypadkami powikłań. Wynikały one z nieumiejętnie wykonanego zabiegu, przeprowadzonego bądź przez niewyszkolony personel, bądź przy użyciu nieprofesjonalnego, niesterylizowanego sprzętu. Kampania ta przyczyniła się do odejścia od tej formy terapii bez przeprowadzenia naukowych badań nad jej skutecznością.

Chociaż jest niewiele fachowej literatury dotyczącej płukania całej okrężnicy, istnieją badania

dotyczące pokrewnych zabiegów tj np. lewatywy, które wskazują na fakt, iż ryzyko wystąpienia poważnych skutków ubocznych jest znikome, jeśli irygacja przeprowadzona jest przez odpowiednio przygotowany personel i przy użyciu odpowiedniego sprzętu wysokiej klasy. O tym, że lewatywa to zabieg, za którym kryje się minimalne ryzyko, świadczy fakt, że w aptekach sprzedawane są zestawy przeznaczone do wykonania lewatywy w warunkach domowych i może je zakupić każdy bez konieczności posiadania recepty. Niektórzy twierdzą, że wprowadzenie kilkunastocentymetrowej końcówki i płynu w odbytnicę samemu obarczone jest większym ryzykiem uszkodzenia niż wprowadzenie końcówki używanej do hydrokolonoterapii przez osobę wykonującą zabieg.

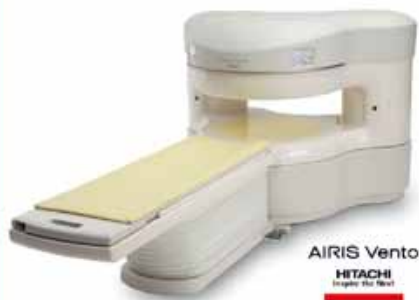
Hydrokolonoterapia jako naturalna metoda jest dobrym rozwiązaniem w sytuacji, kiedy normalne funkcjonowanie jelit jest zaburzone. Celem terapii jest wypełnienie i przepłukanie wodą całej okrężnicy, a nie tylko jej końcowego odcinka. Dzisiejsze standardy wykonywania zabiegu bardzo różnią się od tych sprzed 30 lat. Dzisiaj zabieg przeprowadzany jest w gabinetach zabiegowych wyposażonych w nowoczesny, atestowany sprzęt, który pozwala kontrolować przepływ wody, jej temperaturę i ciśnienie, a także bardzo dokładne filtry wodne i ultrafioletowe lampy dezynfekcyjne. Zastosowanie jednorazowych rurek i końcówek, zapewnia całkowitą higienę. Zadaniem wody przepływającej przez okrężnicę jest usunięcie zalegających w niej produktów przemiany materii, złogów kałowych, nadmiaru gazów, pleśni, grzybów, pasożytów. Temperatura i ciśnienie wody są dokładnie monitorowane i regulowane podczas serii wprowadzania i odprowadzania wody, co wspomaga perystaltykę jelit. Metodzie tej nie towarzyszy nieprzyjemny zapach czy dyskomfort ze względu na fakt, iż przeprowadzana jest w systemie zamkniętym. Temperatura wody zbliżona jest do temperatury ciała natomiast ciśnienie nie przekracza tego, które wytwarzamy w jelitach podczas parcia w toalecie.

Hydrokolonoterapia porównywana jest często przez lekarzy do kosztownej lewatywy, a więc traktowana jako zabieg drogi i zbyteczny. Opinia ta jest jak najbardziej nieuzasadniona przede wszystkim dlatego, że lewatywa pozwala przepłukać jedynie 20-30 cm dolnego odcinka przewodu pokarmowego (odbytu, esica, końcowy fragment okrężnicy zstępującej). Dzięki hydrokolonoterapii, w konsekwencji najczęściej kilku zabiegów dotrzeć możemy do zastawki kątniczno-krętnicznej, a więc miejsca gdzie jelito grube łączy się z cienkim. Jest to długość od 100-200 cm w zależności od osoby. Efektywne oczyszczenie jelita to zazwyczaj kilka zabiegów, gdyż w pierwszej kolejności oczyszczane są odcinki położone najbliżej odbytu, a dopiero później te położone dalej.

Dlaczego warto oczyścić jelito grube?

Zgodnie z informacjami podanymi na stronie Polskiego Towarzystwa Hydrokolonoterapii w ostatnich latach powoli wzrasta liczba

**GRUPA
MEDICAL**
S N Z O Z



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”

lek. med.

Michał Wieczorski
SPECJALISTA
OTOLARYNGOLOG

ORTO-LIVE
Radom, ul. Lekarska 2a

przyjmuje czwartki
od godz. 17.30

zgłoszenia telefoniczne poniedziałek-piątek
w godz. 9.00-20.00

697 060 807, 602 660 944

placówek naukowych, które prowadzą badania nad wykorzystaniem hydrokolonoterapii w praktyce klinicznej. Wyniki wskazują, że zabieg ten wspomaga leczenie wielu dolegliwości. Oczyszczenie jelita grubego ma istotne znaczenie w funkcjonowaniu całego organizmu. Pozbycie się zalegających w nim, stwardniałych resztek pokarmowych, ale i grzybów, pleśni, pasożytów i toksyn przywraca prawidłowe funkcjonowanie całego przewodu pokarmowego, w tym wątroby, przyspiesza przemianę materii, a pośrednio wpływa na oczyszczenie krwi. Badania przeprowadzone na Uniwersytecie w Katanii dowodzą, iż wdrożenie hydrokolonoterapii wraz z probiotykoterapią w leczeniu nietolerancji pokarmowych dało lepsze rezultaty niż sama dieta eliminacyjna. Coraz częściej przeczytać można artykuły dotyczące związku pomiędzy florą jelitową a całym szeregiem chorób autoimmunologicznych.

Układ pokarmowy to zespół narządów pełniących funkcje ściśle ze sobą powiązane. Trafiające tam pożywienie zostaje rozłożone na czynniki proste i wchłaniane do krwioobiegu, a następnie rozprowadzane do wszystkich komórek. Do jelita grubego w ciągu doby trafia ok. 1,5 litra treści pokarmowej zawierającej wodę i elektrolity, które to wchłaniane są następnie do krwioobiegu. Tutaj żyje miliardy bakterii tworzących mikroflorę jelitową. Bakterie jelitowe w okrężnicy to zarówno te korzystne jak i te niekorzystne dla organizmu. Te pierwsze przyspieszają proces trawienia, produkują enzymy, a także niezbędne witaminy K, B12, biotynę, kwas pantotenowy, foliowy i nikotynowy. W trakcie procesu trawienia wytwarzają się także gazy. W jelicie grubym wchłaniana jest również woda. Za sprawne oddziaływanie naszego organizmu odpowiedzialny jest również układ immunologiczny. Mieści się on w 80% w ściankach jelita cienkiego i grubego. Immunoglobuliny (białko o zdolnościach obronnych) w większości produkowane są w jelitach. Błona śluzowa jelita grubego stanowi pierwszą i najważniejszą barierę immunologiczną człowieka. Często ze względu na styl życia i jakość spożywanego jedzenia, wysterylizowane i zdenaturyzowane produkty spożywcze, zanieczyszczenie środowiska naturalnego oraz nadmierne stosowanie leków zostaje zaburzona równowaga w organizmie skutkiem czego jest osłabienie jego sił obronnych. Jelito wypelnione jest niestrawionymi resztkami pokarmowymi zalegającymi w nim niejednokrotnie bardzo długo. Jakość pożywienia dramatycznie się pogorszyła skutkiem czego zdolności organizmu do prawidłowego rozłożenia i przyswojenia wartości odżywczych zmniejszyły się. Obciążony jest cały układ pokarmowy, również jelita. To sprzyja powstawaniu niekorzystnej flory bakteryjnej, inwazji grzybów i pleśni, a także pasożytów produkujących przenikające do krwi toksyny. Jeśli są one systematycznie usuwane, nie wpływają na dysfunkcje

organizmu, natomiast jeśli zbyt długo zalegają, po przeniknięciu przez błonę śluzową do krwi, wywołują liczne dolegliwości. Jeżeli naturalna równowaga mikrobiomu zostaje zaburzona pogarsza się także nasza kondycja zdrowotna. Dolegliwości wskazujące na dysfunkcje okrężnicy to m.in. zaparcia, biegunki, cuchnące gazy i oddech, wzdęcia, bóle brzucha, zmiany skórne, przewlekłe zmęczenie, bóle głowy, nadwaga, zgaga, infekcje pasożytnicze, grzybicze i wirusowe.

Aby jelito grube poprawnie funkcjonowało należy odbudować przez mikroflorę. W tym celu należy najpierw oczyścić okrężnicę ze wszelkich toksyn tak, aby mogła ona poprawnie funkcjonować. Oczyszczanie organizmu to bardzo ważne i istotne zabiegi szczególnie w dzisiejszym świecie. Najważniejszy w tym procesie jest oczywiście sposób odżywiania i dieta. Jesteśmy tym, co jemy. Jedzenie to lekarstwo, ale może niejednokrotnie być tym, co obciąża nasz organizm i powoduje najróżniejsze dolegliwości. Jedząc wysoko przetworzone jedzenie, pełne konserwantów barwników, ulepszaczy i antybiotyków obciążamy nasz system, a organizm niejednokrotnie nie jest w stanie sam pozbywać się toksyn. Zmiana niezdrowych nawyków żywieniowych to podstawa. Równie ważna jest aktywność fizyczna, której nam coraz częściej brak. Kolejną istotną rzeczą w dietach oczyszczających jest również regularne wypróżnianie, a więc usuwanie w naturalny sposób wszystkiego, czego organizm powinien się pozbyć w wyniku procesu detoksykacji. Z tego względu wielu lekarzy, chociażby dr Dąbrowska podczas takich kuracji zaleca lewatywy, jako jeden z elementów stanowiących o efektywności oczyszczenia. Dzięki hydrokolonoterapii oczyścimy całą okrężnicę. Zabieg w przeciwieństwie do środków przeczyszczających, stymuluje pracę jelit zapobiegając ty samym zaparciom i wzdęciom. Aby pobudzić jelita do jak najszybszej odbudowy korzystnej flory bakteryjnej, zaleca się przyjmowanie probiotyków i prebiotyków przez okres minimum 14 dni. Dodatkowo należy zadbać o właściwą podaż płynów, a więc nawadnianie organizmu oraz zdrową dietę. Ponadto niezwykle ważne jest, abyśmy pamiętali o aktywności fizycznej. Jeżeli zabiegów oczyszczania jelita nie uzupełnimy zdrową dietą i zmianą złego stylu życia, korzyści z niego wynikające będą okresowe. Traktowanie i stosowanie zabiegów nabyt często jako cudownego remedium na szczupłą sylwetkę może być z kolei niekorzystne dla zdrowia. Przeciwwskazania do zabiegu to ostre i przewlekłe zapalenie jelit, wrzodziejące zapalenie jelit, wrodzona deformacja jelit, ostra niewydolność serca, krwawiące żyłki odbytu (hemoroidy), ciąża, krwawienia z przewodu pokarmowego, niedawno przeżyta operacja okrężnicy (poniżej pół roku), uchyłkowość jelita, przepuklina brzuszna, pęknięcia i szczeliny odbytu w stanie ostrym, niewydolność nerek, marskość wątroby, nowotwór jelit.



**GABINET
HYDROKOLONOTERAPII**

tel. 533 313 899 e-mail: enemaradom@gmail.com

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



Centrum Medyczne **MEDJana** NZOZ

REHABILITACJA

KINEZYTERAPIA

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

MASAŻ

leczniczy • relaksacyjny

FIZYKOTERAPIA

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



NOWOŚĆ!

Pierwsze w Radomiu urządzenie CARBOJET do suchych kąpieli 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

Radom, ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)
tel./faks 48 363 33 73,
tel. 506 754 134, zapisy 9.00-19.00
www.medjana.com

Centrum Medyczne **MEDJana** NZOZ

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

GABINET UROLOGICZNY**Andrzej Alter**Leczenie chorób układu moczowego
wtorki od 18.00 do 20.00Centrum Medyczne
MEDJanaRadom, ul. Czachowskiego 21A
tel. 48 363 33 73, kom. 604 634 585**specjalista neurolog****Katarzyna Frynas**przyjmuje we wtorki od 15.30 do 19.00
możliwość wizyt domowych tel. 602 226 538Centrum Medyczne
MEDJanaRadom, 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

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

Zbigniew Piasta

specjalista ortopeda, traumatolog

przyjmuje od wtorku do piątku

Centrum Medyczne
MEDJanaul. Czachowskiego 21a (budynek ZUS)
tel. 48 363 33 73, kom. 510 098 225Centrum Medyczne
MEDJana**Danuta Krajewska**

spec. chirurg - choroby piersi

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

CHOROBY PŁUC

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

PSYCHIATRA

- Dorota Ostrach – lek. med. specjalista psychiatra

PSYCHOLOGIA

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

MEDYCYNĄ SPORTOWĄ

- Zbigniew Piasta

CHIRURGIA I UROLOGIA DZIECIĘCA

- Krzysztof Baryłka – lek. med. specjalista chirurg dziecięcy

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

www.medjana.com

KARDIOLOG**Anna Bąk-Chojnacka**

przyjmuje w piątki od 17.00

Centrum Medyczne
MEDJanaul. Czachowskiego 21a (budynek ZUS)
tel. 48 363 33 73, kom. 510 098 225**Hubert Kazubiński**

specjalista ortopeda, traumatolog

przyjmuje w poniedziałki i środy 16.30-20.00

Centrum Medyczne
MEDJanaul. Czachowskiego 21a (budynek ZUS)
tel. 48 363 33 73, kom. 510 098 225**SPECJALISTA CHOROBY DZIECIĘCYCH****Patrycja Ordyk-Rusek****KARDIOLOG DZIECIĘCY, EKG, UKG**
przyjmuje we wtorki od 16.00, czwartki od 18.15Centrum Medyczne
MEDJanaul. Czachowskiego 21a (budynek ZUS)
tel. 48 363 33 73, kom. 510 098 225**Gabinet Psychologiczny****Agnieszka Kołataj**poradnictwo, konsultacje i wsparcie psychologiczne
terapia poznawczo-behawioralnaCentrum Medyczne
MEDJanaul. Czachowskiego 21a (budynek ZUS)
tel. 48 363 33 73, kom. 608 013 313**specjalista psychiatra****Dorota Ostrach**

przyjmuje w piątki od 15.30 do 19.00

możliwość wizyt domowych

Centrum Medyczne
MEDJanaRadom, ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS),
tel. 48 363 33 73lek. med.
**Urszula
Kempa****DIABETOLOG
ENDOKRYNOLOG**przyjmuje
poniedziałek i środazapisy telefoniczne
w dni robocze **609 196 693**

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

Wstydlivy problem – proste rozwiązanie

Hirudoterapia jest całkowicie naturalną metodą leczenia wielu chorób. Związki zawarte w ślinie pijawek przenikają do organizmu człowieka i wywołują szereg zmian biochemicznych. Substancje te posiadają właściwości przeciwzakrzepowe, przeciwhistaminowe, przeciwbólowe, antybiotyczne oraz rozszerzające i uszczelniające naczynia krwionośne jak również regenerujące skórę i komórki nerwowe. Naukowcy potwierdzają skuteczność stosowania hirudoterapii w leczeniu bądź wspomaganiu leczenia wielu chorób.

Występują też różnego rodzaju schorzenia, w których medycyna akademicka odnosi mierne efekty, natomiast przystawianie pijawek powoduje znaczną poprawę stanu pacjenta i niemal natychmiastową ulgę w dolegliwościach bólowych. Do tej grupy zaliczamy m.in. **guzki krwawnicze**. Są one położone w kanale odbytu i ich zadaniem jest uszczelnianie mięśni zwieracza. Ich patologiczne przekrwienie i powiększenie, często połączone ze stanami zapalnymi i miejscowymi dolegliwościami w postaci swędzenia, krwawienia i wypadania nosi nazwę **hemoroidów**. Częstotliwość występowania tej choroby zwiększa się wraz z wiekiem. U osób powyżej 40 roku życia blisko 60% ludzi ma wyżej wymienione dolegliwości. Często pierwszym i jedynym objawem jest pojawiający się świąd okolicy odbytu, który nie jest kojarzony z chorobą hemoroidalną, a często opóźnia właściwe rozpoznanie i leczenie

tej choroby. Częstym objawem jest uczucie niepełnego wypróżnienia, które jest spowodowane przez patologicznie powiększone i przekrwione guzki krwawnicze. Są one efektem zwiększonego zastojów żylnego w naczyniach miednicy małej. Najczęściej niepokojącym nas objawem, jest krwawienie z okolicy odbytu, albo w zaawansowanych stadiach choroby, wypadnięcie guzka krwawniczego. Chory powinien sam spróbować wprowadzić guzek do odbytu, ponieważ może dojść do całkowitego zaburzenia przepływu krwi i powstania zakrzepu. Zakrzep krwi w guzku powoduje silny ból. Jest on trudny do wytrzymania, ma charakter ciągły i trwa tak długo, aż ponad zakrzepem dojdzie do martwicy błony śluzowej i samoistnego odbarczenia zakrzepu, czyli pęknięcia i oczyszczenia.

Preparaty w postaci czopków i maści **nie likwidują choroby, ale tylko wyciszają** jej niepokojące objawy. Powoduje to uspokojenie chorego, a choroba rozwija się dalej, okresowo nasilając swe objawy, które zalecane są preparatami farmakologicznymi. Proces taki potrafi trwać latami aż do powstania III lub nawet IV stopnia choroby, kiedy to, niestety, zalecane jest już tylko leczenie operacyjne. Bardzo uciążliwe i bolesne w przebiegu pooperacyjnym.

Hirudoterapia hemoroidów ZAWSZE przynosi bardzo dobre wyniki w leczeniu tego schorzenia. W praktyce stosuje się kilka sposobów

przystawiania pijawek, w zależności, z jakim stadium choroby mamy do czynienia, łącznie z metodą obstawiania w odpowiedni sposób, obszaru odbytu, czego obawia się wielu pacjentów. Występują jednak tzw. miejsca projekcji, które mogą być miejscami zamiennymi, mniej krępującymi dla chorego, a równie skutecznymi. Terapia pijawkami jest potwierdzonym (naukowo i praktycznie) **NAJSKUTECZNIEJSZYM** i najbardziej efektywnym sposobem leczenia tej choroby, ponieważ (jak wspomniałam na wstępie) gruczoły ślinowe pijawki wytwarzają liczne substancje mające leczniczy wpływ na nasze ciało. Mają one właściwości znieczulające, przeciwbólowe, rozszerzające naczynia krwionośne, antykoagulacyjne (zapobiegające tworzeniu zakrzepów), fibrynolityczne (rozbiłające i rozpuszczające istniejące już skrzepy, ale niepowodujące ich odrywania). W ślinie pijawki występują też, bardzo ważne dla nas, związki zmieniające napięcie włókien tkanki łącznej: elastaza, kolagenaza. Powodują one lepsze ukrwienie, na napięcie i elastyczność tkanek organizmu. Efektem działania tych związków jest odbudowa i regeneracja tkanek, co ma znaczący wpływ na poprawę zdrowia. Tak szerokiego zakresu działania i spektakularnych efektów, jak zastosowanie tu pijawki, nie daje żadna tabletki. Co najważniejsze, są one **trwałe i często przynoszą natychmiastową ulgę**.

Na bezpłatne konsultacje i po więcej informacji, również w skutecznym pozbywaniu się innych dolegliwości, zapraszam do gabinetu w Studio Urody „Idalia”, mieszczącego się w Radomiu przy ul. Sienkiewicza 26 (w pobliżu Katedry), nr tel. 48 384 75 55 lub 606 471 648.

Zapraszam
Iwona Tyczyńska-Woźniak
Dyplomowany hirudoterapeuta

Hirudoterapia w krajach takich jak Stany Zjednoczone, Wielka Brytania, Niemcy czy Rosja traktowana jest jako przyjęta metoda leczenia stosowana przez lekarzy. Jednakże w świetle polskiego prawa ten sposób leczenia jest niekonwencjonalny.

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

ul. Sienkiewicza 26,
26-600 Radom

Terapia pijawkami

Iwona Tyczyńska-Woźniak



GABINET PRZENIESIONY Z 1905R.

 **CENTRUM
BERNARDYŃSKA**

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

**LEKARZE
SPECJALIŚCI**

**511 511 234
48 386 95 00**

Masz problem z transportem chorego? Zadzwoń do nas!

PRYWATNY TRANSPORT MEDYCZNY

519 179 707
515 341 100

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

udzielamy
15% zniżki
w programie
Radomska
Karta Seniora

 **deltamed**
transport i ratownictwo medyczne

Radom, ul. Żeromskiego 94 www.deltamed.com.pl



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



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. PSPS Radom, ul. Okulickiego 58/70

MASAŻ LECZNICZY

na ręk kulszową i barkową

WIZYTY DOMOWE
tel. 504 894 164

preparat na grzybicę stóp i rąk
100% skuteczny

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)
- ogólnie usprawniająca
- masaż, taping

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

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

Gabinet Komputerowej Diagnostyki Obciążeń Organizmu



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



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

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

VITAMED

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. Główna 12
tel. stac. 48 365 11 13

kom. 693 423 363

www.nzozvitamed.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



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

mikirad

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

sklep@mikirad.com.pl, www.mikirad.com.pl

NFZ



Całodobowe pobyty rehabilitacyjne oraz pielęgnacyjne

również prywatne

512 040 525
502 729 548

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

NFZ



Sprzedaż i wypożyczalnia sprzętu medycznego

elektryczne łóżka rehabilitacyjne
materace przeciwoleżynowe
koncentratory tlenu

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

NFZ



• rehabilitacja i masaż

• rehabilitacja:
- ortopedyczna
- neurologiczna
- dzieci

• rehabilitacja domowa

Reha-Complex
Radom
ul. Sobieskiego 1

512 040 525
502 729 548

Reha-Complex
Kozienice
Al. Sikorskiego 10
budynek Z

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

rehabilitacja w domu pacjenta

CHROBREGO^{NZOZ} Elżbieta Stachura

- pielęgniarska opieka domowa (NFZ)
 - zespół domowego leczenia respiratorem (NFZ)
 - hospicjum domowe (NFZ)
- wypożyczenie sprzętu medycznego:
- koncentratory tlenu
 - materace przeciwdrożynowe
 - 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
górných 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



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, fizykoterapia, kinesioping

pracujemy
metodą PNF



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
lecniczy
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



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

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

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

ORTO-LIVE
Radom, ul. Lekarska 2a

przyjmuje wtorki i środy
w godz. 18.30-21.00
zgłoszenia telefoniczne poniedziałek-piątek
w godz. 9.00-20.00
697 060 807, 602 660 944

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**

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

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

GABINET NEUROLOGICZNY
Jarosław Kosowski

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

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

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**



Venomedica

CHIRURGIA NACZYNIOWA

T. Terpiłowski, A. Wdowik

MAŁOINWAZYJNE KOMPLEKSOWE
LECZENIE ŻYŁAKÓW

- laserowe zabiegi endożylnie ELVeS
- mikroskleroterapia pajęczków
- 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

ginekolog położnik
Małgorzata Hejnar-Szczerbińska
Radom, ul. Szewska 5
tel. **602 288 359**

Czy masz te objawy? A może nie możesz schudnąć? Jeśli tak, to potrzebujesz detoksu!

Złe odżywianie, brak aktywności fizycznej, stres i nadmiar zażywanych leków sprawiają, że nasz organizm przepełniony jest toksynami i związkami, które wpływają na pogarszanie się stanu zdrowia, spadek odporności i chroniczne zmęczenie. W ciągu całego życia gromadzimy w swym organizmie wiele zanieczyszczeń, które nawet jeśli z początku nam nie szkodzą, to po pewnym czasie mogą spowodować poważne dolegliwości. Toksyny blokują swobodny przepływ energii i krwi w ciele, co może prowadzić do niedotlenienia narządów i wielu chorób.

Oto najczęstsze dolegliwości przy zbyt dużej ilości toksyn w organizmie:

- otyłość
- choroby wątroby, nerek, płuc
- nowotwory
- stwardnienie rozsiane
- grzybica
- alergie
- kłopoty z krążeniem
- cukrzyca
- częste bóle głowy
- chroniczne zmęczenie, rozdrażnienie, depresja, bezsenność
- obniżona odporność i większa podatność na choroby
- zaparcia, gazy, bóle brzucha

Wszelkiego rodzaju toksyny są również główną przyczyną kłopotów z likwidacją otyłości lub nadwagi u większości osób w średnim wieku. Jak to możliwe? Otóż ciało używa tkanki tłuszczowej jako magazynu substancji toksycznych. Toksyny są to takie związki, które nie posiadają wartości odżywczej, bądź zagrażają naszemu zdrowiu. Organizm musi je zutylizować lub zmagazynować w bezpiecznym miejscu. Problem w tym, że podaż toksyn znacznie przekracza możliwości mechanizmów odpowiedzialnych za oczyszczanie organizmu. Rezultatem tego jest ich częściowe magazynowanie. Najlepszym chemicznym buforem jest tkanka tłuszczowa. Z założenia jest to rozwiązanie tymczasowe. Niestety w wielu przypadkach organizm nie może doczekać się dnia, w którym znajdzie się w czystym środowisku i będzie mógł rozpocząć pozbywanie się toksycznego balastu. A my, zamiast się go pozbywać, ciągle go dostarczamy! Ale skąd on się bierze? Większość z nas nie zdaje sobie zupełnie sprawy z ilości zągęszczaczy, stabilizatorów, herbicydów, pestycydów, sztucznych aromatów i barwników zawartych w pożywieniu. Żywność tą dodatkowo modyfikuje się, naświetla i dodaje sztucznych nawozów oraz konserwantów. Ilość nowych toksycznych związków chemicznych wprowadzanych każdego roku do naszego pożywienia liczy się w setkach. Jaki jest związek odchudzania z toksynami gromadzonymi w komórkach tłuszczowych? To proste. Skoro tłuszcz zabezpiecza toksyny, organizm go broni upośle-



dzając możliwość spalania tkanki tłuszczowej, w której gromadzi szkodliwe związki chemiczne i będzie tak robił, dopóty, dopóki toksyny nie zostaną zutylizowane. To najważniejszy powód dla którego oczyszczanie organizmu z toksyn musi być pierwszym krokiem w procesie skutecznego odchudzania. Zima jednak, zdecydowanie nie sprzyja utrzymaniu szczupłej sylwetki. Często rezygnujemy z aktywności fizycznej, a mroźne wieczory spędzamy pasywnie w zaciszu swojego mieszkania z kocem, kubkiem ciepłej herbaty i ciastkiem, w efekcie czego w zimie przybieramy na wadze. Nic więc dziwnego, że na wiosnę chcemy szybko wrócić do formy, aby wyglądać atrakcyjnie. Należy jednak pamiętać, że nagła i drastyczna zmiana diety to nie najlepszy sposób na odchudzanie. Nieracjonalny jadłospis czy głodówki – nawet jeśli zadziałają, to prędzej czy później spowodują efekt jojo, czyli powrót do wyjściowej masy ciała. A to za przyczyną tego, że nie pozbyliśmy się toksyn z naszego organizmu. Zależność tą zauważyli inżynierowie Amerykańskiej Agencji Badań Kosmicznych NASA i opracowali program zdrowotno-żywnościowy CELLRESET. Jest to jedyny program na świecie chroniony patentem. Polega na 28-dniowym procesie zresetowania wszystkich komórek w organizmie i oczyszczeniu go ze zbędnych toksyn i tłuszczu oraz zrównoważeniu pracy estrogenów, czyli hormonów odpowiedzialnych za tycie, zwłaszcza u kobiet. Sekret tkwi w zbilansowaniu metabolizmu przy pomocy specjalnie do tego ułożonego programu diety oraz wyjątkowych suplementów. Już w pierwszym tygodniu można osiągnąć pięciokilogramowy spadek wagi, a po 28 dniach nawet 15 kg.

W odróżnieniu od tradycyjnych diet, program CELLRESET nie powoduje:

- wzmoczonego spadku tkanki mięśniowej
- złego samopoczucia
- spadku energii
- apatii
- rozdrażnienia
- uczucia głodu

Połączenie specjalnie dobranych suplementów i opracowanej diety spowoduje:

- oczyszczenie i dożywienie organizmu
- wyregulowanie metabolizmu
- zrównoważenie hormonów
- dotlenienie organizmu
- dostarczenie dużej dawki energii
- znaczne obniżenie wieku metabolicznego
- obniżenie wysokiego poziomu cholesterolu
- zbilansowanie pracy całego organizmu
- odbudowa flory bakteryjnej
- poprawa stanu włosów, paznokci oraz skóry
- znaczny spadek wagi (u osób z problemem nadwagi)
- modelowanie sylwetki
- redukcję cellulitu
- zmniejszenie przebarwień na skórze
- oczyszczenie skóry z zanieczyszczeń
- zągęszczenie mięśni
- pobudzenie produkcji kolagenu, co wpływa na jędrność skóry

Program CELLRESET jest w pełni bezpieczny, posiada patenty, certyfikaty i normy bezpieczeństwa, a wszystkie wykorzystane w nim produkty są akredytowane przez Międzynarodowy Komitet Olimpijski i dopuszczone są dla sportowców olimpijskich. Już 125 tys. osób cieszy się niesamowitymi efektami programu.

W Studio Urody ELIKO, jako jedyni w Radomiu, zajmujemy się pomocą w realizacji tego innowacyjnego programu. My osobiście, razem z licznym gronem naszych klientów cieszymy się efektywnością CELLRESET i zachęcamy wszystkich do podjęcia walki o własne zdrowie. Udzielamy szczegółowych informacji i pomagamy na każdym etapie. Dodatkowo dla osób, które chcą przede wszystkim schudnąć i wymodelować sylwetkę, oferujemy masaże liftingujące i bańką chińską oraz ćwiczenia na platformie wibracyjnej. Gwarantujemy 100% skuteczności. Więcej informacji na temat całego programu uzyskają Państwo podczas konsultacji w naszym salonie (mieszczącym się w Radomiu przy ul. Żeromskiego 116) po uprzednim zarezerwowaniu wizyty pod nr tel. 727 932 542.

Dla wszystkich czytelników „Twojego Medyka” konsultacja połączona z analizą składu ciała i określeniem wieku metabolicznego – GRATIS!



Studio Urody ELIKO
📍 Żeromskiego 116
☎ 26-600 Radom
📞 727 932 542
✉ kontakt@eliko-uroda.pl
🌐 www.eliko-uroda.pl
📱 facebook.com/studiourodyeliko

Leczenie
uzależnień
alkoholowych

ESPERAL, DISULFIRAM



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

Odkryj w sobie siłę do działania

„Nie narzekaj, że masz pod górę, skoro zmierzasz na szczyt”



coach
Marzena Figura
tel. 502 460 037

Stawiając sobie cele życiowe – prywatne, zawodowe, małe i większe – zawsze wyznaczamy sobie jakiś szczyt do zdobycia. Różnie jesteśmy do tej podróży przygotowani i różnie ta droga na szczyt wygląda. Niektórzy z nas stają u stóp góry wyposażeni w wiedzę, mapę, górskie sprzęty, prowiant, wsparcie, a do tego jeszcze mogą liczyć na piękną pogodę. Inni stają samotnie, z ciężkim plecakiem, w letnich butach, a nad ich głowę nadciągają ciemne chmury i zrywa się wiatr. Jak to jest, że ci pierwsi często nie robią nawet pierwszego kroku do celu, a ci drudzy z zawziętością osiągają szczyt. Co takiego sprawia, że potrafimy mimo trudnych warunków sięgać po swoje, a co nas w tym zatrzymuje? Skąd się bierze nasza siła do działania?

Wszyscy mamy szansę i narzędzia do tego, żeby walczyć o swoje poczucie wartości. Co więc zrobić, żeby przejąć kontrolę nad budowaniem swojej samooceny, nabrać dystansu do siebie i świata oraz sprawnie radzić sobie z wyzwaniami? Po pierwsze musimy uświadomić sobie, że wysokie poczucie własnej wartości nie jest podarunkiem i tak naprawdę sami pracujemy na nie niemal przez całe życie. Po drugie zacznijmy pracę nad sobą i przyjrzyjmy się swoim przekonaniom, samodzielnie decydując, kto i co może mieć na nas wpływ, uczmy się na błędach i skupmy się na działaniu.

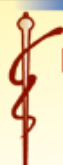
Zmień destruktcyjne przekonania

Brak wiary w swoje możliwości i niska samoocena blokują działania i sprawiają, że rezygnujemy na starcie, nie robiąc nawet małego kroku w kierunku swoich celów i marzeń. Ocena tego, czy coś uda nam się osiągnąć, czy nie, to nic

innego jak przekonanie. Subiektywna opinia często oparta tylko na wrażeniach, a nie na faktach. Światowej sławy psycholog Steven C. Hayes podkreśla, że wpadamy w pętlę własnych przekonań i tracimy realistyczny ogląd rzeczywistości, kiedy patrzemy na nią tylko z perspektywy swoich myśli. Chodzi tu o takie sytuacje, w których wydaje nam się, że to, co myślimy o świecie, innych ludziach czy o sobie, to jedyna i niepowtarzalna prawda. Nie przyglądamy się swoim przekonaniom i zapominamy, że to właśnie one nadają rzeczywistości nasz indywidualny, subiektywny obraz sytuacji. To tak, jakbyśmy nosili okulary z żółtymi szklami i byli przekonani, a także przekonywali innych, że świat jest żółty. Wystarczy zmienić okulary, żeby zmienił się kolor świata. Tak samo jest z przekonaniem, wystarczy sobie uświadomić, jakie przekonania w sobie nosimy, jak przez nie widzimy świat, a jak widzimy siebie. Umiejętność patrzenia na swoje przekonania to kluczowe odkrycie, bo to one determinują nasze samopoczucie i zachowanie. Jeśli w mówiono nam kiedyś, że nic nie jesteśmy warci – a my nadal bezrefleksyjnie w to wierzymy – to niewiele nam się w życiu uda. Natomiast jeśli widzimy w sobie potencjał – będziemy też widzieli w świecie zewnętrznym więcej możliwości dla siebie, odważniej będziemy podejmować wyzwania. Prawdziwe poczucie wartości musi mieć swoje odzwierciedlenie w rzeczywistości, powinno być budowane na faktach i konkretach, a nie generalnych ocenach i wnioskach opartych tylko na emocjach.

Ucz się na błędach

Do porażek i popełnianych błędów możemy podejść dwojako – jak „ofiara” lub jak „uczeń”. „Ofiara”, kiedy popełni błąd, reaguje emocjonalnie, usprawiedliwia się, szuka winnych i użala się nad sobą. „Uczeń” analizuje sytuację, bierze odpowiedzialność za to, na co miał wpływ, wyciąga wnioski, żeby kolejny raz nie popełnić tego samego błędu. Aby wyjść z porażki mocniejszym, trzeba przyjąć postawę „ucznia”. Żeby natomiast



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

EWA SZCZECIŃSKA

SPECJALISTA PSYCHIATRA

TEL. 609 182 292

dr n. med. **Bogusław Szponar**

specjalista chorób oczu

tel. 602 762 323

**Agnieszka
Chochoł**

psycholog
seksuolog
terapeuta

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

www.seksuolog-radom.pl



FUNDACJA
Fundacja Normalna Przyszłość

O/Radom ul. 25 Czerwca 68 (budynek Lasów Państwowych)

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

Projekt jest współfinansowany ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych

budować na niej przyszły sukces, trzeba skupić się na działaniu.

Zainstaluj „bullshit detector”

„Bullshit detektor” to mentalny filtr, który pomaga nabrać dystansu i wypracować odpowiednią reakcję, który ma pomóc nam odróżnić wartościowe komunikaty od tych bezwartościowych. Nie chodzi o to, żeby stosować go przy każdej opinii, która nam się nie podoba – tylko przy tych, które nie są oparte na faktach, budzą nasz lęk, smutek, zniechęcają do działania i podcinają nam skrzydła.

Wiele informacji, które słyszymy na temat świata, nas samych czy naszych decyzji, nie ma żadnej wartości. Co gorsza, budzą w nas lęki, podcinają skrzydła i utrudniają realizację planów. Tak naprawdę to nasza decyzja, czy pozwalamy, by te bzdury miały na nas wpływ i hamowały działania. Możemy ulegać tym dołującym komunikatom, rezygnować z realizacji swoich marzeń i tłumaczyć się brakiem wsparcia czy złymi radami, w które uwierzyliśmy, ale to wcale nie zwalnia nas z odpowiedzialności za własne postępowanie. Z konsekwencjami swoich decyzji zostajemy sami.

Bezwartościowe komunikaty oparte są na błędach myślowych, takich jak:

- wyciąganie ogólnych wniosków na podstawie jednego lub zaledwie kilku faktów (ten błąd myślowy jest najczęstszy w przypadku stereotypów);
- przewidywanie negatywnej przyszłości bez brania pod uwagę innych, bardziej prawdopodobnych możliwości;
- wybiórcze skupianie się wyłącznie na negatywnych aspektach sytuacji;
- wyolbrzymianie znaczenia negatywnych aspektów lub pomniejszanie znaczenia aspektów pozytywnych w ocenie siebie;
- wyrażenie opinii, nie faktów – ludzie mają indywidualne mapy rzeczywistości zbudowane na ich przekonaniach, doświadczeniach i interpretacjach. Na podstawie tych map budują swoje osądy i wypowiadają opinie, co nie znaczy, że to prawda o świecie czy o nas;
- komunikaty, które nie wspierają, nie dają do myślenia, pobudzają za to negatywne emocje, często tak silne, że trudno nam znaleźć logiczne argumenty, które podałyby ten komunikat w wątpliwość.

Możesz przejąć kontrolę nad swoim poczuciem wartości, przejmując kontrolę nad przekonaniami na swój temat. Zaczynaj od rozpoznania myśli i opinii o sobie, które cię ograniczają i czynią nieszczęśliwym, a następnie zmień je na bardziej realne i korzystne dla ciebie. Coaching dzięki swoim narzędziom i odpowiednim ćwiczeniom coachingowym, z całą pewnością pozwoli Ci znaleźć siłę do działania i zbuduje Twoje poczucie własnej wartości.



Coaching
POLSKA

Marzena Figura coach

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

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



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 Vitalpepu
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

PSYCHOMED

Pracownia Psychologiczna

BADANIA PSYCHOTECHNICZNE
KIEROWCÓW

KONSULTACJE PSYCHOLOGICZNE
MEDYCyny PRACY DLA OPERATORÓW

Radom, ul. Miła 17 lok. 13

pon. - pt.: 8.30 - 15.00

tel. 48 389 05 00

tel. kom. 698 068 220

kontakt@psychomed.radom.pl
www.psychomed.radom.pl

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

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

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



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.stomatologikaniewscy.pl

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



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:

- peelingsi 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



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

dr n. med.

Anna Kochanek-Leśniewska

lek. stom.

SPECJALISTA PROTETYKI STOMATOLOGICZNEJ

ORTO-LIVE

Radom, ul. Lekarska 2a

zgłoszenia telefoniczne

poniedziałek-piątek

w godz. 9.00-20.00

602 660 944

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

 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

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

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

 **EPMED**
GABINETY LEKARSKIE

tel. 606 68 94 50
(48) 344 92 47

Ewa Krupa specjalista chorób oczu

Gabinet okulistyczny

poniedziałek od 14.30, czwartek od 15.00
EPMED Radom, ul. Waryńskiego 9A lok. 8



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

GABINET KARDIOLOGICZNY

Paweł Świągół

specjalista chorób wewnętrznych, kardiolog
Radom, ul. Chrobrego 54

zapisy: 501 286 071

godz. przyjęć: wtorek 15.30-17.00

OPTYK
GRABOWSCY



z tą gazetką
rabat -5%
na okulary

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 FERRE

 SOLANO

Baldinini

 Rybnik



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

Chroń swoje stopy

Indywidualna wkładka ortopedyczna

Stopa człowieka zbudowana jest aż z 26 kości, co stanowi ¼ kości w całym ciele, 19 mięśni, 33 stawów i 100 więzadeł. Ten skomplikowany aparat ruchu odpowiedzialny jest za dźwiganie całego ciężaru ciała w pozycji statycznej, jak również pełni funkcję lokomotywną (w całym życiu robimy około 100 mln kroków). Starzenie się, tryb życia oraz sposób poruszania się mogą wpływać na zmiany zachodzące w stopach, co w konsekwencji prowadzi do nieprawidłowego ich funkcjonowania, wielu wad i deformacji (np. płaskostopia, haluksów). Dużą część z nich jest efektem źle dobranego obuwia, który bez trudu można znaleźć w sklepach obuwniczych. Często takie buty mają płaskie wkładki fabryczne, a chodzenie w nich stanowi bezpośrednie zagrożenie nie tylko dla stóp, ale także dla stawów skokowych, kolan, a nawet kręgosłupa. W takim przypadku najlepszym rozwiązaniem są indywidualne wkładki ortopedyczne, które we wczesnym i umiarkowanym stadium deformacji stóp nie tylko znacznie poprawiają komfort chodzenia i biegania, ale także pozwalają korygować stopy.

Indywidualny proces dopasowania wkładek do stóp

W Pracowni przy Poradni Rehabilitacyjnej Polmedic przy ul. Osiedlowej 9 zespół przeszkolonych fizjoterapeutów wykonuje na zaawansowanym sprzęcie diagnostycznym specjalistyczne badanie komputerowe, które pozwala ocenić ich stan, rodzaj deformacji i stopień jej zaawansowania. Dzięki dokonanemu pomiarowi oraz rzeczywistemu odwzorowaniu stóp w pianie pedilinowej, fizjoterapeuta może dobrać odpowiedni rodzaj indywidualnej wkładki ortopedycznej. Badanie pozwala na niezwykle precyzyjną diagnozę dysfunkcji stopy, a dzięki temu optymalne dobranie indywidualnej wkładki ortopedycznej.

Kto może skorzystać z indywidualnej wkładki?

Indywidualna wkładka ortopedyczna dyktowana jest dla osób w każdym wieku, zarówno dla dorosłych, jak i dla dzieci. Często

z indywidualnych wkładek korzystają sportowcy – narciarze, biegacze, koszykarze czy piłkarze. Wkładki ortopedyczne przeznaczone są dla osób, które cierpią z powodu:

- płaskostopia podłużnego,
- płaskostopia poprzecznego,
- ostrogi piętowej,
- stopy przywiedzionej,
- koślawości kolan,
- haluksów,
- bolesnych modzelei i odcisków,
- bolesnej stopy Morthona
- stóp wrażliwych i cukrzycowych.

Bardzo ważne jest, by osoby z problemami kończyn dolnych zgłaszały się do pracowni jak najwcześniej, gdy dany problem jeszcze nie jest w stadium zaawansowanym. Wówczas można osiągnąć najlepsze efekty, unikając postępowania deformacji i zapobiegając poważnym konsekwencjom, jakimi są operacje i żmudna rehabilitacja.

Jeżeli podczas chodzenia czujesz dyskomfort, ból w stopach, ból w łydkach, czy kolanach, to koniecznie odwiedź naszą Pracownię przy Poradni Rehabilitacyjnej Polmedic. Zespół wykwalifikowanych fizjoterapeutów służy pomocą w zakresie specjalistycznego badania stóp, wykonania wkładek ortopedycznych przy współpracy z producentem ArmedOrt Sp. z o.o., a w razie potrzeby fachową rehabilitacją wad postawy.

polmedic +

Poradnia Rehabilitacyjna
Polmedic

ul. Osiedlowa 9

tel. 48 386 90 60

www.polmedic.com.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
- 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

 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



Pakiety opieki medycznej


- dla osób indywidualnych lub firm
- nielimitowany i szybki dostęp do lekarzy specjalistów bez skierowania w ciągu **10 dni** roboczych
- rehabilitacja do **3 razy w roku**
- szeroki wachlarz badań diagnostycznych, w tym tomografia i rezonans magnetyczny
- **cena już do 29 zł/m-c**

polmedic +

T: 691 161 268

www.polmedic.com.pl

www.facebook.com/Polmedic



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

TOMOGRAFIA KOMPUTEROWA	cena
Angio TK aorty brzusznej z kontrastem	420
Angio TK aorty piersiowej z kontrastem	420
Angio TK kończyn dolnych z kontrastem	520
Angio TK tętnic nerkowych z kontrastem	520
Angio TK tętnic płucnych z kontrastem	520
Angio TK tętnic szyjnych z kontrastem	510
Angio TK tętnic śródczaszkowych z kontrastem	510
TK Brzucha bez kontrastu	280
TK Brzucha bez i z kontrastem	390
TK Brzucha z kontrastem - badanie wielofazowe	450
TK Brzucha z miednicą małą bez i z kontrastem (wielofazowe)	600
TK Głowy bez kontrastu	200
TK Głowy bez kontrastu i z kontrastem	300
TK Klatki piersiowej bez kontrastu	270
TK Klatki piersiowej HRCT	350
TK Klatki piersiowej bez kontrastu i z kontrastem	350
TK Kości miednicy bez kontrastu	240
TK Kości miednicy bez i z kontrastem	360
TK Kości skroniowych bez kontrastu	220
TK Kości skroniowych bez kontrastu i z kontrastem	300
TK Kręgosłupa lędźwiowego bez kontrastu	240
TK Kręgosłupa lędźwiowego bez i z kontrastem	360
TK Kręgosłupa piersiowego bez kontrastu	240
TK Kręgosłupa piersiowego bez i z kontrastem	360
TK Kręgosłupa szyjnego bez kontrastu	240
TK Kręgosłupa szyjnego bez i z kontrastem	360
TK Miednicy małej bez kontrastu	220
TK Miednicy małej bez i z kontrastem	330
TK Oczodołu bez kontrastu	220
TK Oczodołu bez i z kontrastem	300
TK Szyi bez kontrastu	220
TK Szyi bez i z kontrastem	350
TK Twarzoczaszki bez kontrastu	220
TK Twarzoczaszki bez i z kontrastem	300
TK Układu kostno-stawowego bez kontrastu	280
TK Układu kostno-stawowego bez i z kontrastem	360
TK Zatok bez kontrastu	220
TK Zatok bez i z kontrastem	300

REZONANS MAGNETYCZNY	cena
MR mózgu z dyfuzją bez kontrastu	340
MR angio głowy bez kontrastu	370
MR mózgu z dyfuzją + angio głowy	550
MR kręgosłupa szyjnego	350
MR kręgosłupa piersiowego	350
MR kręgosłupa lędźwiowo-krzyżowego	350
MR dwóch odcinków kręgosłupa	640
MR stawu kolanowego	450
Środek kontrastowy	160
MR gruczołów piersiowych z kontrastem	650
MR przysadki mózgowej z kontrastem	530

Centrum Diagnostyczne Polmedic
ul. Aleksandrowicza 5, Radom
(w budynku Szpitala – Józefów, I piętro)

Infolinia 48 386 90 60

Nasze placówki

Domagalskiego 7 | Osiedłowa 9 | Toruńska 1 | Okulickiego 74 i 76

