



Nie bądź zmarszczonym jabłkiem

str. 21



**Odwaga
w życiu codziennym** str. 10

**Czas na spotkanie
– zdrowe odchudzanie** str. 8

Aloes i jego właściwości str. 22

Instruktaż dla kobiet po amputacji piersi str. 12

Borelioza, choroba przenoszona przez kleszcze str. 4

**Nietrzymanie moczu
wstydlivy problem, który da się wyleczyć** str. 26

**Poskrom
swoje kompleksy** str. 14

**Omdlenia u dzieci
i młodzieży** str. 6

**Krępujący temat
– urologia** str. 11

Spis ogłoszeń

LEKARZE SPECJALIŚCI

ALERGOLOG

Krajewski Adam – str. 24
Gamed – str. 12
Łukasik Ewa • MEDICON – str. 3

CHIRURG DZIECIĘCY

Baryłka Krzysztof – str. 7
Wypyski Andrzej – str. 7

CHIRURG NACZYNIOWY

Kupis Zbigniew – str. 21
Roszczyk Jadwiga • NEL-MED – str. 7
Rojewski Robert – str. 13
Terpiłowski Tomasz – str. 27

CHIRURG OGÓLNY

Kozieł Robert – str. 20
Kupis Zbigniew – str. 21
Majchrzak Wojciech • PTdental – str. 18
Rojewski Robert – str. 13
Roszczyk Jadwiga • NEL-MED – str. 7
Szczęśniak Grzegorz • EUROMED – str. 7
Terpiłowski Tomasz – str. 27
Wieczorek Janusz • MEDJANA – str. 25
Wrzosek Grzegorz • ENDOCARD – str. 6

CHIRURG ONKOLOG

Banaczek Zbigniew – str. 20
Krajewska Danuta • MEDJANA – str. 25
Majchrzak Wojciech • PTdental – str. 18
Rojewski Robert – str. 13
Szczęśniak Grzegorz • EUROMED – str. 7

DERMATOLOG

Gamed – str. 12
Krajewski Adam – str. 24
Sikora Małgorzata – str. 20

DIABETOLOG

Jaśkiewicz Anna • EPMED – str. 7
Nazimek Marta – str. 6
Kempa Urszula – str. 23

ENDOKRYNOLOG

Gamed – str. 12
Kempa Urszula – str. 13

GASTROLOG

Drożdżikowski Wiesław – str. 15
Gamed – str. 12

GINEKOLOG

Achremczyk Małgorzata – str. 20
Banaczek Zbigniew – str. 20
Gamed – str. 12
Hejnar-Szczerbińska Małgorzata – str. 20
Kielski Piotr • EPMED – str. 7
Nita Zygmunt – str. 20
Penza Grzegorz – str. 20
Świechowski Witold – str. 18
Szczęśniak-Sikora Dobrośława – str. 20

INTERNISTA

Borysowicz Urszula • P.M.R. – str. 13
Gamed – str. 12
Przybyłowicz Waldemar • P.M.R. – str. 13

KARDIOLOG

Bąk-Chojnacka Anna – str. 25
Gamed – str. 12
Kędzior-Biedrzycka Iwona – str. 6
Ordzyk-Rusek Patrycja – str. 25
Poteręta Magdalena – str. 6
Świgoń Paweł – str. 6
Wrzosek Bożena • ENDOCARD – str. 6

LARYNGOLOG

Gamed – str. 12
Kielska Ewa • EPMED – str. 7

MEDYCYNĄ ESTETYCZNA

Kupis Zbigniew – str. 21
Mieszkowski Mariusz – str. 8

MEDYCYNĄ PRACY, BADANIA OKRESOWE

Gamed – str. 12
Przybyłowicz Waldemar • P.M.R. – str. 13
Pytel Anna • AGAMED – str. 18

NEUROLOG

Borysowicz Andrzej – str. 14
Chojnacka Marina – str. 15
Dudzińska Ewa – str. 25
Frynas Katarzyna – str. 25
Gamed – str. 12
Jurkiewicz Grzegorz – str. 15
Kosowski Jarosław – str. 15
Kowal Elżbieta • NOVA MEDIC str. 15
Nadgrodkiewicz Krzysztof – str. 14
Olczyk Ziemowit – str. 15
Rogozińska Agnieszka – str. 15

OKULISTA

Gamed – str. 12
Likowska Elżbieta – str. 24
Nazimek Waldemar – str. 24
Szponar Bogusław – str. 24

ORTOPEDA

Karaś Marek • MEDICON – str. 3
Kazubiński Hubert – str. 25
Piasta Zbigniew • MEDJANA – str. 25
Sekula Jan • SANUS – str. 22
Szykarczuk Tomasz – str. 22

Świerczek Mirosław • MEDJANA – str. 25
Wypyski Andrzej – str. 7

PEDIATRA

Gamed – str. 12
Kędzior-Biedrzycka Iwona – str. 6
Nazimek Marta – str. 6

PROKTOLOG

Rojewski Robert – str. 13

PRZYCHODNIE

Agamed – str. 18
Centrum Bernardyńska – str. 3
ChłodnaMed – str. 20
EndoCard – str. 6
Endomed – str. 9
Epmed – str. 7
Gamed – str. 12
Gravmed – str. 20
Medicon – str. 3
MedJana – str. 20
Mój Lekarz Radom – str. 14
Nel-Med – str. 17
Polmedic – str. 26, 28
Przychodnia Centrum – str. 22
Terpiłowski – str. 27

PULMONOLOG

Węgrzycka Barbara – str. 20

PSYCHIATRA

Gamed – str. 12
Karczewski Andrzej – str. 14
Ostrach Dorota – str. 25
Szczęcińska Ewa – str. 14

RADIOLOGIA

Helios – str. 19

STOMATOLOG

Agamed – str. 18
Aurumdent – str. 19
Dent Artis – str. 18
Gamed – str. 12
Implant dentist – str. 17
Kaniewscy – str. 18
Luxdent – str. 18
M-dent – str. 18
Medap – str. 18
PT Dental – str. 18
Szwedental – str. 18

UROLOG

Alter Andrzej – str. 25
Baryłka Krzysztof – str. 7
Gamed – str. 12
Molga Radosław – str. 20

USŁUGI MEDYCZNE

ANALIZY MEDYCZNE

Medica – str. 5

BADANIA KIEROWCÓW

Gamed – str. 12
PMR – str. 13

DIETETYK

Fizjomedica – str. 13
Janiszewski Bartosz – str. 11
Natur House – str. 22
Skalska Nina – str. 16

MASAŻ LECZNICZY

Chrobrego – str. 10
FizjoExpert – str. 13
Fizjomedica – str. 13
Reha-complex – str. 12
MedJana – str. 25

OPTYK

Grabowscy – str. 24
Likowska Elżbieta – str. 24
Likowski Adam – str. 24

OPIEKA PIELEŃNIARSKA

Chrobrego – str. 10
Dom Pod Złotym Dębem – str. 23
Reha-complex – str. 12
Vic-Med – str. 13

OSRODKI OPIEKI DŁUGOTERMINOWEJ

Dom Pod Złotym Dębem – str. 23
Chrobrego – str. 10
Vic-Med – str. 13

PROTETYKA STOMATOLOGICZNA

Lapto dentis – str. 18

PSYCHOLOG

Gamed – str. 12
Janiszewski Bartosz – str. 11
Kołątaj Agnieszka – str. 25
Skupińska-Fila Dominika – str. 14

REHABILITACJA

Chrobrego – str. 10
FizjoExpert – str. 13
Fizjomedica – str. 13
Kelles Krauz – str. 14
MedJana – str. 25
Reha-complex – str. 12
Vic-Med – str. 13

SEKSUOLOG

Garlacz-Janicka Elżbieta – str. 17

SKLEPY MEDYCZNE

Armed Ort – str. 16
Mikirad – str. 16
Medistar – str. 16
Multimed – str. 16
Reha-complex – str. 12
Stymat – str. 16

DIAGNOSTYKA MEDYCZNA

ANALIZY MEDYCZNE

Gamed – str. 12
Lab Medic – str. 23
Medica – str. 5

BIOPSJE

Euromed – str. 7

BADANIE GĘSTOŚCI KOŚCI

Sanus – str. 22

DOPPLER

Kupis Zbigniew – str. 21
MedJana – str. 25
Rojewski Robert – str. 13
Roszczyk Jadwiga • NEL-MED – str. 7
Terpiłowski – str. 27

EMG/EEG

Jędrasek Henryk – str. 15
Jurkiewicz Grzegorz – str. 15
Kowal Elżbieta • NOVA MEDIC – str. 15

RENTGEN

Helios – str. 19

REZONAS MAGNETYCZNY

Grupa Medical – str. 13
Polmedic – str. 28

TOMOGRAMFIA KOMPUTEROWA

Helios – str. 19
Polmedic – str. 28

USG

Centrum Medycyny Kobiet – str. 20
Drożdżikowski Wiesław – str. 15
Epmed – str. 7
Euromed – str. 7
Hejnar-Szczerbińska Małgorzata – str. 20
Medicon – str. 3
MedJana – str. 25
Rojewski Robert – str. 13

INNE

Agencja Bezpieczeństwa Informacji – str. 13
Apt-eco – str. 8
Diacom – str. 20
Leczenie uzależnień – str. 14
Moja recepcja – str. 10
Neuropatia – str. 8
Przychodnia Weterynaryjna RCMZ – str. 27
Thymos, komora hiperbaryczna – str. 6
Szkoła rodzenia – str. 20

Gazeta promowana przez:

• hurtownię farmaceutyczną **PORFARM**

CHRONOMETR
ZEGARKI
sprzedaż • serwis
paski, bransolety, baterie
(do glukometrów, termometrów,
aparatów słuchowych i ciśnieniomierzy)
Radom, ul. Żeromskiego 2, tel. 48 36 234 78

Mi-Mo wszystko.
Wydawca nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam i ogłoszeń.
redaktor naczelny: Michał Joński
Wydawca: PHU Mi-Mo
Nakład: 10 000 egzemplarzy
OBSŁUGA KIENTA
533 251 968
@medyk@gazetamedyk.pl
www.gazetamedyk.pl



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

- **• USG • USG Doppler szyi**
- **• USG Doppler kończyn dolnych dr n. med. A. Kukliński**
- **• Echo serca (dla dorosłych i dzieci)**
- **• Holter EKG (dla dorosłych i dzieci), Holter ciśnieniowy**
- **• Testy Wysiłkowe**
- **• RTG cyfrowe**

- **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

Nowe usługi

- KARDIOLOG
- KARDIOLOG DZIECIĘCY
- ENDOKRYNOLOG
- NEUROLOG
- NEUROCHIRURGIA
- konsultacje profesorskie
- CHIRURGIA NACZYNIOWA

www.medicon.com.pl



**CENTRUM
BERNARDYŃSKA**

Szybki dostęp do lekarzy

NOWI SPECJALIŚCI

- dr n. hum. Dziwańska Kinga – PSYCHOLOG KLINICZNY
- lek. spec. Jodłowski Jacek – CHIRURG OGÓLNY / CHIRURG ONKOLOG
- lek. spec. Kasprzak Łukasz – ORTOPEDA I TRAUMATOLOG NARZĄDU RUCHU
- dr n. med. Koncewicz Renata – NEUROLOG DZIECIĘCY / NEUROLOG
- mgr Krawczyńska Ewa – SEKSUOLOG / PSYCHOLOG
- lek. spec. Pisarska-Mazurkiewicz Katarzyna – GINEKOLOG I POŁOŻNIK
- lek. spec. Paź Janusz – KARDIOLOG
- mgr Rutka Iwona – PSYCHOLOG / TERAPEUTA SIMONTONOWSKI / TERAPIA OSÓB ONKOLOGICZNIE I PRZEWLEKLE CHOROBY
- lek. spec. Stefaniuk Piotr – GASTROENTEROLOG
- lek. spec. Węgrzycka Barbara – PULMONOLOG / CHOROBY PŁUC
- lek. spec. Śkwarzyński Adam – CHIRURG OGÓLNY / CHIRURG NACZYNIOWY
- lek. spec. Świechowski Witold – GINEKOLOG I POŁOŻNIK

POZOSTALI SPECJALIŚCI

- + CHIRURG DZIECIĘCY + CHIRURG OGÓLNY + CHIRURG ONKOLOG + CHIRURG NACZYNIOWY
+ DERMATOLOG I WENEROLOG + DIABETOLOG + DIETETYK + ENDOKRYNOLOG + ENDOKRYNOLOG
DZIECIĘCY + GASTROENTEROLOG + GINEKOLOG I POŁOŻNIK + HEMATOLOG + HEPATOLOG
+ INTERNISTA + KARDIOLOG + LOGOPEDA + MASAŻYSTA + MEDYCINA PRACY + NEFROLOG
+ NEFROLOG DZIECIĘCY + NEUROCHIRURG + NEUROLOG + NEUROLOG DZIECIĘCY + ORTOPEDA I
TRAUMATOLOG NARZĄDU RUCHU + OKULISTA MEDYCYNY PRACY + OTORYNOLARYNGOLOG + PEDIATRA
+ PSYCHIATRA I LECZENIE UZALEŻNIEŃ + PROKTOLOG + PSYCHOLOG + PULMONOLOG + REUMATOLOG
+ RADIOLOG + SEKSUOLOG + TERAPEUTA TERAPII MANUALNEJ + TRANSPLANTOLOG + UROLOG

ECHO SERCA, LABORATORIUM ANALITYCZNE, MEDYCNA PRACY, HOLTER EKG,
PRELUKSACJA (USG STAWU BIODROWEGO U DZIECI), USG, ZABIEGI

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

kom. **511 511 234**

tel. **48 386 95 00**

tel./faks **48 386 96 00**

w godz. **8.00-20.00**



Borelioza

choroba przenoszona przez kleszcze

Western Blot z natywnym antygenem Borreli i rekombinantem VlsE najczulszy test dostępny w Radomiu.

Kleszcze żywiąc się krwią zwierząt żyjących w lesie, zakażają się bakteriami, wirusami i pasożytami, które następnie mogą przenosić na ludzi. Ciągłe wzrasta liczba zachorowań w Polsce na Boreliozę roznoszoną przez te pajęczaki. Dlatego nie powinno się bagatelizować ugryzienia przez tego pajęczaka.

Borelioza jest chorobą wywołaną przez bakterię *Borrelia burgdorferi*. Szacuje się że w Europie co trzeci kleszcz jest nosicielem bakterii wywołującej boreliozę. Krętki boreliozy dostają się do skóry żywiciela (którym może być człowiek) ze śliną żerującego kleszcza. Ryzyko transmisji zwiększa się z czasem żerowania i po 72 godzinach wynosi 100%.

Etapy boreliozy

Faza I: charakterystyczny rumień wędrujący erythema migrans, towarzyszące niespecyficzne objawy grypopodobne: gorączka, osłabienie, dreszcze, bóle głowy, mięśni i stawów.

Faza II: tygodnie lub miesiące po ukłuciu przez kleszcza: objawy neurologiczne (meningitis, cranial neuropathy, facial nerve palsy, radiculoneuritis), układu ruchu i serca.

Faza III: Arthritis (przejściowe obrzęki i ból jednego lub kilku stawów), Acrodermatitis chronica atrophicans, Enzephalomyelitis.

Objawy

- symptomy grypopodobne,
- rumień wędrujący (powiększające się zaczerwienienie na skórze),
- zapalenie i bóle stawów,
- zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych,
- porażenie nerwów,
- bóle korzeniowe,
- zaburzenia czucia,
- zaburzenia rytmu serca,
- w przewlekłej borelioze: postępujące zapalenie mózgu, nawracające zapalenia stawów, niedowłady, zmiany zanikowe skóry.

Cykl życiowy kleszcza

Zdolności rozrodcze kleszcza są wysokie, jedyna samica produkuje od 2500 do 4000 jaj. Każdy etap rozwojowy może mieć okres spoczynku od 6 miesięcy do 1 roku przed porą żerowania. Pasożyty są w stanie wytrzymać i przetrwać w zimnych lub suchych okresach roku. Ten fakt wyjaśnia sezonowość w porze ich aktywności i okresy kulminacji występowania kleszczy na zwierzętach.

Cykl życiowy kleszczy obejmuje trzy stadia: larwa, nimfa i osobnik dorosły. Z jaj wylęgają się larwy, które są bardzo małe. Mają około 0,8 mm wielkości i tylko trzy pary nóg. Larwa przyczepia się zwykle do małych gryzoni, z których po nakarmieniu się odpada i następnie przemienia się – metamorfoza larwy, przebiega proces przekształcenia wszystkich narządów larwy na organy wyższego stadium rozwoju, czyli nimfy. Nimfy są już nieco większe (1,2 do 1,5 mm) i mają cztery pary nóg. Nimfa przyczepia się do większych zwierząt – zające, jeże, ale również do psów, kotów i ludzi.

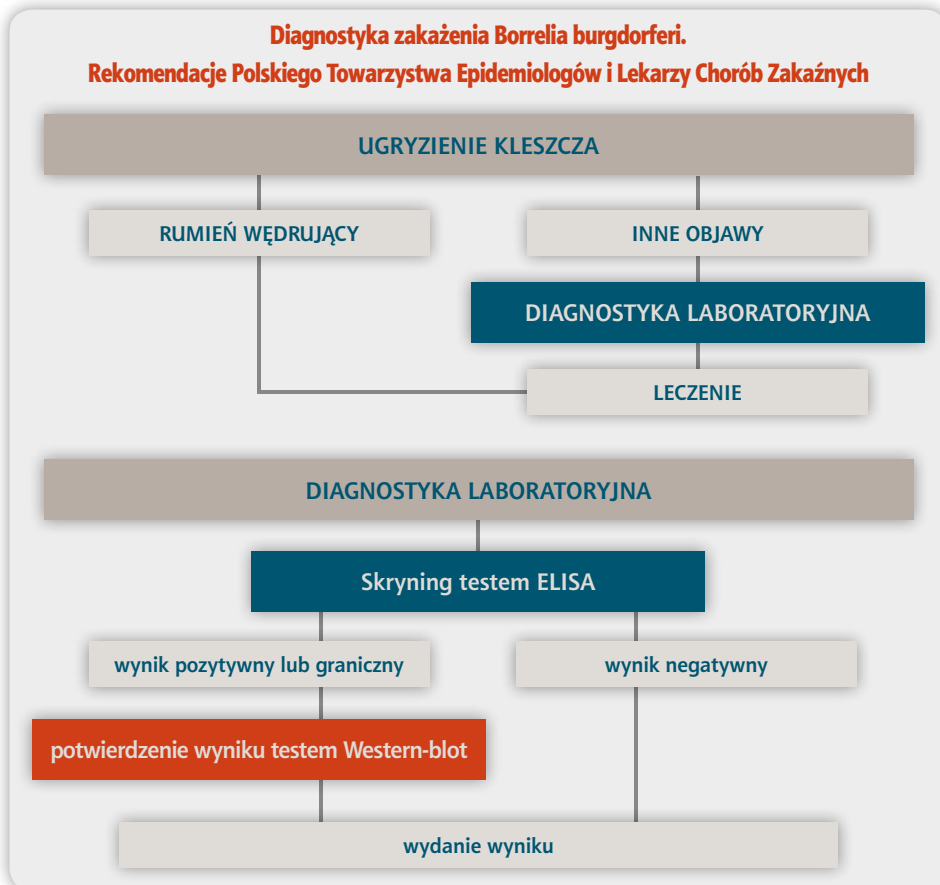
Po nacerpaniu energii (potrawy) nimfa ponownie odpada i przechodzi ostateczną metamorfozę na dorosłego osobnika (imago), samicę czy samca, zdolnego do reprodukcji. Czy jest to samiec czy samica kleszcza da się odróżnić gołym okiem. Samice zwykle są większe (2x4 mm) i są widocznie dwubarwne. Z tyłu głowy znajduje się czarno-brązowa tarczka a reszta odwłoku jest zdecydowanie pomarańczowa aż czerwona. W przypadku o nieco mniejszego samca, czarno-brązowa tarczka tworzy prawie że całą tylną część ciała, co robi wrażenie ciemnego odwłoku. Krew ssą tylko samice. Ich pomarańczowy odwłok jest falisty, co pozwala na wielokrotne zwiększenie objętości podczas wysysania krwi.

Samiec kleszcza już nie ssie krew, jego zadaniem jest zapłodnienie samicy. Dorosła samica wykorzystuje jako źródło pokarmu znowu o nieco większe zwierzęta - jelenie, sarny, dziki, lisy, bydło, konie, psy, koty i ludzi. Ssie przez jeden do dwóch tygodni, a następnie składa jaja i ginie. Cykl rozwojowy kleszczy jest stosunkowo długi, w naszych szerokościach geograficznych trwa 2-3 lata. Dzięki temu kleszcz staje się zasobnikiem różnych infekcji w naturze, ponieważ wszystkie trzy stadia są w stanie przenosić patogeny. Ssanie krwi jest drogą transmisji zakażenia.

Jak kleszcz ssie

Kleszcz nie przyssie się do żywiciela bezpośrednio po znalezieniu się na jego ciele, ale szuka odpowiedniego miejsca, którym jest zwykle miękka i wilgotna skóra. To bywa przede wszystkim pod pachami, w pachwinach, pod kolanem, za uszami i na brzuchu. Jednak może przyłgnąć do jakiegokolwiek innego miejsca, często nawet na głowie we włosach.

Do przyssania kleszcz używa narząd głowowy zwany hypostom. Ma kształt harpuna z przeciwnymi haczykami, które zapewniają pewne przymocowanie i możliwość odbierania krwi. Wydzielaniem śliny do rany i uwalnia się również substancja, która tworzy się wokół hypostomu tzw. cementową warstwę, dlatego właśnie po pewnym czasie jest znacznie trudniej usunąć kleszcza. Ślina kleszcza zawiera jednak jeszcze dalsze składniki, które pomagają mu przemóc środki obronne organizmu żywiciela.



MEDICA

laboratorium analiz medycznych



www.medica.radom.pl

Nowoczesne, prężnie rozwijające się medyczne laboratorium diagnostyczne, które działa na rynku radomskim od 1999 roku.

Wysoka jakość analiz

Nowoczesny sprzęt

Wyniki on-line

Szeroki zakres badań

Promocje, rabaty, zniżki

Doświadczenie, profesjonalizm, zaufanie

- ☎ 48 365 49 33
- 🌐 www.medica.radom.pl
- ✉ medica@medica.radom.pl
- 📍 ul. Słowackiego 48/48a, 26-600 Radom
- 🕒 Pn-Pt: 7.00 - 19.00, Sob: 7.00 - 15.00





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-dzieciecy.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
- echo serca

specjalista chirurgii ogólnej

Grzegorz Wrzosek

sobota od godz. 9.00

tel. 501 090 315

- porady chirurgiczne
- gastroscopia
- kolonoskopia
- możliwość znieczulenia ogólnego

Omdlenia u dzieci i młodzieży

Omdlenie jest to krótkotrwała utrata przytomności spowodowana zwykle odwracalnymi zaburzeniami w czynności mózgu, powstałymi w wyniku istotnego obniżenia lub zatrzymania przepływu mózgowego krwi. Towarzyszące osłabienie napięcia mięśni szkieletowych najczęściej powoduje upadek (o ile dziecko nie będzie w porę podtrzymane). Niekiedy utratę przytomności poprzedzają zawroty głowy, zblednięcie, osłabienie, nudności, wymioty, zimne poty, zaburzenia widzenia czy słuchu. U większości następuje samoistne odzyskanie świadomości w ciągu kilku minut.

Przed ukończeniem 18 roku życia u około 15-20% dzieci i młodzieży przynajmniej jeden raz występuje omdlenie. W wielu przypadkach powtarzają się one wielokrotnie i są jedną z częstszych przyczyn zgłaszania się do lekarza.

Najczęstsze przyczyny omdleń u dzieci i młodzieży

1. Zmiany w układzie krążenia

A. Przyczyny pozasercowe (zaburzenia autoregulacji, oporu i pojemności łożyska naczyniowego)

- omdlenia wazowagalne/hipotonia ortostatyczna
- nieprawidłowy powrót żylny (spadek powrotu żylnego, hipowolemia)
- choroby powodujące zamknięcie naczyń mózgowych

B. Przyczyny sercowe

- kardiomiopatie
- wrodzone wady serca po leczeniu kardiokirurgicznym
- wrodzone wady serca i zmiany powodujące utrudnienie odpływu z jam serca (np. Stenoza

aortalna, stenoza płucna, kardiomiopatia przerostowa ze zwężeniem drogi odpływu lewej komory, śluzak przedsionka) nie leczone chirurgicznie

- nadciśnienie płucne, zator tętnicy płucnej
- tamponada serca
- niedokrwienie mięśnia sercowego (choroba Kawasaki, anomalie tętnic wieńcowych, zawał serca)
- zapalenie mięśnia sercowego
- dysplazja arytmogenna prawej komory
- zaburzenia rytmu serca (z patologią lub bez patologii serca), bradyarytmie (dysfunkcja węzła zatokowego, bloki serca), tachyarytmie (napadowe o prawidłowych i szerokich zespołach QRS, trzepotanie/migotanie komór lub/i przedsionków również w przebiegu zespołu wydłużonego QT i zespołu WPW)
- 2. Zaburzenia metaboliczne/endokrynologiczne
- hipoglikemia, hipoksja, polidypsja, poliuria
- niedoczynność nadnerczy
- zespół hiperwentylacji
- 3. Zaburzenia neuropsychiczne
- padaczka
- guz mózgu
- migrena
- histeria/symulacja
- 4. Toksyczne
- polekowe
- narkotyki
- alkohol

Omdlenia wazowagalne (OW)

Omdlenia wazowagalne mogą być sprovokowane:

1. Sytuacją stresową czy silnym bólem – typ centralny.

GABINET KARDIOLOGICZNY

Paweł Świgoń

specjalista chorób wewnętrznych, kardiolog

Radom, ul. Chrobrego 54

zapisy: 501 286 071

godz. przyjęć: wtorek 15.30-17.00

Gabinet Pediatryczny

WIZYTY DOMOWE

lek. med. **Marta Nazimek**

Specjalista chorób dziecięcych
diabetolog

tel. 696 50 15 15



PRYWATNA PORADNIA
KARDIOLOGICZNA

dr n. med.

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

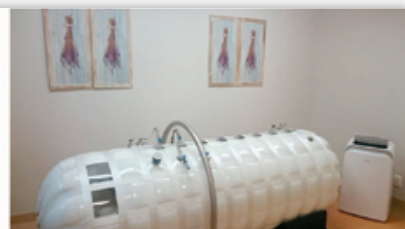
THYMOS

tel. 793 765 042

www.komorahiperbaryczna.radom.pl

ZALETY ZABIEGÓW W KOMORZE HIPERBARYCZNEJ:

- dotleniają mózg i inne tkanki
- spowalniają starzenie
- przyspieszają regenerację, poprawiają sen
- redukują stany zapalne i stres
- zmniejszają obciążenia wirusowe, grzybicze i bakteriologiczne



2. Długotrwałym stanem w bezruchu – typ obwodowy (występuje znacznie częściej).

Omdlenia wazowagalne występują nagle, zwykle w pozycji pionowej, częściej w pomieszczeniach zatłoczonych, o słabej wentylacji. U większości dzieci bezpośrednio przed występującymi objawami prodromalne: zawroty głowy, mroczki przed oczami, zaburzenia widzenia, nudności, zblednięcie, nadmierna potliwość, uczucie gorąca, osłabienie.

W czasie omdleń wazowagalnych u 50-80% dzieci stwierdza się zwolnienie czynności serca, obniżenie systemowego oporu naczyniowego i tętniczego ciśnienia krwi – typ mieszany. W 12-35% przypadków obniża się istotnie systemowy opór naczyniowy i ciśnienie tętnicze krwi – typ wazodepresyjny. U około 4-20% dzieci omdlenia wazowagalne występują w wyniku istotnego zwolnienia się lub zatrzymania czynności serca, bez zmian w oporze naczyniowym i ciśnieniu krwi – typ kardiodepresyjny.

Postępowanie z dziećmi, u których występują omdlenia wazowagalne, musi być indywidualizowane i niestety nie zawsze jest skuteczne. W przypadkach OW należy zalecać unikanie sytuacji powodujących OW, a zwłaszcza długotrwałego stania w bezruchu. Istotne znaczenie zapobiegawcze mają też regularne posiłki, zwiększona podaż płynów oraz soli.

Diagnostyka omdleń

1. Szczegółowe zebranie wywiadu (obciążenia genetyczne, nagłe zgony).
2. Badanie przedmiotowe.
3. Nieinwazyjne badania diagnostyczne układu krążenia (badanie echokardiograficzne, RTG klatki piersiowej).
4. Zapis EKG.
5. 24-godzinny zapis EKG.
6. Test pochyleniowy lub próba ortostatyczna.
7. Badania elektrofizjologiczne.

kardiolog dziecięcy, pediatra
Iwona Kędzior Biedrzycka



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

Krzysztof Baryłka

spec. chirurg dziecięcy

tel. prywatny 609 182 337

PORADY W ZAKRESIE:

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

czynne
wtorek
16³⁰-18³⁰

rejestracja 48 386 90 60

Radom, ul. Osiedlowa 9

W Przychodni Medjana

pon. od 18.15, tel. 510 098 225



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

chirurgia ogólna i naczyniowa,
USG, dopler naczyń kończyn dolnych

Przychodnia Zamłynie ul. Klonowica 10/12
przyjmuje w środy 15.00-17.00
tel. 48 331 06 18

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

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





Twoja klinika
zdrowych włosów

mgr Marta Nurczyńska
TRYCHOLOG MEDYCZNY

Radom, ul. Czachowskiego 15A
+48 603 125 122
www.trichomedical.pl
trichomedical.mn@gmail.com

IMEDISNATUROPATIA

NATUROPATIA, BIOTERAPIE,
HOMEOPATIA REZONANSOWA,
PASOŻYTY, GRZYBY, BAKTERIE, WIRUSY
testy alergiczne, pokarmowe, lekowe
na urzędzeniu IMEDIS EXPERT

PIOTR JANAS, tel. 504328838, www.testvolla.eu

Radom
Pawilony Rosa
ul. Witolda 7
(przy Biedronce)
tel. 692 551 561



**suplementy,
odżywki,
inne produkty
apteczne,
eko-żywność**

Czas na spotkanie – zdrowe odchudzanie



Otyłość ze względu na narastające rozpowszechnienie stanowi ważny problem społeczny. Nadmierny przyrost masy ciała dotyczy nie tylko dorosłych, ale także dzieci i młodzieży. World Health Organization (WHO) podaje, że problem nadwagi dotyczy około 1.4 miliarda dorosłych na świecie. Wśród tych osób otyłych jest ponad 300 milionów kobiet i 200 milionów mężczyzn. Główną przyczyną tego problemu są zmiany stylu życia, zmniejszenie aktywności fizycznej oraz zmiana nawyków żywieniowych polegająca na konsumpcji produktów wysokokalorycznych.

Otyłość jest zjawiskiem niekorzystnym, ponieważ przyczynia się do zwiększenia chorobowości i śmiertelności. Badania epidemiologiczne dowiodły, że wraz ze wzrostem wskaźnika BMI (body mass index), służącego do oceny nadwagi i otyłości, wzrasta ryzyko zgonów. Związane jest to przede wszystkim ze wzrostem częstości chorób sercowo-naczyniowych wśród pacjentów otyłych.

Do powikłań związanych z otyłością m.in. należą: nieprawidłowa glikemia na czczo, nieprawidłowa tolerancja glukozy, cukrzyca typu 2, hipercholesterolemia, nadciśnienie tętnicze, choroba wieńcowa, niealkoholowe stłuszczenie wątroby, niepłodność żeńska, obturacyjny

bezdech senny, choroba zwyrodnieniowa stawów, depresja.

Podstawą leczenia otyłości jest zmiana stylu życia, a przede wszystkim zwiększenie aktywności fizycznej i zmiana nawyków żywieniowych. Redukcja masy ciała przynosi istotne korzyści zdrowotne, poprawę wskaźników metabolicznych takich jak zaburzenia lipidowe, zaburzenia gospodarki węglowodanowej. W wyniku obniżenia masy ciała o 10 kg zmniejsza się stężenie cholesterolu całkowitego o 10%, cholesterolu LDL o 15%, trójglicerydów o 30%, obniża się stężenie glukozy o 30-50%, i ciśnienie krwi o 10-20 mmHg. Jest to związane także ze spadkiem ryzyka rozwoju cukrzycy o 50%, zgonów zależnych od cukrzycy o 30-40%, zgonów zależnych od nowotworów o 40-50%.

W leczeniu ważne jest uzyskanie ujemnego bilansu energetycznego poprzez zastosowanie diety niskokalorycznej, zawierającej najczęściej 1000-1800 kcal. Zaleca się ograniczenie spożycia tłuszczów, zwłaszcza zwierzęcych i produktów zawierających węglowodany proste (cukier, słodycze, napoje słodzone) oraz zwiększenie spożycia warzyw. Optymalnie pacjent powinien tracić na wadze od 2-4 kg miesięcznie, ale nie mniej niż 0,5 kg i nie więcej niż 1 kg tygodniowo. Ważne jest aby dieta była urozmaicona, co wiąże się z odpowiednim spożyciem witamin i składników mineralnych.

Zaleceniom dietetycznym powinien towarzyszyć wysiłek fizyczny co najmniej 3 razy w tygodniu przez minimum 30 minut w postaci marszu, pływania bądź jazdy na rowerze.

Ważną przyczyną rozwoju otyłości są zaburzenia emocjonalne. Istotną rolę w leczeniu odgrywa w tych przypadkach psychoterapia i terapia behawioralna opierająca się na pracy nad negatywnymi nawykami, które pacjent wykształcił w codziennym życiu.

Z uwagi na liczne problemy, z którymi borykają się pacjenci z nadwagą i otyłością, powinni być oni objęci szerokospecjalistyczną opieką medyczną.

Wszystkich zainteresowanych tematem powikłań otyłości, zmiany stylu życia i sposobach pomocy serdecznie zapraszamy na **BEZPŁATNE SPOTKANIE** ze specjalistami: endokrynologiem, internistą, nefrologiem, hipertensjologiem, psychologiem i dietetykiem klinicznym w dniu **22. kwietnia 2017r. o godz. 9.00** w **hotelu Nihil Novi** w Radomiu ul. Rynek 3. Propozycje diet i możliwość degustacji potraw Fit.

serdecznie zapraszamy
Grupa Lekarzy **endomed**



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
- mezoterapia igłowa – biorewitalizacja, odmłodzenie skóry,
- leczenie łysienia, wzmocnienie włosów
- leczenie zmarszczek mimicznych twarzy – BOTOX
- leczenie nadpotliwości – BOTOX
- kwas hialuronowy – korekcja bruzd, zmarszczek, modelowanie ust, modelowanie policzków
- niid PDO – lifting bez operacji
- lipoliza iniekcyjna – usuwanie nadmiaru tkanki tłuszczowej
- bezpłatne konsultacje
- osocze bogatopłytkowe



Cześć
Mam na imię Eryk.



Jestem podopiecznym Fundacji Pomocy Osobom Niepełnosprawnym **ŚLONECZKO**. Jeśli chcesz mi pomóc podaruj 1% podatku. Dla Ciebie to tak niewiele, dla mnie szansa na lepszy rozwój. Z góry serdecznie dziękuję.

w formularz PIT wpisz numer: **KRS 0000186434**, cel szczegółowy: **269/D Eryk Dąbrowski**

Darowizny proszę kierować na konto:

Fundacja Pomocy Osobom Niepełnosprawnym „Słoneczko”, 77-400 Złotów, Stawnice 33A

Nr konta: **89 8944 0003 0000 2088 2000 0010** Tytułem: **269/D-Eryk Dąbrowski-darowizna**

+ PODSTAWOWA OPIEKA ZDROWOTNA NFZ

lek. Anna Frydryk • spec. chorób wewnętrznych, diabetolog
 lek. Ewa Modrzewska-Lesisz • spec. chorób wewnętrznych, endokrynolog
 dr n. med. Violetta Wilk • spec. chorób wewnętrznych, endokrynolog
 dr n. med. Karolina Furman-Kuklińska • spec. chorób wewnętrznych, nefrolog
 lek. Anna Malinowska • spec. chorób wewnętrznych, hipertensjolog
 lek. Ewa Molenda • spec. chorób wewnętrznych,
 lek. Roman Horbacz • spec. chorób wewnętrznych, nefrolog
 lek. Grzegorz Walczyński • spec. pediatra
 lek. Monika Ociesa • spec. pediatra
 lek. Paulina Kozińska • pediatra
 lek. Iwona Kędzior-Biedrzycka • pediatra, kardiolog
 lek. Stanisława Szczęśniak-Mazur • pediatra
 lek. Wiesława Szymańska • pediatra
 lek. Katarzyna Zowczak • pediatra

GABINET ZABIEGOWY - EKG

PUNKT SZCZEPIEŃ

LABORATORIUM ANALITYCZNE

+ PORADNIE SPECJALISTYCZNE

NFZ Gastroenterologiczna • lek. Janusz Romanowski, lek. Marek Stankiewicz,
 lek. Ewa Tylec-Osóbka, lek. Jacek Sobaszek, lek. Jacek Kuta
NFZ Gastroenterologiczna dla dzieci • lek. Lesław Syczewski
NFZ Onkologiczna • dr n. med. Robert Wiraszka, dr n. med. Milena Szacht, lek. Jacek Jodłowski
NFZ Proktologiczna • lek. Jacek Sobaszek, lek. Sebastian Grudziński
Chirurgiczna / naczyniowa • lek. Jacek Sobaszek, lek. Artur Żuchowski, lek. Bolesław Sprawka
Chirurgiczna dla dzieci • lek. Ewa Elertowska
Diabetologiczna • lek. Anna Frydryk
Endokrynologiczna • dr n. med. Violetta Wilk, lek. Krzysztof Bocheński, lek. Ewa Modrzewska-Lesisz
Hepatologiczna • dr n. med. Grzegorz Stolarek
Kardiologiczna • lek. Anna Malinowska
Nefrologiczna • dr n. med. Karolina Furman-Kuklińska, lek. Roman Horbacz
Neurologiczna • lek. Elżbieta Przepiórka
Neurochirurgiczna • lek. Krzysztof Zakrzewski
Ortopedyczna • lek. Tomasz Romaniuk
Pulmonologiczna • lek. Mariusz Korzeniowski
Urologiczna • lek. Radosław Molga, lek. Antoni Nierubca
Zdrowia Psychicznego • lek. 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, przeziemiączkowe, tarczycy, piersi, BIOPSJE

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

USG - ortopedyczne / preluksacyjne lek. Tomasz Romaniuk

USG doppler szyi lek. Iwona Jasiuk

USG doppler kończyn dolnych lek. Bolesław Sprawka, lek. Artur Żuchowski

+ ENDOSKOPIA

NFZ gastroscopia, 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

CMP

POL-ASSISTANCE

PZU

MEDICOVER

POLMED

Medica

polmedic

+

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

Odwaga w życiu codziennym



Magdalena Mroczek

Wszyscy jesteśmy ludźmi, wszyscy jesteśmy raz silniejsi, raz słabsi i zastanawiamy się, jak to się dzieje. Dlaczego, gdy wstajemy dzisiaj jest dobrze, a jak wstawaliśmy wczoraj – to mieliśmy same czarne myśli. Dlaczego jeden dzień jest jaśniejszy w naszych oczach, drugi ciemniejszy – mimo, że jest dzień a nie noc? Czy to kwestia pogody, czy nas samych?

Dobrze przeżyty dzień to wtedy, gdy odpoczywaliśmy na kanapie z pilotem w ręku czy jak byliśmy zarzuceni pracą i nie było widać jej końca?

Jak to jest w naszym życiu i dlaczego tak różnie odbieramy codzienność. Odpowiedzi jest jak zwykle wiele i w sumie można powiedzieć, że każda jest dobra, tylko w zależności od człowieka i od określonej sytuacji naszego aktualnego życia.

Co nas łączy?

... to dobre pytanie i pierwszą odpowiedzią jest to, że abyśmy mieli wiarę w siebie i w swojej możliwości, potrzebna jest nam odwaga w codziennych, nawet najmniejszych zadaniach. Powiem lepiej – odwaga potrzebna jest nam w myślach, bo przecież myśl tworzy czyn!

Odwaga – dobre słowo, brzmi pozytywnie i gdy go już wypowiadamy, to czujemy się lepiej, wznioślej i po prostu odważniej. Jeśli zaś mamy odwagę w sobie – to drzwi do naszego życia są szeroko otwarte na znane i nieznanne wydarzenia, są otwarte na nowe znajomości i przyjaźnie, są otwarte na nowe sytuacje. Brzmi to trochę niepokojąco? Tak, otwórzmy się na nowe sytuacje i nowe problemy i nie bójmy się użyć tego słowa. Problemy życiowe są po to, by je rozwiązywać. Jak możemy rozwiązywać nasze życiowe problemy, jak nie będziemy mieli odwagi? Nie rozwiążemy swoich problemów jeśli nie wyjdziemy odważnie, z odsłoniętą przyłbicą i z uśmiechem na twarzy.

Do czego jest nam potrzebna odwaga? Potrzebna jest nam ona wtedy, gdy powinniśmy zrobić badania i iść do lekarza, bo już od dłuższego czasu mamy różne dolegliwości, przeżyliśmy już pół internetu i uważamy, że mamy

przynajmniej 2 lub nawet 3 choroby. Symptomy są przecież tak bardzo podobne.

Podziel się historia z mojego życia, gdy na masażu koleżanka mi zasugerowała, że przecież te niektóre pieprzyki można po prostu usunąć. Nie jestem osobą, która biega od lekarza do lekarza, a wręcz powiem, że ciężko mi się wybrać. Widocznie coś w tej rozmowie mnie zaintrygowało, że poszłam do dermatologa w sprawie pieprzyków, które może bym usunęła. Na wizycie pani doktor kazała mi się rozebrać, ku mojemu zdziwieniu, i obejrzała dokładnie całe moje ciało. I teraz jest najciekawsze: na widok pieprzyka nad kolanem (którego w ogóle nie brałam pod uwagę) powiedziała: to mi się nie podoba, proszę to wyciąć i wysłać wycinek do badania jak najszybciej, najlepiej jutro. Działo się to we wrześniu 2013 roku. I co się okazało – że to czerniak. Czy wiedziałam wtedy co to jest czerniak – wyjątkowo złośliwy rak skóry?

Tak, wiedziałam. A co wiem dzisiaj, po prawie 4 latach?

Najważniejsze jest by nie dać się rakowi i nie ulec panice. Strach był wielki, ale dzięki moim najbliższym i grupie lekarzy z naszego Radomia, jak widać – ŻYJĘ I BARDZO CHWAŁĘ SOBIE SWOJE ŻYCIE. Czy teraz wiem, że według informacji z Internetu mogłam żyć maksymalnie do 1,5 roku a tu ciekawostka – minęło 3,5 roku i cieszę się dobrym zdrowiem. Jak dzisiaj mogę podsumować to moje doświadczenie z czerniakiem? Odwaga to podstawa i dzięki niej i jasno postawionym moim celom życiowym jestem tu i teraz i mogę dzielić się moimi doświadczeniami. Pozdrawiam wszystkich, szczególnie tych, którzy mają przed sobą trudną i wyboistą drogę!

Szczególnie podziękować chciałabym moim radomskim lekarzom: Pani Marzenie Wiosna-Michałek i Panu Jackowi Jodłowskiemu! dziękuję bardzo!

rehabilitacja w domu pacjenta

CHROBREGO

NZOZ
Elżbieta Stachura

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

wypożyczanie sprzętu medycznego:

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

Radom, ul. Chrobrego 54, lokal 6

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

Gabinet rehabilitacji leczniczej

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

NFZ i odpłatnie

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

moja recepcja
Magdalena Mroczek
mobile: +48 510 098 510
e-mail: magdalena@mojarecepcja.com.pl
join Us! www.mojarecepcja.com.pl

APTEKA SŁONECZNA

poniedziałek - piątek 8.00 - 19.00
sobota 8.00 - 14.00

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

Krępujcy temat - urologia

Już od miesiąca w gabinecie MÓJ LEKARZ RADOM, konsultacji urologicznych w każdą środę, udziela prof. zw. dr n. med. Igal Mor, dyrektor Szpitala Mazovia w Warszawie.

Problemy urologiczne dotyczą zarówno dzieci, kobiet jak i mężczyzn. Dla wielu z nas jest to dość krępujący i wstydliwy temat.

Nietrzymanie moczu, osłabienie strumienia moczu, częstomocz, wydłużenie czasu oddawania moczu, nagła potrzeba oddania moczu, zaburzenia erekcji, ból okolicy lędźwiowej, osłabienie kończyn dolnych to tylko jedne z występujących objawów, których pojawienie się, powinno nam dać wyraźny sygnał, że należy natychmiast skonsultować się z urologiem.

Sz szczególnie duża odpowiedzialność spoczywa na rodzicach. Nasi miliusińscy, nie mają świadomości zagrożeń jakie niosą za sobą, choroby urologiczne. Czujność i przewrażliwienie w tym przypadku, jest wielką zaletą, gdyż choroba nie leczona u dzieci, powoduje nieodwracalne skutki, trudne do przewidzenia. Rodzice powinni obserwować swe dziecko. U chłopców sprawdzimy czy jądra są w mosznie, odprowadzimy napletek, ocenimy wygląd prącia. W przypadku dziewczynek zwrócimy uwagę na prawidłowość rozwoju zewnętrznych narządów płciowych. Często schorzenia urologiczne u dzieci mają podłoże wad wrodzonych. Nawracające zakażenie układu moczowego, nietrzymanie moczu u dzieci powyżej 5 roku życia, zaleganie moczu to konieczność wizyty u urologa.

Problemy urologiczne, nie omijają również kobiet. Mają one swoje dolegliwości. Głównym jest nietrzymanie moczu. To dość wstydliwy, jakże delikatny i krępujący temat. Wiele pań ma trudności z podjęciem decyzji gdzie się udać, a nawet czy się udać. Po serii kampanii uświadamiającej konieczność cyklicznego badania piersi, świadomość zagrożenia zaowocowała zwiększoną liczbą badań mammograficznych. Dlatego w przypadku schorzeń urologicznych, ta świadomość jest nadal bardzo niska, trudno powiedzieć. Należy tę sytuację natychmiast zmienić, poprzez docieranie do świadomości

społeczeństwa. Czujesz dyskomfort, masz wątpliwości, rozwieje je udając się do urologa. W gabinecie MÓJ LEKARZ RADOM, oprócz diagnostyki urologicznej, możesz poddać się specjalnym ćwiczeniom fizjoterapeutycznym.

Powiedzmy też kilka zdań na temat Panów. Panowie zacznijcie dbać o siebie równie często jak o Wasze samochody. Wymiana oleju w silniku raz do roku, to norma. Dlaczego po 50. roku życia normą nie jest badanie PSA i wizyta u urologa, chociaż raz na dwa lata, a po 60. roku życia raz w roku. Przecież Łagodny przerost prostaty BPH występuje u około 50% mężczyzn w wieku do 60 lat i 90% w wieku do 85 lat. Wczesne rozpoznanie takich chorób jak: zapalenie prostaty, rak gruczołu krokowego, zakażenie układu moczowego, nowotwory nerek, torbiele nerek, nowotwory pęcherza moczowego, nowotwory jąder, przy obecnym stanie wiedzy medycznej, dają bardzo dobre rokowania. Nie wstydźmy się zakażeń układu moczowego, chorób zewnętrznych narządów płciowych, zaburzeń hormonalnych, zaburzeń erekcji, i żyłaków powrózka nasiennego oraz nietrzymania moczu. Wasze dolegliwości mogą być przejściowe, to zależy tylko od Was.

Drogie Panie i Drodzy Panowie tylko profilaktyka może nas uchronić przed ciężkimi powikłaniami.

Zapraszamy MÓJ LEKARZ RADOM, ul. Skrajna 113 Radom, tel. 694 88 00 44



Rehabilitacja
w Centrum Radomia
ul. Kelles-Krauz 32
tel. 48 360 11 44

Zabiegi fizykalne

Elektroterapia
Magnetoterapia
Laseroterapia - skaner
Laseroterapia - punktowa
Krioterapia
Ultradźwięki
Światłoterapia
Masaż wirowy
Parafango
Aquavibron
Fala uderzeniowa

Zabiegi kinezyterapeutyczne

Ćwiczenia:
bierne
czynne wolne
czynne w odciążeniu
izometryczne
relaksacyjne
samowspomagane
indywidualne
wg koncepcji PNF
Terapia manualna
Taping

Masaże
klasyczny
drenaż limfatyczny
pneumatyczny (BOA)

Mój Lekarz Radom.pl

PRYWATNE GABINETY LEKARSKIE

konsultacje radomskich lekarzy z zakresu
neurologii, kardiologii, chorób wewnętrznych, rehabilitacji (masaże lecznicze)
i badania diagnostyczne: EKG, HOLTER EKG oraz HOLTER CIŚNIENIOWY,
rehabilitacja po udarze, nietrzymanie moczu, prostata

prof. zw. dr n. med. **Igal Mor** - urolog
dr n. med. **Krzysztof Nadgrodkiewicz** - neurolog
lek. med. **Izabela Jagusztyn** - choroby wewnętrzne, wizyty domowe
lek. med. **Piotr Panin** - kardiolog
lek. med. **Tomasz Hernik** - neurolog
mgr **Agnieszka Sajór** - fizjoterapia, masaż, trener Nordic Walking
dyżur internistyczny pn-pt 18.00-20.00, sobota 8.00-20.00

Radom, ul. Skrajna 113 tel. 694 88 00 44
Wizyty: poniedziałek - sobota po uzgodnieniu telefonicznym
www.mojlekarzradom.pl



BARTOSZ
JANISZEWSKI

PSYCHOLOG
PSYCHODIETETYK
DORADCA ŻYWIENIOWY
TEL. 503 872 745

Terpiłowski
CENTRUM MEDYCZNE

Radom ul. Wernera 5 lok. 20
tel. 48 331 24 74, 600 028 583

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

Instruktaż dla kobiet po amputacji piersi



Zachorowalność i umieralność w Polsce na nowotwory złośliwe piersi jest bardzo wysoka i stanowi poważny problem wśród społeczeństwa. Główną metodą leczenia złośliwego raka piersi jest zabieg operacyjny polegający najczęściej na usunięciu gruczołu piersiowego wraz z węzłami chłonny dołu pachowego po stronie amputowanej piersi. Utrzymanie wysokiej jakości życia u kobiet po mastektomii w dużej mierze zależy od odpowiednio wcześnie wdrożonego procesu rehabilitacji. Bardzo istotne jest systematyczne wykonywanie ćwiczeń ruchowych i przestrzeganie zasad postępowania w czynnościach dnia codziennego ponieważ stanowi podstawę do osiągnięcia pełnej sprawności fizycznej i równowagi psychicznej.

Zalecenia postępowania

Kończyna górna po stronie amputowanej piersi powinna być objęta szczególną ochroną przed nadmiernym wysiłkiem i mechanicznymi urazami ze względu na ryzyko wystąpienia obrzęku limfatycznego. Usprawnianie nie powinno ograniczać się wyłącznie do ćwiczeń ruchowych. Musi ono zawierać specjalne postępowanie stanowiące, obok automasaż, ważny czynnik profilaktyki przeciwochrzłonkowej. Przedstawione poniżej zalecenia obowiązują nie tylko we wczesnym okresie pooperacyjnym, ale również należy się do nich dostosować przez całe życie.

1. Pozycja złożeniowa kończyny górnej po stronie operowanej powinna być uniesiona do góry najlepiej na klinie, ponieważ taka pozycja ułatwia swobodny odpływ chłonki.

2. W pracy i w domu unikać skaleczeń, przeciążeń, oparzeń i nadmiernego chłodu. Uważać na ugryzienia przez zwierzęta
3. Nie nosić ciężkich toreb z zakupami, nie nosić zegarka biżuterii na kończynach po stronie operowanej. Unikać noszenia torebki na ramieniu strony operowanej.
4. Unikać zbyt długiego prania ręcznego i zmywania. Przy szyciu używać naparstka.
5. Zaleca się dobór odzieży nie uciskającej. Biustonosz nie może wywierać ucisku na bark i klatkę piersiową.
6. Unikać długotrwałej pracy w pozycji z mocno zgiętym stawem łokciowym, zaleca się stosowanie w w/w pracy częstych przerw z unoszeniem w górę kończyny i jej wstrząsaniem. Nie wysilać nadmiernie organizmu.
7. Nie korzystać z sauny, nie opalać się, nie używać podrażniających i alergicznych kosmetyków.
8. Urozmaicać pożywienie – warzywa, świeże owoce, ograniczyć spożycie soli kuchennej.
9. W ciągu dnia wykonywać zalecane ćwiczenia i obowiązkowo automasaż.
10. W czasie jazdy metrem autobusem, pociągiem unikać trzymania się za uchwyty kończyną strony operowanej.
11. Przed snem ułożyć kończynę wysoko.
12. Nie mierzyć ciśnienia na kończynach, nie pobierać krwi z kończyny i wystrzegać się zastrzyków w okolicę kończyny strony operowanej.

Główną rolę odgrywają ćwiczenia mające na celu poprawę zakresu ruchomości w stawach kończyny, wzmocnienie siły mięśniowej oraz zapobieganie tworzeniu się obrzęku limfatycznego. Nie można również pominąć ćwiczeń oddechowych.

Ważne jest zaopatrzenie się w zewnętrzną protezę piersi już od ok. 2 tyg. od operacji oraz należy zadbać o stan psychiczny chorej pacjentki.

mgr fizjoterapii
Milena Figarska-Szmit
Reha-Complex



Kozienice
Oddział Rehabilitacji
Al. Sikorskiego 10
budynek Z

512 040 525

www.reha-complex.pl



Całodobowe pobyty rehabilitacyjne

Pobyty pielęgnacyjne, poszpitalne

oferta specjalna
tylko 2600 miesięcznie

Wypożyczalnia

sprzętu medycznego



502 729 548





dr. n. med. **ROBERT ROJEWSKI**
PROKTOLOGIA
CHIRURGIA OGÓLNA I ONKOLOGICZNA



- leczenie żylaków odbytu i kończyn dolnych najnowszą, mało inwazyjną metodą falami radiowymi (RFITT CELON)
- zabiegi operacyjne przepukliny pachwinowej metodą beznapięciową (z wszczepem siatki) krótkie skuteczne zabiegi szybki powrót do aktywności minimalne dolegliwości bólowe
- leczenie hemoroidów, szczelin odbytu, przetok odbytu, kłykcin i świądu odbytu
- usuwanie znamion skórnych, diagnostyka i leczenie zmian w piersi
- usuwanie wrastających paznokci
- ESPERAL (Disulfiram)
- klasyczne operacje żylaków kończyn, USG Doppler
- operacje stulejki
- konsultacje z zakresu proktologii, chirurgii ogólnej i onkologicznej

Radom ul. Bolesława Chrobrego 42 Rejestracja **poniedziałek - piątek 10.00-16.00**
 tel. 48 721 00 21 08, tel. prywatny 601928208

FIZJOEXPERT

ul. Zientarskiego 1a
 (za I Urzędem Starobowym)

telefon
606 499 981
www.fizjoexpert.pl

GABINET FIZJOTERAPII

- św. indywidualne metodą PNF
- masaż leczniczy, elektroterapia, laseroterapia,
- korekcja wad postawy, kinesiologia
- rehabilitacja: neurologiczna, ortopedyczna,
- **REHABILITACJA W DOMU PACJENTA**



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



Tomasz Paprocki
 Agencja
 Bezpieczeństwa
 Informacji
FUSION 24

1. Oferujemy opracowanie, wdrożenie dokumentacji oraz audyt i szkolenie w zakresie Ochrony Danych Osobowych w Placówkach Medycznych

2. Pełnienie Funkcji ABI-ego

tel. 735 008 215+16
biuro@abifusion24.pl
www.abifusion24.pl

S P Z O Z

Poradnia Medycyny Rodzinnej

Radom, ul. Żeromskiego 31
 tel. 533 444 207

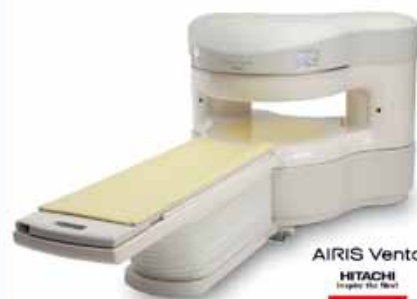
uprawniony do badań profilaktycznych
 Waldemar Przybyłowicz

BADANIA KIEROWCÓW

badania profilaktyczne i okresowe

wtorek 9.00-14.00
 czwartek 14.00-17.00

**GRUPA
MEDICAL**
 S N Z O Z



AIRIS Vento
 HITACHI
 Inżynieria dla Wszystkich

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 organizmie części metalowych np. implantów ortopedycznych, stomatologicznych, itp.



badanie „od ręki”



Centrum Medyczne FizjoMedica

**KOMPLEKSOWA
REHABILITACJA**



wizyty lekarskie • lekarz ortopeda • porady dietetyczne

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

- 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

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

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

Darmowa konsultacja fizjoterapeutyczna

Rehabilitacja domowa

Nowość! fala uderzeniowa

Leczenie uzależnień alkoholowych

ESPERAL, DISULFIRAM



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

EWA SZCZECIŃSKA

SPECJALISTA PSYCHIATRA

TEL. 609 182 292



Ilek. 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

GABINET PSYCHOTERAPII

mgr Dominika Skupińska-Fila
PSYCHOLOG
tel. 790 487 439

mgr Aleksandra Rajkowska-Szałas
PSYCHOLOG, PSYCHOTERAPEUTA
tel. 510 159 249

Poskrom swoje kompleksy



coach
Marzena Figura
tel. 502 460 037

Kompleksy to negatywne myśli na własny temat, co do których jesteśmy pewni, że są prawdziwe, ale nie umiemy powiedzieć skąd się one wzięły. Pewność, że są prawdziwe bierze się stąd, że innych nie mieliśmy, poza tym rosły wraz z nami, co sprawiło, że uważamy je za własne. Negatywne przekonania o sobie, zasiane w naszych umysłach i sercach bardzo dawno temu, przeniknęły tam ze środowiska, w którym się wychowywaliśmy. Do powstania takich przekonań nie potrzeba wiele. Wystarczy jakaś krytyka lub porównanie z innymi. Wystarczy zbyt wygórowane oczekiwania i nadmierne surowy styl wychowywania. Wystarczy krytyka przejawianych przez dziecko uczuć i emocji. Kompleksy mają bardzo duży wpływ na nasze poczucie własnej wartości, czyli na to, jak bardzo lubimy osobę, za którą się uważamy. To kompleksy są filtrem, przez który oglądamy świat i mają wpływ na nasze uczucia, zachowania, wartości, poglądy, jednym słowem – na naszą postawę w świecie.

Pierwotne i negatywne przekonania na swój temat ma każdy z nas. Jako dzieci nie jesteśmy w stanie obronić się przed nimi, ani przeciwstawić się im. To, co mówią nam najbliższe osoby, jest wszystkim, co wiemy, całym światem i jedyną prawdą, na jakiej możemy budować przekonanie o sobie, innych ludziach i świecie. Sytuacja zmienia się, gdy zaczynamy dorastać i gdy nasza psychika zaczyna funkcjonować samodzielnie. Na tym etapie wiedzę o sobie możemy już czerpać z wielu źródeł. Mamy już własne doświadczenia,

które pomagają w obiektywizacji obrazu własnej osoby. Kompleksy nie znikają, ponieważ dotarcie do pierwotnych przekonań, na których wyrosły, jest bardzo trudne. Czy więc można się z nimi uporać? Tak, jeśli się tego chce. Jako dorośli mamy wybór: możemy poddać się swoim kompleksom i stracić szansę na realizację naszych możliwości w różnych dziedzinach życia. Możemy też rozpoznać swoje kompleksy, przyjrzeć się im i stawić im czoło.

Pierwszym krokiem jest uświadomienie sobie, że krytyczny obraz siebie, jaki nosimy, może nie być prawdziwy. Musimy stanąć twarzą w twarz z własnymi kompleksami, nazwać je po imieniu i zrobić z nimi porządek. Chodzi o to, by „otworzyć szufladkę z kompleksami”, wysypać z niej wszystko, posegregować i poukładać na nowo. Z pewnością uda się coś wyrzucić, gdy zobaczymy jak bezsensowne, niesprawiedliwe, uogólnione, krzywdzące, destrukcyjne i bezużyteczne są niektóre przekonania, którymi wzmacniamy i dokarmiamy swoje kompleksy.

Kolejny krok to przyjrzenie się każdemu z kompleksów z osobna. Musimy przeanalizować swoje niedoskonałości, mankamenty, braki i niedociągnięcia, a później zastanowić się dlaczego tak myślimy, co dowodzi, że tak jest i jak możemy to zmienić. Jednym z podstawowych błędów, jakie popełniamy jest wyolbrzymianie kompleksów w stosunku do atutów i osiągnięć. Jeśli zrównoważymy jedno z drugim, kompleksy tracą na sile, a ich wpływ na nasze życie się zmniejsza.

Krytyczne stwierdzenia na nasz temat mają największą siłę, gdy wypowiadamy je sami sobie, a właściwie nasz „głos wewnętrzny”. Pokonamy go, jeśli krytykę własnej osoby, włożymy w usta kogoś innego najlepiej kogoś, kogo nie lubimy, to znaczy wyobrazimy sobie, że słyszymy ją

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

z zewnątrz. Dzieje się tak dlatego, że to nasz wewnętrzny krytyk blokuje dojdzie do głosu korektywnych przekonań na własny temat. Podobnie jest z pozytywnymi stwierdzeniami na nasz temat. Mają one największą siłę, gdy słyszymy je z zewnątrz. Słuchajmy więc uważnie tego, co mówią do nas ludzie. Gromadźmy skrupulatnie pozytywne opinie innych na swój temat, zwracamy też wagę na każdą pochwałę, jaką usłyszymy. Nasze kompleksy przestaną być tak odczuwalne, jeśli zbudujemy nowy obraz samych nas. Możemy go zbudować w oparciu o pozytywne informacje na swój temat, otrzymywane od innych ludzi.

Zwróćmy też uwagę na to, jak reagujemy na komplementy, bo to kompleksy powodują, że czujemy się głupio i niezręcznie, gdy ktoś mówi o nas coś dobrego. Z reguły bardziej docierają do nas krytyczne uwagi innych, niż komplementy. Pamiętamy długo, że ktoś skrytykował to, co robimy, a natychmiast zapominamy o tym, że ktoś pochwalił nasz ciuch, fryzurę, makijaż czy sposób bycia.

Najwięcej kompleksów związanych jest z wyglądem zewnętrznym. Obecne czasy sprzyjają temu zjawisku, ponieważ przykładą się olbrzymią wagę do wizerunku. Szczupła i harmonijnie zbudowana sylwetka, piękna i młoda skóra mimo upływu lat, owalna twarz, niesamowite spojrzenie, piękne dłonie i stopy, wszystko to jest dziś ważnym kryterium oceniania ludzi. Nie ma nic złego w dbaniu o zdrowy i atrakcyjny wygląd. Problem zaczyna się wtedy, gdy skupiamy się, dążymy i marzymy o niemożliwym. O dążenia takie i marzenia nie trudno, jeśli czerpie się wzorce z kolorowych pism i ekranu. Patrząc na zdjęcia i reklamy łatwo zapominamy o tym, że pokazywani tam ludzie wyglądają tak, a nie inaczej, dzięki zaangażowaniu, profesjonalnym umiejętnościom i pracy sztabu specjalistów. Uroda to dar natury, tak jak talent i specjalne predyspozycje. Skoro słuchając Plácido Domingo nie marzymy o tym, by śpiewać tak jak on, a Krystian Zimerman nie wprawia nas w kompleksy swoją grą, nie powinniśmy martwić się i tym, że nie wyglądamy jak Naomi Campbell, Kate Moss i parę innych piękności. Możemy je podziwiać, ale utożsamianie się z nimi nie ma sensu. Lepiej zrobimy odkrywając własne talenty i skupiając się na nich.

Poskromienie kompleksów i wprowadzenie stałej zmiany zwykle nie udaje się od razu, prawdopodobnie będzie trzeba podejmować wysiłek wiele razy, konfrontując się z porażkami, ale nie tak nie wzmacnia poczucia własnej wartości, jak podnoszenie się po nich. Nie wszystkim udaje się to jednak samodzielnie, wówczas sesje coachingowe z pewnością będą pomocne.

 **NOVA-MEDIC**
MEDYCYNĄ DLA CIEBIE
Radom
ul. Żeromskiego 84c
tel. 48 66 012 34
kom. 696 522 822

dr n. med.
Elżbieta Kowal
specjalista neurolog

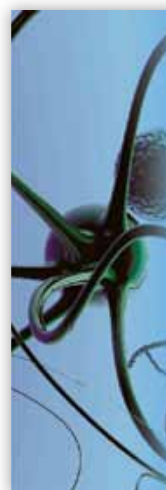
 **NOVA-MEDIC**
MEDYCYNĄ DLA CIEBIE

Radom, ul. Żeromskiego 84c
tel. 48 66 012 34, kom. 696 522 822

PRACOWNIA EMG
spec. neurolog **Henryk Jędrasek**
PRACOWNIA EEG
dr n. med. **Elżbieta Kowal**

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

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

 **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, gabinet 103 **NZOZ NOVOMED**
tel. 694 364 364
telefoniczna rejestracja pacjentów codziennie w godzinach 15-19

 **Coaching**
POLSKA
Marzena Figura coach
Radom, ul. Wierzbicka 26/44
tel. 502 460 037
biuro@coachingpolska.com.pl
www.coachingpolska.com.pl

Agnieszka Rogozińska
specjalista neurolog
przyjmuje w czwartki od 17.00
Radom,
ul. Bernardyńska 3A
tel. 48 386 95 00
511 511 234
 **CENTRUM BERNARDYŃSKA**

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

dietetyk **Nina Skalska**
odchudzanie dzieci i dorosłych,
diety w chorobach wewnętrznych
i metabolicznych

CENTRUM
BERNARDYŃSKA

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

Gwarancja sytości?

Posiłki na bazie roślin strączkowych, takich jak fasola i groch, są bardziej sytące niż dania oparte o wieprzowinę czy cielęcinę – uważają naukowcy z Uniwersytetu w Kopenhadze. Ich zdaniem dieta bogata w rośliny strączkowe może też pomagać w utracie wagi – informuje serwis Rynekaptek.pl.

Jak tłumaczą autorzy pracy, która ukazała się w piśmie „Food & Nutrition Research”, wiele współczesnych zaleceń dietetycznych zachęca do relatywnie wysokiego spożycia białka. Ma to pomagać w utracie zbędnych kilogramów, a także zapobiegać związanej z wiekiem utracie masy mięśniowej. Produkcja mięsa, czyli najpowszechniejszego źródła białka, jest dużym obciążeniem dla środowiska naturalnego. Z tego powodu dużo mówi się o wykorzystywaniu alternatywnych źródeł białka, jakimi są rośliny strączkowe.

Wiemy już więc, że groch i fasola są dobrymi źródłami białka. Natomiast nikt jeszcze nie zbadał, jak rośliny te radzą sobie w zaspokajaniu głodu człowieka, szczególnie na tle mięsa. Dlatego wciąż nie mamy jasnych dowodów na to, jak rośliny strączkowe wpływają na zapoczątkowanie procesu zbijania wagi i utrzymywanie jej na stałym poziomie – tłumaczą autorzy pracy.

Zespół prof. Anne Raben z Uniwersytetu w Kopenhadze postanowił to sprawdzić. Do udziału w badaniu zaprosił 43 młodych mężczyzn. Uczestnikom podano trzy różne posiłki, jednak bazę każdego z nich stanowiły paszteciki, które charakteryzowały się odpowiednio: wysoką zawartością białka pochodzącego z roślin strączkowych, wysoką zawartością białka pochodzącego z mięsa oraz niską zawartością białka. Okazało się, że posiłki bogate w białko roślinne (fasolę i groch) zwiększały uczucie sytości dużo silniej niż posiłki oparte na białku zwierzęcym (cielęcinie i wieprzowinie). Badanie wykazało również, że jedząc danie bogate w białko roślinne, uczestnicy spożywali średnio 12% mniej kalorii podczas kolejnego posiłku niż gdy jedli paszteciki mięsne.

źródło: Rynekaptek.pl

SKLEP MEDYCZNY stymat



REFUNDACJA NFZ APARATY SŁUCHOWE

- bezpłatne badanie słuchu

- pieluchomajtki
- sprzęt stomijny
- wózki inwalidzkie
- laski, kule, balkoniki
- peruki
- protezy piersi

bielizna

dla AMAZONEK 2017

- obuwie i wkładki ortopedyczne

- materace i poduszki przeciwdrażeniowe
- inhalatory
- ciśnieniomierze
- szeroki asortyment ortopedyczny i rehabilitacyjny

Radom, ul. Giserska 4
tel. 48 365 11 88
kom. 728 658 491

www.stymat.pl
www.sklep.stymat.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



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 podoskopię!
- 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



**SEKSUOLOG
RADOM**

GABINET TERAPEUTYCZNY

- Profilaktyka i terapia różnego rodzaju zaburzeń w sferze seksualności oraz zdrowia psychicznego.
- Terapia partnerska. Terapia po zdradzie.
- Konsultacje indywidualne oraz dla par.
- Warsztaty oraz szkolenia związane z tematyką seksualności człowieka.

Elżbieta Garlacz-Janicka

SEKSUOLOG
www.seksuologradom.pl

Radom
ul. Żeromskiego 119 lok. 70
tel. 696 035 179
kontakt@seksuologradom.pl

ONEL-MED

Niepubliczny
Zakład Opieki Zdrowotnej

26-600 Radom, ul. Mireckiego 10
tel./faks (48) 360 22 22
info@nelmed.radom.pl
www.nelmed.radom.pl

Usługi w oparciu o kontrakt z NFZ

lekarz rodzinny, alergologia,
ginekologia i położnictwo,
reumatologia, otolaryngologia,
neurologia, USG Doppler

Usługi komercyjne

ginekologia, chirurgia naczyniowa,
proktologia, chirurgia ogólna,
psychologia, dietetyka, USG 3D
ortopedia, USG Doppler,
skleroterapia, zaszywanie tabletek,
USG: jamy brzusznej, piersi,
tarczycy, węzłów chłonnych



IMPLANT DENTIST HEALTHCARE SERVICES

STOMATOLOGIA NA NAJWYŻSZYM POZIOMIE



choroby
stawu
skroniowo-
żuchwowego.



dr Grzegorz Romaszekiewicz

Specjalista chirurgii stomatologicznej i chirurgii szczękowej.

- rekonstrukcja kości i dziąsła wyrostka zębodołowego
- pokrywanie recesji dziąsłowych
- implantologia, paradontologia, protetyka

dr Błażej Szczerbaniewicz

Do 2001 roku nauczyciel akademicki Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Zakładzie Protetyki, autor publikacji naukowych, tłumacz literatury medycznej, konsultant i wykładowca Kwintesencji, Hager Polonia, itd. Organizator kursów doszkalających dla lekarzy, w latach 2012, 2013 Prezydent elekt European Academy of Craniomandibular Disorders. Od roku 2014 przewodniczący sekcji bólu Jamy ustnej i Twarzy - Polskiego Towarzystwa Bólu.

- dysfunkcje stawów skroniowo-żuchwowych /ssz/
- zaburzenia krążka stawowego, trzaski i przeskaknięcia w ssz
- bruksizm i zaciskanie zębów, bóle mięśniowo-powięziowe
- przebudowa zgryzu, szyny relaksacyjne i pozycjonujące
- diagnostyka różnicowa, leczenie interdyscyplinarne bólów twarzy

dr n. med. Michał Bartczak

Specjalista ortodontji. Do 2008 roku nauczyciel akademicki na Łódzkim Uniwersytecie Medycznym. Autor publikacji naukowych. Specjalizuje się w przebudowie zgryzu u pacjentów z dolegliwościami stawu skroniowo-żuchwowego oraz trudnych przypadkach ortodontycznych wymagających leczenia zespołowego. Przygotowanie pacjentów do zabiegów ortognatycznych.

dr Agnieszka Romanik - 10 lat praktyki w leczeniu pod mikroskopem

dr Ewelina Jakubowska Tkaczyk - endodoncja, zachowawcza

dr Natalia Pięta - skaling, piaskowanie, wybielanie zębów

mgr Anna Kowalczyk - fizjoterapeuta, dyplomowana asystentka stomatologiczna

Patrycja Kruk - dyplomowana higienistka stomatologiczna, dyplomowany technik dentystyczny

IMPLANT DENTIST Klinika Stomatologiczna
26-600 Radom, ul. Zakręt 6
(obok Aldi, ul. Kościuszki / 1905 Roku)

e-mail: gabinet@implant-dentist.pl
www.implant-dentist.pl
tel: 607 576 849



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

SZWEDENTAL

Gabinet Dentystyczno-Protetyczny



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

Radom, ul. Traugutta 6

tel. 48 362 49 22

www.szwedental.pl



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 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

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

MEDYCYNĄ PRACY

badania wstępne i okresowe

lek. chorób wewnętrznych, specj. medycyny pracy

Anna Pytel

PRYWATNE POGOTOWIE

STOMATOLOGICZNE

w soboty, niedziele i święta w godz. 8.00-18.00



lek. stom. Bożena Domańska

wtorek 8.00-12.00

środa, piątek 14.00-18.00

lek. stom. Anna Domańska

poniedziałek, wtorek, czwartek

14.00-19.00

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

Medap NZOZ

Anna Środulska

ul. Struga 50 paw. 9 Radom

tel. 48 36 00 200

www.medap.radom.pl

NOWOCZESNA

STOMATOLOGIA I PROTETYKA

ORTODONCJA • CHIRURGIA

leczenie pod mikroskopem

ozonoterapia • laser • radiowizjografia

MASAŻ

luxdent

lek. stom. **Dariusz Szydło**

tel. 48 360 64 36

kom. 695 72 64 22

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

PTDental
CENTRUM MEDYCZNE

Piasek & Terpilowska

- Nowoczesna stomatologia dzieci i dorosłych
- Leczenie kanałowe pod mikroskopem
- Estetyczne rozwiązania protetyczne
- Ortodoncja
- Konsultacje chirurga onkologa
- Endermologia
- Gabinet kosmetyczny

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

tel. 48 363 33 60, kom. 535 993 093

www.ptdental.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

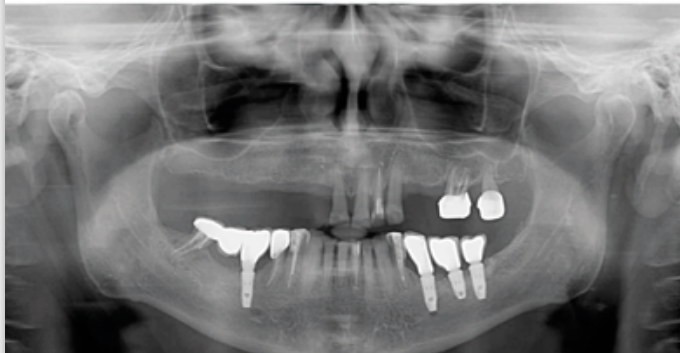
tel. 537 914 632

www.stomatologiakaniewscy.pl



HELIOS PRACOWNIA RADIOLOGICZNA

Uprzejmi informujemy, że z dniem 20.01.2017 doszło do wydzielenia Pracowni Radiologicznej HELIOS z kliniki Implant Dentist. Gabinety lekarskie pozostały na II piętrze. Pracownia Radiologiczna Helios mieści się na parterze, z osobnym wejściem z zewnątrz budynku. Jest to jednostka w pełni samodzielna, z osobną poczekalnią, rejestracją, WC i gabinetami radiologicznymi. Serdecznie zapraszamy do korzystania z naszych usług.



Radiowizjografia	40 PLN
Pantomogram	60 PLN
Zdjęcia stawów skroniowo-żuchwowych	60 PLN
Tomografia do endodoncji 5x5 cm	110 PLN
Tomografia szczęki lub żuchwy 10 x 5 cm	130 PLN
Tomografia szczęki i żuchwy 10 x 10 cm	200 PLN
Tomografia stawów skroniowo-żuchwowych	100 PLN
Tomografia zatok przynosowych	120 PLN
Tomografia ucha środkowego	120 PLN

HELIOS - Pracownia radiologiczna
26-600 Radom, ul. Zakręt 6
(obok Aldi, ul. Kościuszki / 1905 Roku)

e-mail: radiologia@helios-tomografia.pl
www.helios-tomografia.pl
tel: 609 70 70 73

Bezdech senny

Na zespół bezdechu sennego, groźne zaburzenie oddychania podczas snu, cierpi 1,5 mln Polaków, ale diagnozę postawioną ma najwyżej promil z nich – zauważają eksperci, o czym donosi serwis Zdrowie.dziennik.pl.

Według prof. Zbigniewa Gacionga z Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego istotną przyczyną tak niskiego odsetka osób z rozpoznaniem bezdechem sennym w Polsce jest ograniczony dostęp do diagnostyki tego schorzenia. Badaniem, które może potwierdzić występowanie zespołu bezdechu sennego i dać podstawę do jego leczenia jest polisomnografia. *Jest to procedura trudno dostępna, kosztowna, wymagająca sprzętu i nadzoru nad pacjentem. W Warszawie kolejki do badań polisomnograficznych sięgają ponad rok – zaznacza prof. Gaciong. Jak ocenia, poprawę w dostępie do diagnostyki bezdechu sennego można by uzyskać dzięki zastosowaniu prostszej i ponad dwukrotnie tańszej metody – badania poligraficznego, które od niedawna może być wykonywane przez pacjenta w warunkach domowych.*

Prof. Gaciong przypomina, że o bezdechu sennym mówi się zazwyczaj w kontekście chrapania. – *I rzeczywiście, nie ma bezdechu sennego bez chrapania, ale nie każda osoba, która chrapie jest dotknięta bezdechem sennym* – podkreśla specjalista. Nieleczony bezdech senny zwiększa znacznie ryzyko występowania takich poważnych schorzeń, jak choroba wieńcowa serca, nadciśnienie tętnicze, które trudno leczyć, groźne dla życia arytmie, udar mózgu, cukrzyca.

źródło: Zdrowie.dziennik.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

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, dentysty, urzędów,
banków, sądów, na wybory

udzielamy
15% zniżki
w programie
Radomska
Karta Seniora

Radom, ul. Żeromskiego 94

www.deltamed.com.pl

Smog dusi i kosztuje

Do Komisji Europejskiej zostanie skierowana skarga na Polskę z powodu wieloletnich zaniedbań dotyczących zanieczyszczenia powietrza szkodliwym i rakotwórczym benzo(a)pirenem – informuje rozgłośnia RMF.FM, na którą powołuje się Rynekapteki.pl.

Skargę przygotowała Fundacja ClientEarth Prawnicy dla Ziemi i Stowarzyszenie Miasto Jest Nasze, która uważa, że Polska przez wiele lat zaniedbywała i przerzucała się odpowiedzialnością przez samorządy i administrację centralną w kwestii zanieczyszczenia powietrza szkodliwym i rakotwórczym benzo(a)pirenem. Jak czytamy na stronie ruchu społecznego Polski Alarm Smogowy (PAS), w Polsce stężenie rakotwórczego benzo(a)pirenu jest najwyższe w Europie. Dane z ostatniego raportu Głównej Inspekcji Ochrony Środowiska wskazują, że norma dla stężenia tej substancji została przekroczona we wszystkich strefach monitoringu powietrza w kraju. „Niejednokrotnie są to wielokrotnie przekroczenia, sięgające 1000% normy” – pisze PAS.

Pozew ws. smogu będzie kolejnym dotyczącym Polski. Przed Trybunałem Sprawiedliwości już jest pozew Komisji Europejskiej dotyczący pyłów PM10. Polsce grożą m.in. kary finansowe.

źródło: Rmf24.pl / Rynekapteki.pl



Nasi specjaliści:

lek. spec. Radosław Molga
urolog

lek. med. Robert Kozieł
spec. chirurgii ogólnej

dr hab. n. med. prof. UTH Zbigniew Banaczek
spec. położnik-ginekolog, onkolog

lek. Małgorzata Achremczyk
położnik-ginekolog

lek. spec. Krzysztof Batycki
radiolog

lek. Anna Petelska
radiolog

lek. spec. Małgorzata Sikora
dermatolog

Specjalistyczny Gabinet USG
USG Doppler USG Wielonarządowe
Dysponujemy Najnowocześniejszym Ultrasonografem
Ginekologia i Położnictwo USG 5D,4D,3D z HD Live

Szkola rodzenia
prowadzona przez położną Urszulę Wabik

Radom
ul. Chłodna 26
tel. 502 166 165
www.chlodnamed.pl

Barbara Węgrzycka
specjalista chorób płuc
pulmonolog

Przyjmuje
w pon. od 16.00
soboty od 8.00

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

CENTRUM
BERNARDYŃSKA

ginekolog położnik
Małgorzata Hejnar-Szczerbińska

Radom, ul. Szewska 5
tel. 602 288 359

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



**Najnowsza technologia
w diagnostyce i wspomaganiu
leczenia XXI wieku**

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

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

zapisy na badanie pod numerem telefonu
tel. 506 183 797
www.facebook.com/diacom.solatiumnatural



badania prenatalne
USG
lekarze z certyfikatami FMF
testy podwójne
(aparatury KRYPTOR MEDICA testy NIFTY)

Radom, ul. Żeromskiego 64
tel. 48 364 22 66, 48 363 30 42
www.ginmed.com

Nie bądź zmarszczonym jabłkiem



Obecnie do najpopularniejszych zabiegów estetycznych należy zdecydowanie zaliczyć peeling chemiczny, botox, kwas hialuronowy w formie wypełniacza oraz mezoterapię igłową. Są one jednak mocno inwazyjne, często bolesne a na ich efekty musimy czekać. Jednym z nowych trendów zabiegowych, mało inwazyjnych, a poprawiających równie efektywnie kondycję skóry bez bolesnych nakłuć, jest Skinfaktor by Dermia Solution. To innowacyjny system stymulacji, który łączy procedury zabiegowe z odpowiednią pielęgnacją domową.

Celem zabiegu jest poprawa napięcia, elastyczności i gęstości skóry oraz spłycenie lub likwidacja zmarszczek na twarzy, w okolicach oczu, szyi, dekolcie i dłoniach, a także profilaktyka ich powstawania. Skóra odzyskuje swoją młodzieńczą witalność. Staje się wyraźnie gładsza, bardziej elastyczna i nawilżona. Efekty pojawiają się szybko i utrzymują zadziwiająco długo... Już 4 godziny po zabiegu możemy wykonać makijaż i zaprezentować pięknie wyglądającą twarz.

Zabieg ten jest absolutnie bezpieczny, naturalny i biokompatybilny z ludzkim ciałem, bez ryzyka nietolerancji, alergii, czy innych reakcji autoimmunologicznych. Jest to metoda bezpieczna właściwie dla każdego, również dla alergików, którzy mają największą skłonność do wszelkich reakcji uczuleniowych.

Na czym polega metoda?

Podczas zabiegu Mikro Aktywacji M za pomocą naszego urządzenia wykonujemy ok. 800 tys. uderzeń mikroigieł/min., które nie przebijają skóry, ale bezkruwawo perforują naskórek poprawiając jego przepuszczalność o 80% aż do skóry właściwej. Dzięki tej technologii możemy podać duże ilości kwasu hialuronowego (o bardzo drobnej cząsteczce) i peptydów. Naskórek regeneruje się w pełni po kilku dniach, również w pielęgnacji domowej. Efekty są więcej, niż zadowalające i utrzymują się do miesiąca czasu.

Z powodzeniem możemy korzystać z tego zabiegu również przy cerach problematycznych takich jak: cera naczyniowa, wrażliwa, ekstremalnie przesuszona, trądzikowa z trądzikiem różowatym włącznie (do II stopnia).

Na jakie okolice?

Zabieg obejmuje dekolt, twarz, szyję oraz okolice oka na górnej i dolnej powiece.

Komu polecamy zabieg?

Zabiegi z wykorzystaniem Mediliftu przeznaczone są do stosowania zarówno w profilaktyce starzenia, jak i leczeniu objawów, dlatego też zaleca się go wszystkim osobom. Zarówno kobiety jak i mężczyźni, którzy chcą przeciwdziałać oznakom starzenia skóry, zachowując jednocześnie naturalny i zdrowy wygląd. Można polecić tę metodę również osobom borykającym się z problemami skórnymi typu: przebarwienia, trądzik, rozszerzone pory na twarzy oraz blizny potrądzikowe.

Z zabiegu chętnie korzystają osoby, które narzekają na wiotką, suchą, zmęczoną lub pozbawioną blasku cerę, których skóra wymaga przywrócenia napięcia i elastyczności lub gdy pojawiają się przebarwienia oraz zmarszczki.

Zalety zabiegu:

- Stymulacja skóry (fibroblastów) do samodzielnej produkcji kolagenu.

- Poprawa funkcjonowania układu krwionośnego i limfatycznego.
- Usunięcie bariery martwych komórek bez podrażnienia skóry, wysięku krwi i obrzęku.
- Ponadprzeciętna suplementacja skóry bez przerywania jej ciągłości.
- Sterylność zabiegu dzięki zastosowaniu jednorazowych głowic.
- Głęboki efekt odmłodzenia bez potrzeby znieczulania, poprawa elastyczności, napięcia i gęstości skóry.
- Wygładzenie i zmniejszenie linii zmarszczek, jak i na całej powierzchni skóry: dekolt, szyja, twarz, piersi.
- Stymulacja mikroigłami mięśnia okrężnego oka włącznie z powieką oraz mięśnia okrężnego ust.
- Wypełnienie blizn po trądziku.
- Rozjaśnienie przebarwień, znaczna poprawa kolorytu cery, dzięki powstawaniu nowych naczyń krwionośnych odżywiających skórę.

Aby przekonać się o ich rewelacyjnych efektach, zapraszamy do Studio Urody „IDALIA” w Radomiu ul. Sienkiewicza 26/1.

Rezerwacja wizyt pod numerem telefonu (48) 384 75 55 lub 606 471 648.

serdecznie zapraszam
Iwona Tyczyńska-Woźniak



Idalia

STUDIO URODY

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

GABINET KOSMETYCZNO-PODOLOGICZNY

PEDICURE LECZNICZY

DOBÓR ORTEZ I ODCIĄŻEŃ STÓP

SKUTECZNA KOREKTA WRASTAJĄCYCH PAZNOKCI

PROFILAKTYKA STOPY CUKRZYCOWEJ



Zbigniew Kupis

SPEC. CHIRURG OGÓLNY,
SPEC. CHIRURG NACZYNIOWY,
ANGIOLOG
Konsultacje
pn i pt od 12.00

www.angiomedicus.pl

CENTRUM FLEBOLOGII I LASEROTERAPII

Nowoczesne metody leczenia chorób naczyń

CHIRURGIA NACZYNIOWA

- laserowe usuwanie żylaków (metodą ELVeS)
- laserowe zabiegi proktologiczne
- endożylnie usuwanie żył
- przezskórne usuwanie pajęczek i telangiektazji
- leczenie przewlekłych owrzodzeń kończyn dolnych
- operacje klasyczne żylaków (NFZ)
- USG Color Doppler

MEDYCYNĄ ESTETYCZNĄ

- liposukcja laserowa
- modelowanie sylwetki ciała z użyciem własnej tkanki tłuszczowej
- osocze bogatopłytkowe
- botox
- kwas hialuronowy
- laserowe usuwanie zmian skórnych

Sawoy Medicus Radom, ul. Główna 11 lok. 16, Rejestracja pn-pt: tel. 722 341 247, 48 370 38 84

Aloes i jego właściwości



mgr Adela Markiewicz
Centrum Dietetyczne
Natur House

Aloes jest niepozornie wyglądającą rośliną, często rosnącą w naszych domach. Jednak nie wszyscy posiadacze aloesu wiedzą jaki hołdują skarb. Zielone liście były znane i wykorzystywane już wiele wieków temu. Lecznicze właściwości posiada około 20 gatunków, wśród których znajduje się odmiana hodowana na parapetach. Aby nasz „domowy lekarz” w pełni posiadał swoje właściwości potrzeba trzech-czterech lat wegetacji.



Dowodem na wyjątkowość aloesu jest fakt, że w niewielkiej ilości suchej masy miąższu z liści (4%, resztę stanowi woda) znajduje się ogrom pozytywnie działających składników.

Wśród nich możemy znaleźć te powszechnie znane, bez których organizm nie może prawidłowo funkcjonować. Niezbędne białko, aminokwasy, węglowodany, witaminy czy minerały to tylko niektóre z bogactw aloesu.

Na uwagę zasługują substancje mniej znane, dzięki którym aloes ma tak pozytywne działanie. Jedne z nich to **polisacharydy**. Wzmacniają system immunologiczny, dzięki czemu jesteśmy

bardziej odporni na infekcje. Przyspiesza gojenie się ran, a układ pokarmowy funkcjonuje prawidłowo. **Polifenole** i enzymy to substancje mające działanie oczyszczające organizm z toksyn, podobnie jak witaminy A i E, które także znajdują się w aloesie. Na wyróżnienie zasługują **sterole**. To właśnie nim aloes zawdzięcza działanie antynowotworowe oraz przeciwbólowe.

Szerokie właściwości aloesu można wykorzystać w leczeniu wielu dolegliwości. Układ pokarmowy jest chroniony przez działanie pozytywnych bakterii, sok z aloesu promuje ich wzrost i działa jak probiotyk na florę jelitową, wspomaga także leczenie choroby Leśniowskiego-Crohna.

Miąsz z aloesu ma udowodnione działanie zmniejszające insulinooporność, szczególnie jest to ważne w przypadku osób chorych na cukrzycę.

Gdy doskwierają nam problemy skórne takie jak: otarcia, trądzik, oparzenia, hemoroidy, ukąszenia, rany czy żylaki, dobrym sposobem na złagodzenie objawów będzie posmarowanie zmienionego miejsca sokiem z aloesu, czy podanie preparatu zawierającego wyciąg z jego liści.

U osób zmagających się z nadmierną masą ciała aloes wspomaga proces odchudzania. Dzięki właściwościom oczyszczającym, pomoże w eliminacji zbędnych substancji. Ma także działanie moczopędne, dzięki któremu pozwala pozbyć się nadmiaru wody metabolicznej zgromadzonej w organizmie.

Można śmiało powiedzieć, że aloes działa praktycznie na wszystko. Wspomaga pracę większości układów w ciele człowieka, łagodzi dolegliwości chorobowe, a także odżywia i oczyszcza organizm. Warto więc znaleźć dla niego miejsce na domowym parapecie, a póki nie osiągnie swojego magicznego wieku zastosować preparaty z aloesem, na przykład w postaci syropu.



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

NATUR HOUSE

Eksperti w reedukacji żywieniowej



Specjaliści dietetycy pomogą Wam:

- Wprowadzić zasady zdrowego odżywiania
- Schudnąć, przytyć, utrzymać aktualną masę ciała
- Utrwalić rezultaty diety bez efektu jo-jo
- Wprowadzić indywidualną dietę wraz z naturalną suplementacją
- Przeprowadzić prelekcje w szkołach i miejscach pracy

LEKARZ ORTOPEDA Tomasz Szynkarczuk

- 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



leczenie osteoporozy
badanie gęstości tkanki kostnej

Jan Sekuła

specjalista chirurgii urazowo-ortopedycznej

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

Centrum Dietetyczne
Naturhouse
Radom, ul. Chrobrego 42
tel. 668 669 114
48 364 40 48

Centrum Dietetyczne
Naturhouse
Radom, ul. Niedziałkowskiego 19/21
tel. 731 100 215
48 360 65 84

produkt dostępny
w najlepszych aptekach

KOLAGEN DO PICIA 1 fiołka dziennie

Jędrna skóra
Zdrowe stawy
Mocne kości



www.artivit.com.pl

Alkohol a rak

Badania przeprowadzone przez grupę uczonych z dwóch uniwersytetów – University of Victoria i Curtin University – dowodzą, że istnieją mocne dowody na to, iż alkohol spożywany w niewielkich dawkach może prowadzić do powstania nowotworu – donosi Zdrowie.dziennik.pl.

Badacze przekonują, że u panów, którzy pijają od 2 do 3 jednostek alkoholu dziennie (co w przeliczeniu oznacza 1-2 piwa, 2 lampki wina bądź 2 kieliszki wódki), ryzyko zachorowania na raka prostaty wzrasta o 23% w porównaniu do tych mężczyzn, którzy w ogóle nie sięgają po napoje wysokokowe. *Spożycie alkoholu powinno być uwzględniane w globalnych prognozach dotyczących zachorowania na raka* – nie ma wątpliwości dr Tim Stockwell, współautor badań, w komentarzu udzielonym brytyjskiemu dziennikowi „Daily Star”.

Australijscy naukowcy nie podają, czy ta „męska” zależność odnosi się również w jakiś sposób do kobiet. Pracują co prawda nad znalezieniem powiązań między dawkami wypijanego alkoholu a ryzykiem występowania nowotworu piersi u kobiet, jednak jeszcze nie upublicznili wyników swoich badań na ten temat.

źródło: Zdrowie.dziennik.pl



DOM OPIEKI POD ŻŁOTYM DĘBEM

DLA OSÓB W PODESZŁYM WIEKU I OSÓB NIESAMODZIELNYCH



Radom, ul. Biała 2
tel. (48) 385 86 21
biuro@zlotydab.radom.pl
www.zlotydab.radom.pl

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

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

DOM OFERUJE RÓWNIEŻ
PIELĘGNACYJNE POBYTY
POSZPITALNE.

*Wieloletnie
doświadczenie w opiece*

Laboratorium LAB-MEDIC
mgr Lena Krajewska
mikrobiologia-wymazy, hormony
Radom, ul. Żeromskiego 92
tel. 48 362 12 25
czynne od 7.00 do 18.00
w soboty od 8.00 do 9.00

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. 20B

Waldemar Nazimek
specjalista chorób oczu

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

dr n. med. **Bogusław Szponar**

specjalista chorób oczu

tel. 602 762 323

OPTYK
GRABOWSCY



Balotti

SPRAWDŹ PROMOCJE!
ODWIEDŹ NASZE SALONY

- **Galeria Feniks** (Piotr i Paweł)
Al. Grzeczmarowskiego 29/31 lok. 112
tel. 48 382-06-32
- **Salon** (vis a vis Uniwersytetu)
ul. Chrobrego 42a, tel. 794-042-500

GF FERRE

SOLANO

Baldinini

Ray-Ban



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

od poniedziałku
do piątku 10-18
sobota 10-14

www.likowska.pl

NOWY GABINET
PRZENIESIONY Z UL. WITOLDA 2

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

Szczepionka przeciwnowotworowa

Przełomowe odkrycie naukowców z Uniwersytetu Warszawskiego. Pomyślnie wypadły pierwsze badania kliniczne szczepionki przeciwnowotworowej – informuje portal TvN24.pl.

Preparat przeszedł pomyślnie pierwszą fazę badań klinicznych i przeznaczony jest do leczenia czerniaka, jednego z najgroźniejszych nowotworów skóry. „Badania kolejnej fazy nad tym środkiem mogą się zakończyć za 2-3 lata. Sukces ten sprawił, że naszym wynalazkiem zainteresowały się firmy farmaceutyczne, które również chcą go wykorzystać do nowych leków przeciwnowotworowych. W przyszłości dzięki naszemu osiągnięciu może powstać kilka nowej generacji

leków” – poinformował prof. Jacek Jemielity z Uniwersytetu Warszawskiego.

Dyrektor Uniwersyteckiego Ośrodka Transferu Technologii dr Robert Dwiliński wyjaśnił, że wynalazek opracowany przez naukowców z Uniwersytetu Warszawskiego polega na tym, że zmodyfikowano mRNA (rodzaj kwasu rybonukleinowego RNA, którego funkcją jest przenoszenie informacji genetycznej), które można wykorzystać do terapii genowej. Osiągnięcie to można porównać do wynalezienia radu, który najpierw nie miał praktycznego zastosowania, a potem zapoczątkował wykorzystanie promieniotwórczości w medycynie – podkreślił dr Dwiliński.

źródło: TvN24.pl

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



Ewa Krupa
specjalista chorób oczu

po, śr, cz, pt
od 15.00

GABINET OKULISTYCZNY

Radom, Żeromskiego 62
(w bramie po prawej stronie)
zapisy tel. 606 68 94 50

likowski@vp.pl
www.likowski.eu

OPTYK

OPTYK

Likowski

GABINET OKULISTYCZNY

czynny codziennie
przyjmuje specjalista chorób oczu

ZAKŁAD OPTYCZNY

Radom, ul. Witolda 2, tel. 48 36 00 852

ortopedia

medycyna sportowa

rehabilitacja



**CHIRURGIA OGÓLNA
CHIRURGIA NACZYNIOWA
CHIRURGIA I UROLOGIA DZIECIĘCA
CHOROBY PIERSI
DERMATOLOGIA
KARDIOLOGIA
MEDYCYNĄ SPORTOWĄ
NEUROLOGIA
ORTOPEDIA
OTOLARYNGOLOGIA
PSYCHIATRIA
PSYCHOLOGIA
PULMONOLOGIA
RADIOLOGIA
UROLOGIA
REHABILITACJA
KINEZYTERAPIA
FIZYKOTERAPIA**

20% зниżki*
*20% зниżki na konsultacje
lekarza medycyny sportowej
dla klubów sportowych

Centrum Medyczne MEDJANA
Radom, ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)
tel. 48 363 33 73, 510 098 225
www.medjana.pl  **/CentrumMedyczneMedjana**

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

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

lek. specjalista neurolog
Ewa Dudzińska
przyjmuje w poniedziałki od 16.00 do 18.00

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

Zbigniew Piasta
specjalista ortopeda, traumatolog
przyjmuje od wtorku do piątku

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


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

specjalista psychiatra

Dorota Ostrach
przyjmuje w piątki od 15.30 do 19.00
możliwość wizyt domowych

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

specjalista neurolog

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

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

SPECJALISTA CHOROÓB DZIECIĘCYCH
Patrycja Ordyk-Rusek
KARDIOLOG DZIECIĘCY, EKG, UKG
przyjmuje we wtorki od 16.00, czwartki od 18.15

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

KARDIOLOG
Anna Bąk-Chojnacka
przyjmuje w piątki od 17.00

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-behawioralna

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

**GABINET
UROLOGICZNY**

Andrzej Alter
Leczenie chorób
układu moczowego
wtorki od 18.00 do 20.00


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



Nietrzymanie moczu

wstydlivy problem, który da się wyleczyć!

osłabienia czy uszkodzenia mięśni dna miednicy m.in. w czasie menopauzy, ciąży lub po porodzie.

Nieleczone nietrzymanie moczu może prowadzić do licznych powikłań takich jak: zapalenie układu moczowego, dróg rodnych czy chorób skóry krocza. W rezultacie powstaje nie tylko problem zdrowotny, ale także społeczny. Prowadzi on do ograniczenia aktywności zawodowej, zaburzeń emocjonalnych, unikania kontaktów seksualnych, czy izolacji społecznej. Dlatego też nie należy bagatelizować tego problemu.

Jak się leczy tę przypadłość?

Problem ten można leczyć nieinwazyjną metodą laserową, która przywraca napięcie i sprężystość mięśni dna miednicy oraz górnej ściany pochwy. W tym celu stosuje się laser, którego fototermiczne działanie powoduje namnażanie włókien kolagenowych i śluzówki oraz sprzyja obkurczaniu tkanek. Metoda ta prowadzi do wzmocnienia ścian pochwy oraz całego obszaru ujścia cewki moczowej, tym samym przywracając jej prawidłową funkcjonalność.

Na czym polega zabieg?

Przed rozpoczęciem zabiegu przedsionek, wejście i kanał pochwy zostają oczyszczone i zdezynfekowane, a następnie do wnętrza wprowadza się wziernik laserowy. Umożliwia on naświetlanie ściany pochwy, a energia laserowa stopniowo odkładana jest wzdłuż jej kanału oddziałując na tkanki błony śluzowej. Następnie aplikowana jest na przedsionek i wejście do pochwy. Zabieg trwa około 30 minut. Jest bezbolesny, całkowicie bezpieczny i nie wymaga znieczulenia. Tego samego dnia można udać się do domu.

Jakie są zalecenia po zabiegu?

Po zabiegu możliwe jest pojawienie się wydzieliny surowiczej, dlatego też zaleca się stosowanie wkładek higienicznych. Należy również zachować wstrzemięźliwość seksualną przez okres 1 miesiąca po zabiegu. W większości przypadków

wystarczy wykonanie tylko jednego zabiegu. W razie potrzeby zabieg można powtórzyć po miesiącu.

Po jakim czasie można spodziewać się efektów?

Efekty pojawiają się stopniowo, jednak już po miesiącu zauważalne są pierwsze rezultaty. Młode mamy z pewnością będą cieszyć się efektem przez lata, gdzie w połączeniu z regularnymi ćwiczeniami mięśni Kegla (mięśni dna miednicy mniejszej) terapia laserowa nie spowoduje nawrotu problemu.

Jakie są przeciwwskazania do wykonania zabiegu?

Infekcje pochwy wykluczają możliwość wykonania zabiegu. Dopiero po wyleczeniu tych przypadłości możliwe jest zastosowanie laserowej terapii.

Metodę laserową stosuje się również przy zabiegach rewitalizacji i odmładzania pochwy i sromu. Polecana jest szczególnie kobietom, które odczuwają wyraźny spadek napięcia pochwy i jej rozluźnienie spowodowane licznymi porodami, urazami okołoporodowymi, okresem menopauzy, wrodzonymi zmianami tkanki łącznej, zmianami związanymi z procesem starzenia się oraz obniżeniem poziomu żeńskich hormonów.

Zabiegi te wykonywane są w **Polmedic** w Radomiu, przy ul. Domagalskiego 7 przez **lek. med. Zdzisława Dubnickiego** – specjalistę ginekologii i położnictwa, lekarza medycyny estetycznej, członka Polskiego Towarzystwa Medycyny Estetycznej i Anti-Aging.

Zapisy już trwają – więcej informacji pod numerem telefonu:

Infolinia T: 48 386 90 60

polmedic

Powszechne jest przekonanie, iż nietrzymanie moczu to nieodłączny objaw starzenia się i dotyczy wyłącznie osób starszych. Nic bardziej mylnego. Z problemem tym boryka się w Polsce od 3 do 5 mln kobiet, z czego 30% stanowią panie po 30 r.ż, zaś 60% to grupa pacjentek po pięćdziesiątce. Z pomocą nadchodzi najnowsze osiągnięcie medycyny – laserowe fototermiczne leczenie nietrzymania moczu.

Czym jest wysiłkowe nietrzymanie moczu?

To niezależne od naszej woli oddawanie moczu spowodowane gwałtownym wzrostem ciśnienia w jamie brzusznej w momencie np. śmieiania się, kichania, kaszlu czy podnoszenia ciężkich rzeczy. Mimowolna mikcja może nastąpić także w chwili wstawania z pozycji leżącej, chodzenia, a nawet podczas snu.

Bezpośrednią przyczyną wysiłkowego nietrzymania moczu jest osłabienie zwieracza cewki moczowej, czyli mięśnia, który zaciska cewkę uniemożliwiając wypływ moczu z pęcherza. Niewydolność zwieracza pojawia się w wyniku

Z myślą o pięknie
i komforcie intymnym
kobiet!

ginekologia estetyczna

polmedic

609 800 008
www.polmedic.com.pl
www.facebook.com/Polmedic



www.cm-terpilowski.pl

CHIRURGIA NACZYNIOWA I FLEBOLOGIA lek. Tomasz Terpiłowski - specjalista chirurgii naczyniowej

MAŁOINWAZYJNE KOMPLEKSOWE LECZENIE ŻYLAKÓW

- laserowe operacje żylaków (zabiegi endożylne ELVeS) – nowoczesna alternatywa dla klasycznej operacji żylaków
- skleroterapia – nieoperacyjne zamykanie żylaków, żył siatkowatych
- laserowe przezskórne zamykanie pajęczków

LECZENIE CHOROÓB TĘTNIC

- kwalifikacja do zabiegów wewnątrznaczyniowych

USG DOPPLER TĘTNIC I ŻYL OBWODOWYCH

LASEROWE LECZENIE ŻYLAKÓW ODBYTU I PRZETOK OKOŁOODBYTNICZYCH

GINEKOLOGIA I POŁOŻNICTWO lek. Agnieszka Limanin - Certyfikat Fetal Medicine Foundation (FMF)

OPIEKA NAD PACJENTKAMI W CIĄŻY

- pełne badanie prenatalne (FMF)
- USG we wszystkich trymestrach ciąży

USG 3D/4D płodu

CHOROBY NARZĄDU RODNEGO DZIEWCZĄT I KOBIET

CYTOLOGIA KONWENCJONALNA I PŁYNNĄ

SZCZEPIENIA HPV – PROFILAKTYKA RAKA SZYJKI MACICY

INDYWIDUALNY DOBÓR ANTYKONCEPCJI

NEUROLOGIA

lek. Anna Niemiec – specjalista neurolog

ULTRASONOGRAFIA – Voluson S6 BT16 GE Healthcare

lek. Norbert Grel – specjalista radiolog

JAMA BRZUSZNA, TARCZYCA, WĘZŁY CHŁONNE, PIERSI, JĄDRA

USG DOPPLER TĘTNIC SZYJNYCH

ZABIEGI LASEREM NEODYMOWO-YAGOWYM (1064nm)

mgr piel. Iwona Sidor

- przezskórne zamykanie naczynek na nogach, twarzy i dekolcie
- ujędrnianie skóry, leczenie grzybicy paznokci
- epilacja ciemnych włosów – hirsutyzm, epilacja estetyczna

Radom ul. Wernera 5 lok. 20 (I piętro – winda w lewym skrzydle budynku)

Rejestracja pacjentów w godz. 11.00-17.00 tel. 600 028 583, 48 331 24 74

Radomskie Centrum Małych Zwierząt

Lek. wet. Natalia Kucharczyk • Lek. wet. Rafat Terpiłowski

Przychodnia Weterynaryjna dla psów, kotów, królików, gryzoni, gadów

ul. Chrobrego 46 lok. 2, tel. 48 389 50 01, kontakt@rcmz.pl, www.rcmz.pl
facebook.com/rcmzradom, pn-pt 8-22; so 9-16; nd 12-16

dyżur telefoniczny 24h • tel. 666 255 256

- profilaktyka i leczenie
- diagnostyka laboratoryjna
- USG (kolorowy doppler)
- dermatologia
- alergologia
- endokrynologia
- onkologia
- cytologia, biopsje
- chirurgia (znieczulenie wziewne)
- stomatologia
- laseroterapia
- konsultacje kardiologiczne
- wizyty domowe
- karmy i artykuły dla zwierząt

Podaruj sobie i swoim bliskim Zdrowie.

Szukasz pomysłu na prezent?

Potrzebujesz kompleksowej diagnostyki?



Karty Podarunkowe Vouchery Kwotowe

390 zł

Infolinia 48 386 90 60

Nasze placówki

Domagalskiego 7 | Osiedlowa 9 | Toruńska 1 | Okulickiego 74 i 76 | 1905 Roku 20