



Test ALEX (allergy explorer) Rewolucja we współczesnej diagnostyce alergii

str. 5

Leczenie zabiegowe żylaków oczami lekarza praktyka

str. 9

Wszyscy chcą twojego dobra. Nie daj go sobie zabrać!

str. 21

Skąd te obrzęki

str. 15

Fala uderzeniowa - skuteczna redukcja cellulitu

str. 13

Usuwanie żylaków metodą pary wodnej SVS

str. 30

Walcz o swoje ciało

str. 19

Rehabilitacja zaburzeń wieku rozwojowego dzieci i młodzieży w Polmedic

str. 25



Spis ogłoszeń

LEKARZE SPECJALIŚCI

ALERGOLOG

Gamed – str. 15
Krajewski Adam – str. 27
Łukasik Ewa • MEDICON – str. 3

ANGIOLOG

Kupis Zbigniew – str. 30

CHIRURG DZIECIĘCY

Baryłka Krzysztof – str. 28
Kowalczewski Wojciech – str. 29
Wypyski Andrzej – str. 29

CHIRURG NACZYNIOWY

Kupis Zbigniew – str. 30
Roszczyk Jadwiga • NEL-MED – str. 29
Rojewski Robert – str. 22
Terpiłowski Tomasz – str. 8
Wdowik Arkadiusz – str. 15

CHIRURG OGÓLNY

Koziół Robert – str. 10
Kupis Zbigniew – str. 30
Majchrzak Wojciech • PTdental – str. 14
Rojewski Robert – str. 22
Roszczyk Jadwiga • NEL-MED – str. 29
Szczęśniak Grzegorz • EUROMED – str. 18
Terpiłowski Tomasz – str. 8
Wieczorek Janusz • MEDJANA – str. 7
Wrzosek Grzegorz • ENDOCARD – str. 27
Wdowik Arkadiusz – str. 15

CHIRURG ONKOLOG

Banaczek Zbigniew – str. 10
Krajewska Danuta • MEDJANA – str. 7
Majchrzak Wojciech • PTdental – str. 14
Rojewski Robert – str. 22
Szczęśniak Grzegorz • EUROMED – str. 18

DERMATOLOG

Gamed – str. 15
Sikora Małgorzata – str. 10

DIABETOLOG

Jaśkiewicz Anna • EPMED – str. 13
Nazimek Marta – str. 10
Kempa Urszula – str. 18

ENDOKRYNOLOG

Gamed – str. 15
Kempa Urszula – str. 18

GASTROLOG

Drożdżikowski Wiesław – str. 15
Gamed – str. 15

GINEKOLOG

Achremczyk Małgorzata – str. 10
Banaczek Zbigniew – str. 10
Gamed – str. 15
Hejnar-Szczerbińska Małgorzata – str. 29
Kielski Piotr • EPMED – str. 13
Nita Zygmunt – str. 29
Szczęśniak-Sikora Dobrosława – str. 29

HIPERTENSJOLOG

Sorbiana Wioletta – str. 27

INTERNISTA

Borysowicz Urszula • P.M.R. – str. 18
Burski Jacek – str. 18
Gamed – str. 15
Przybyłowicz Waldemar • P.M.R. – str. 18

KARDIOLOG

Bąk-Chojnacka Anna – str. 7
Gamed – str. 15
Kędzior-Biedrzycka Iwona – str. 27
Ordyk-Rusek Patrycja – str. 7
Poterała Magdalena – str. 27
Świągół Paweł – str. 27
Wrzosek Bożena • ENDOCARD – str. 27

LARYNGOLOG

Gamed – str. 15
Kielska Ewa • EPMED – str. 13

MEDYCYNĄ ESTETYCZNA

Kupis Zbigniew – str. 30
Mieszkowski Mariusz – str. 24

MEDYCYNĄ PRACY, BADAŃ OKRESOWE

Gamed – str. 15
Przybyłowicz Waldemar • P.M.R. – str. 18

NEUROLOG

Borysowicz Andrzej – str. 23
Chochoł Paweł – str. 18
Chojnacka Marina – str. 23
Dudzińska Ewa – str. 7, 23
Frynas Katarzyna – str. 7
Gamed – str. 15
Jurkiewicz Grzegorz – str. 23
Kosowski Jarosław – str. 23
Miśta Jakub – str. 23
Nadgrodkiewicz Krzysztof – str. 23
Olczyk Ziemowit – str. 23
Rogozińska Agnieszka – str. 23

OKULISTA

Gamed – str. 15
Likowska Elżbieta – str. 24

Krupa Ewa – str. 24
Nazimek Waldemar – str. 24
Szponar Bogusław – str. 24

ORTOPEDA

Karaś Marek • MEDICON – str. 3
Kazubiński Hubert – str. 7
Kowal Roman – str. 20
Piasta Zbigniew • MEDJANA – str. 7
Sekuła Jan • SANUS – str. 28
Szyńkarczuk Tomasz – str. 29
Świerczek Mirosław • MEDJANA – str. 7
Wypyski Andrzej – str. 29

PEDIATRA

Gamed – str. 15
Kędzior-Biedrzycka Iwona – str. 27
Nazimek Marta – str. 10

PROKTOLOG

Rojewski Robert – str. 22

PRZYCHODNIE

Angiomedicus – str. 30
Centrum Bernardyńska – str. 3
ChłodnaMed – str. 10
EndoCard – str. 27
Endomed – str. 17
Epmad – str. 13
Euromed – str. 18
Gamed – str. 15
Medicon – str. 3
MedJana – str. 7
Mój Lekarz Radom – str. 18
Nel-Med – str. 13
Polmedic – str. 25, 32
Przychodnia Centrum – str. 28
Terpiłowski – str. 8

PULMONOLOG

Węgrzycka Barbara – str. 18

PSYCHIATRA

Gamed – str. 15
Gralak-Wdowik Izabela – str. 23
Karczewski Andrzej – str. 23
Ostrach Dorota – str. 7

RADIOLOGIA

Helios

STOMATOLOG

Aurumdent – str. 14
Dent Artis – str. 14
Gamed – str. 15
Implant dentist
Kaniewscy – str. 14
Luxdent – str. 14
M-dent – str. 14
Medap – str. 14
PT Dental – str. 14
Szwedental – str. 14

UROLOG

Alter Andrzej – str. 7
Baryłka Krzysztof – str. 28
Gamed – str. 15
Igal Mor – str. 18
Molga Radosław – str. 10

USŁUGI MEDYCZNE

ANALIZY MEDYCZNE

Laboratorium Bałdys – str. 31
Lab-Medic – str. 27
Medica – str. 4

BADAŃIA KIEROWCÓW

Gamed – str. 15
PMR – str. 18

DIETETYK

Fizjomedica – str. 12
Skalska Nina – str. 12

MASAŻ LECZNICZY

Chrobrego – str. 12
FizjoExpert – str. 12
Fizjomedica – str. 12
Reha-complex – str. 12
MedJana – str. 7

OPTYK

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

OPIEKA PIELEŃNIARSKA

Chrobrego – str. 12
Dom Pod Żółtym Dębem – str. 29
Pielęgniarska Praktyka Spec. – str. 10
Reha-complex – str. 12
Vic-Med – str. 12

OSRODKI OPIEKI DŁUGOTERMINOWEJ

Dom Pod Żółtym Dębem – str. 29
Chrobrego – str. 12
Vic-Med – str. 12

PROTETYKA STOMATOLOGICZNA

Lapro dentis – str. 14

PSYCHOLOG

Gamed – str. 15
Kołątaj Agnieszka – str. 7

REHABILITACJA

Chrobrego – str. 12
FizjoExpert – str. 12
Fizjomedica – str. 12
MedJana – str. 7
Reha-complex – str. 12
Vic-Med – str. 12

SKLEPY MEDYCZNE

Armed Ort – str. 11
Mikirad – str. 11
Medistar – str. 11
Multimed – str. 11
Reha-complex – str. 12
Stymat – str. 11

TRANSPORT MEDYCZNY

Delta Med

DIAGNOSTYKA MEDYCZNA

ANALIZY MEDYCZNE

Gamed – str. 15
Laboratorium Bałdys – str. 31
Medica – str. 4

BIOPSJE

Euromed – str. 18

BADANIE GĘSTOŚCI KOŚCI

Sanus – str. 28

DOPPLER

Kupis Zbigniew – str. 30
MedJana – str. 7
Rojewski Robert – str. 22
Roszczyk Jadwiga • NEL-MED – str. 29
Terpiłowski – str. 8

EMG/EEG

Jurkiewicz Grzegorz – str. 23

RENTGEN

Helios

REZONANS MAGNETYCZNY

Grupa Medical – str. 11
Polmedic – str. 32

TOMOGRAMIA KOMPUTEROWA

Endomed – str. 17
Helios
Panoramica
Polmedic – str. 32

USG

Centrum Medycyny Kobiet – str. 19
Drożdżikowski Wiesław – str. 15
Epmad – str. 13
Euromed – str. 18
Hejnar-Szczerbińska Małgorzata – str. 19
Medicon – str. 3
MedJana – str. 7
Rojewski Robert – str. 22

INNE

Diacom – str. 29
Neuropatia – str. 12
Przychodnia Weterynaryjna RCMZ – str. 8
Szkoła rodzenia – str. 10
Idalia – str. 19
Serwis sprzętu medycznego – str. 11

Gazeta promowana przez:

• hurtownię farmaceutyczną **PORFARM**

Mi-Mo wszystko.

Wydawca nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam i ogłoszeń.

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

OBŚLUGA KIENTA

533 251 968

@ medyk@gazetamedyk.pl

www.gazetamedyk.pl

Wszystkie artykuły zamieszczone w informatorze mają formę artykułów reklamowych.



MEDICON

PRZYCHODNIA & SZPITAL

Realizujemy bezpłatne usługi medyczne w ramach NFZ oraz komercyjnie

Radom, ul. Gagarina 1

od poniedziałku do piątku
od 7.00 do 18.00



Infolinia

48 367 15 10

790 602 603

Poradnie medycyny rodzinnej

48 366 81 51

Poradnie specjalistyczne

- **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. med. **Koncewicz Renata** – NEUROLOG DZIECIĘCY / NEUROLOG
- lek. spec. **Milanowska Dorota** – NEUROLOG
- lek. spec. **Sulecka-Mazurek Marzena** – NEUROLOG
- lek. spec. **Lipiec Monika** – KARDIOLOG
- lek. spec. **Molga-Zielińska Beata** – ENDOKRYNOLOG / HIPERTENSJOLOG / LECZENIE NADCIŚNIENIA TĘTNICZEGO
- lek. spec. **Bińkowski Bartłomiej** – KARDIOLOG / KWALIFIKACJA DO ZABIEGU ABLACJI ZABURZEŃ RYTMU SERCA
- lek. spec. **Radziejowska Wach Ewa** – PSYCHIATRA
- lek. spec. **Torz Joanna** – UROLOG

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 + MEDYCYNĄ PRACY + NEFROLOG
- + NEFROLOG DZIECIĘCY + NEUROCHIRURG + NEUROLOG + NEUROLOG DZIECIĘCY + ORTOPEDA I TRAUMATOLOG NARZĄDU RUCHU + OKULISTA MEDYCYNĄ PRACY + OTORYNOLARYNGOLOG + PEDIATRA
- + PSYCHIATRA I LECZENIE UZALEŻNIEŃ + PROKTOLOG + PSYCHOLOG + PULMONOLOG + REUMATOLOG
- + RADIOLOG + SEKSUOLOG + TERAPEUTA TERAPII MANUALNEJ + TRANSPLANTOLOG + UROLOG

BADANIA URODYNAMICZNE, ECHO SERCA, LABORATORIUM ANALITYCZNE, MEDYCYNĄ PRACY, HOLTER EKG, HOLTER RR, TEST WYSIŁKOWY, PRELUKSACJA (USG STAWU BIODROWEGO U DZIECI), USG, ZABIEGI

Radom, ul. Bernardyńska 3A

kom. **511 511 234**

tel. **48 386 95 00**

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

w godz. **8.00-20.00**

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



Test ALEX (allergy explorer)

Rewolucja we współczesnej diagnostyce alergii



Laboratorium MEDICA poszerzyło swoją ofertę o najbardziej innowacyjny ilościowy test diagnostyczny in vitro służący do oznaczania swoistych immunoglobulin E wobec 150 ekstraktów i ponad 100 molekuł alergenowych. Test ALEX oparty jest na zgłoszonej do opatentowania technologii nanocząsteczek, na których prezentowane są poszczególne alergeny tworząc makroskopową macierz. Analiza wyników testu jest wykonywana przy pomocy nowoczesnych technologii informatycznych przez wykwalifikowany personel.

Panel alergenów ALEX zawiera wszystkie istotne źródła uczulenia i pokrywa ponad 99% wszystkich rutynowych potrzeb diagnostycznych. Pozwala na ustalenie profilu uczuleniowego pacjenta oraz na precyzyjne dobranie składu alergenowego szczepionki w celu przeprowadzenia immunoterapii swoistej. Ponadto umożliwia indywidualną ocenę ryzyka wystąpienia objawów alergicznych oraz pozwala na rozróżnienie uczulenia pierwotnego od objawów wywołanych reakcją krzyżową. Może być wykonany w każdym wieku, od niemowląt do starszych osób.

Czym jest alergia?

Alergia jest nieprawidłową, immunologiczną, nadmierną reakcją organizmu skierowaną przeciwko niepatogennym czynnikom zewnętrznym. Badania prowadzone w ramach programu ECAP (Epidemiologia Chorób Alergicznych w Polsce) wykazały, że cechy alergii deklaruje ponad 40% Polaków.

Według zaleceń EAACI (European Academy of Allergology and Clinical Immunology) z 2001 roku wyróżniamy reakcje alergiczne:

- **IgE-zależne** (I typ reakcji według klasyfikacji Gella i Coombsa);
- **IgE-niezależne** (II-IV typ reakcji według klasyfikacji Gella i Coombsa oraz inne reakcje przebiegające z aktywacją mechanizmów immunologicznych).

Reakcje alergiczne zależne od immunoglobulin w klasie E (IgE), są to natychmiastowe reakcje nadwrażliwości. Po

ekspozycji na dany alergen, dochodzi to IgE-zależnego uwolnienia histaminy oraz innych mediatorów z komórek tucznych i bazofilów, co skutkuje objawami klinicznymi takimi jak astma, atopowe zapalenie spojówek, atopowe zapalenie skóry oraz objawy żołądkowo-jelitowe.

Na czym polega innowacyjność testu ALEX?

Oznaczenie IgE swoistych dla konkretnych alergenów stanowi podstawowe narzędzie w diagnostyce laboratoryjnej alergii IgE-zależnej.

Klasyczne metody diagnostyczne oparte są na naturalnych pełnych ekstraktach alergenowych otrzymanych z surowców takich jak pyłki roślin, orzeszki ziemne, jad pszczoły, hodowle roztoczy kurzu domowego, pleśni, itp. Każdy ekstrakt zawiera szereg białek (glikoprotein), ale tylko część z nich jest alergenami. Ekstrakty różnią się zawartością alergenów, co jest związane ze zmiennością źródła z których są pozyskiwane. Istotnym problemem związanym ze stosowaniem naturalnych ekstraktów jest brak możliwości rozróżnienia uczulenia pierwotnego od reakcji krzyżowej pomiędzy alergenami. Odróżnienie tych dwóch mechanizmów ma szczególnie znaczenie dla pacjentów uczulonych na wiele czynników oraz warunkuje sposób postępowania terapeutycznego (np. dobór odpowiedniego składu szczepionki alergenowej).

Test ALEX jest innowacyjnym testem umożliwiającym molekularną diagnostykę alergii (CRD - component resolved diagnostics). Podstawą opracowania tej metody było poznanie właściwości i budowy poszczególnych alergenów. Każdy alergen składa się z różnych białek tzw. molekuł alergenowych, które są zdolne do wywołania uczulenia. Każda molekula zawiera wiele epitopów, które można podzielić na:

- **epitopy specyficzne dla jednego gatunku** - odpowiedzialne za pierwotne uczulenie
- **epitopy o strukturze aminokwasowej identycznej do epitopów pochodzących z różnych gatunków** - odpowiedzialne za reakcje krzyżowe

Bardzo istotną właściwością alergenów jest stopień odporności na temperaturę i procesy trawienne. Alergeny stabilne (odporne na działanie temperatury i procesów trawiennych) mają zdolność silnego uczulenia i wywoływania groźnych dla życia objawów klinicznych. Natomiast alergeny tzw. labilne (o niskim stopniu wrażliwości na temperaturę i nie odporne na procesy trawienne) zwykle są lepiej tolerowane i wywołują łagodniejsze objawy.

Dzięki wykorzystaniu technik inżynierii genetycznej możliwe stało się wyprodukowanie alergenów rekombinowanych oraz uzyskiwanie wysoko oczyszczonych składników (molekuł) alergenowych. Test ALEX pozwala wykryć nie tylko rodzaj alergenu, ale również konkretne białko lub jego fragment, na które pacjent jest uczulony i określić indywidualny profil immunologiczny alergii.

Zalety testu ALEX

Możliwość odróżnienia uczulenia pierwotnego od reakcji krzyżowych.

Test ALEX daje możliwość odróżnienia pacjentów pierwotnie uczulonych na pyłki roślin reagujących krzyżowo na spożyte owoce i warzywa od pacjentów z występującą pierwotnie nadwrażliwością na owoce i warzywa. Ponadto pozwala wskazać, czy np. alergia na mleko krowie występuje wyłącznie po spożyciu świeżego i nieprzetworzonego termicznie mleka, czy dotyczy mleka w każdej postaci. Natomiast stwierdzenie u pacjenta alergii na owoalbuminę obecną w jajku kurzym, jest wskazaniem do wyeliminowania z diety surowego lub nieznacznie podgrzanego jajka, a także do zachowania szczególnej ostrożności podczas szczepień (w Polsce owoalbumina jest składnikiem wielu szczepionek, m.in. szczepionki przeciwko grypie).

Wielokierunkowa i precyzyjna diagnostyka alergii

Test ALEX umożliwia wielokierunkową diagnostykę alergii. Pozwala wykryć nie tylko rodzaj alergenu, ale również

precyzyjnie ustalić, które białka ze źródła alergenu są rzeczywistą przyczyną objawów alergicznych, a które w ogóle nie wpływają na stymulację układu immunologicznego pacjenta.

Oszacowanie ryzyka wystąpienia poszczególnych objawów chorobowych.

Zastosowanie tej innowacyjnej metody pozwala na oszacowanie ryzyka wystąpienia poszczególnych objawów chorobowych. Wykazano, że zdiagnozowanie uczulenia na kilka epitopów alergicznych jest silnie związane z wystąpieniem znacznie groźniejszych reakcji niż uczulenie tylko na jeden epitop.

Eliminacja reakcji krzyżowych z przeciwciałami anti-CCD

U ok. 25% pacjentów system immunologiczny produkuje przeciwciała anti-CCD IgE. Do ich produkcji dochodzi po kontakcie z alergenami zawierającymi wysoce immunogenne struktury węglowodanowe nazywane CCD (ang. cross-reactive carbohydrate determinants). Struktury CCD obecne są głównie na alergenach roślinnych (pyłek roślin, warzywa, owoce), ale ich powszechne występowanie stwierdza się także na alergenach jądów owadów błonkoskrzydłych, np.: jądzie pszczoły, osy czy roztoczech

kurzu domowego. Przeciwciała anti-CCD wykazują dużą reaktywność krzyżową, ze względu na podobieństwo struktur CCD pochodzących z różnych źródeł.

Obecność przeciwciał anti-CCD w surowicy pacjenta odpowiedzialna jest za trudności w interpretacji wyników pozytywnych w testach serologicznych. Mogą zawyżać wynik pozytywny u pacjentów z kliniczną alergią, a także mogą prowadzić do uzyskania wyników fałszywie pozytywnych. Warto zaznaczyć, że na obecny stan wiedzy medycznej przeciwciała anti-CCD nie są szkodliwe dla pacjenta i in vivo nie powodują żadnych dolegliwości.

Test ALEX zawiera inhibitor przeciwciał anti-CCD, co sprawia że nie są one zdolne do przyłączenia się do struktur CCD obecnych na alergenach. Eliminacja przeciwciał anti-CCD znacznie zmniejsza ryzyko uzyskania wyników fałszywie dodatnich.

Uzyskany wynik z testu ALEX jest cennym źródłem informacji dla lekarzy. Pozwala na spersonalizowaną diagnostykę pacjenta z objawami alergii. Ustalenie indywidualnego profilu uczuleniowego umożliwia precyzyjne dobranie składu alergenowego szczepionki w celu przeprowadzenia immunoterapii swoistej. Ponadto test ALEX daje możliwość monitorowania rozwoju tolerancji

i wprowadzania zaleceń dietetycznych dla potrzeb konkretnego pacjenta, co w konsekwencji, wpływa na poprawę jakości życia alergików.

Badanie może być wykonywane w każdym wieku, zarówno niemowlętom jak i osobom starszym. Do analizy potrzebna jest niewielka ilość krwi. Na badanie można zgłaszać się cały dzień. Test nie wymaga specjalnego przygotowania tj. odstawienia leków czy bycia na czczo. W przeciwieństwie do testów skórnych, można go wykonać nawet pomimo rozległego zapalenia skóry (np. pokrzywki, wyprysku). Czas oczekiwania na wynik wynosi ok. 3 dni robocze.

Należy pamiętać, że uzyskany wynik zawsze musi zostać skonsultowany ze specjalistą oraz odniesiony zarówno do historii choroby, jak i do objawów pacjenta. Samo wykrycie swoistych alergenowo przeciwciał IgE wskazuje, że dana osoba jest uczulona, a objawy tego stanu mogą się ujawnić w jakimś momencie, ale też wcale nie muszą. W przypadku alergii pokarmowych zmiana nawyków żywieniowych lub całkowita rezygnacja z jednego lub większej liczby produktów spożywczych zawsze musi być starannie zaplanowana i monitorowana, aby mieć pewność, że podstawowe składniki pokarmowe są dostarczane w wystarczających ilościach.



TEST ALEX

REWOLUCJA WE WSPÓŁCZESNEJ DIAGNOSTYCE ALERGII

☎ 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

MEDICA 
laboratorium analiz medycznych

ortopedia

medycyna sportowa

rehabilitacja



CHIRURGIA OGÓLNA
CHIRURGIA NACZYNIOWA
CHIRURGIA I UROLOGIA DZIECIĘCA
CHOROBY PIERSI
DERMATOLOGIA
KARDIOLOGIA
MEDYCINA SPORTOWA
NEUROLOGIA
ORTOPEDIA
PSYCHIATRIA
PSYCHOLOGIA
RADIOLOGIA
UROLOGIA
REHABILITACJA
KINEZYTERAPIA
FIZYKOTERAPIA

20% zniżki*
*20% zniżki 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,
lekarz medycyny sportowej
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



www.cm-terpilowski.pl

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

MAŁOINWAZYJNE KOMPLEKSOWE LECZENIE ŻYLAKÓW

- Laserowe endożylne leczenie żylaków (ELVeS)
– nowoczesna alternatywa dla klasycznej operacji żylaków
- skleroterapia – nieoperacyjne zamykanie żylaków, żył siatkowatych i pajęczek FLEBOGRIF
- klejenie żylaków
- laserowe przezskórne zamykanie pajęczek

LECZENIE CHOROBY TĘTNIC kwalifikacja do zabiegów wewnątrznaczyniowych

USG DOPPLER TĘTNIC I ŻYL OBWODOWYCH

LASEROWE LECZENIE ŻYLAKÓW ODBYTU I PRZETOK OKOŁOODBYTNICZYCH

GINEKOLOGIA I POŁOŻNICTWO

lek. Agnieszka Limanin - specjalista ginekolog-położnik

OPIEKA NAD PACJENTKAMI W CIĄŻY

- Badania prenatalne – Test NIFTY, Test SONCO, USG we wszystkich trymestrach ciąży

USG 3D/4D płodu

(brytyjski standard Fetal Medicine Foundation – FMF)

CHOROBY NARZĄDU RODNEGO DZIEWCZĄT I KOBIET
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
- leczenie grzybicy paznokci, epilacja ciemnych włosów
- ujędrnianie skóry twarzy, szyi i dekoltu

MEZOTERAPIA IGŁOWA

mgr piel. Iwona Sidor

- odmładzanie i wygładzanie skóry (twarz, szyja, dekolt, ręce, uda, skóra głowy), kwas hialuronowy, substancje odżywcze (witaminy, aminokwasy, mikroelementy, peptydy biomimetyczne)

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, kontakt@rcmz.pl, www.rcmz.pl
facebook.com/rcmz.radom, pn-pt 8-20; so 9-16; nd 12-16

dyżur telefoniczny • tel. 666 255 256 • 48 389 50 01

- profilaktyka i leczenie
- diagnostyka laboratoryjna
- RTG cyfrowe, USG
- chirurgia (znieczulenie wziewne)
- ortopedia
- okulistyka
- stomatologia
- dermatologia
- endokrynologia
- cytologia, biopsje
- onkologia
- konsultacje kardiologiczne
- karmy i artykuły dla zwierząt

Leczenie zabiegowe żylaków oczami lekarza praktyka



lek. Tomasz Terpiłowski
specjalista chirurgii
naczyniowej

Operacja Babcocka

Moja przygoda z chirurgią naczyniową zaczęła się na początku lat 90. Wówczas jedynym sposobem leczenia żylaków była operacja metodą Babcocka. Polegała ona na wyrwaniu za pomocą stalowej sondy żyły odpiszczelowej od stopy do pachwiny lub żyły odstrzałkowej od kostki bocznej do dołu podkolanowego i z kilkucentymetrowych nacięć wyrwaniu lub podwiązaniu żylaków. Zabieg odbywał się w znieczuleniu ogólnym lub lędźwiowym, co przy niedośkonaleści ówczesnych igieł powodowało często zespół popunkcyjny w postaci uporczywych bólów głowy i wymiotów. Pacjenci po zabiegu przebywali w szpitalu do czasu zdjęcia szwów czyli 7dni! Po zabiegu pozostawały nieestetyczne blizny, a nierzadko powikłania neurologiczne w dystalnej części goleni (zaburzenia czucia, drętwienia, bóle).

USG Doppler

Prawdziwym przełomem w leczeniu żylaków było wprowadzenie do codziennej praktyki badań ultrasonograficznych z opcją kolorowego dopplera. Dzięki USG w kolejnych latach mógł nastąpić rozwój nowych małoinwazyjnych technik leczenia żylaków. Byłem pierwszym lekarzem w Radomiu który od 1995 r. wykonywał badania usg naczyń obwodowych. Dziś jest to „złoty standard” w diagnostyce i leczeniu niewydolności żylnych. Dzięki USG okazało się, że większość „chorych” żył odpiszczelowych w odcinku goleniowym jest wydolna i nie wymaga chirurgicznego usunięcia – wprowadzono metodę tzw. „krótkiego strippingu”, co ograniczyło zakres zabiegu i ilość powikłań neurologicznych w zakresie goleni.

Miniflebektomia i skleroterapia

Kolejną innowacją (w Radomiu na początku tego stulecia) była miniflebektomia – usuwanie żylaków z 1-3 mm nacięć skóry za pomocą haczyków Mullera Varadiego. Dzięki temu znacznie zmniejszyła się wielkość blizn, co zdecydowanie poprawiło efekt estetyczny zabiegu.

Również na początku tego stulecia rozpowszechniła się nieoperacyjna metoda likwidowania żylaków za pomocą skleroterapii piankowej pod USG (sklerozant zmieszany z powietrzem podany do żyłaka uszkadza jego ścianę powodując odczyn zapalny, zakrzep i w efekcie jego zwłóknienie) oraz mikroskleroterapii pajęczeków.

Termiczna ablacja żył

Kolejny przełom w leczeniu żylaków to wewnątrzżylna termiczna ablacja głównych niewydolnych pni żylnych. Zastępuje ona chirurgiczne wyrwanie żyły odpiszczelowej lub odstrzałkowej. Wygenerowana przez laser diodowy, fale radiowe lub parę wodną temperatura około 100°C bezkrawowo, trwale zamyka niewydolną żyłę odpiszczelową lub odstrzałkową, a żylaki ulegają regresji. Uzupełnieniem tej metody jest skleroterapia resztkowych żylaków lub miniflebektomia w znieczuleniu miejscowym. Pierwszy wewnątrzżylny zabieg laserowy wykonano w USA w 1999 r., w Polsce w 2003 r. W 2010 r. w NZOZ Venomedica byliśmy pionierami tej metody w regionie radomskim.

Klej tkankowy

Najmłodsza metodą, od 2015 r. dopuszczoną do stosowania przez Amerykańską Agencję ds. Żywności i Leków FDA, jest klejenie niewydolnych żył klejem tkankowym, który pod kontrolą USG specjalnym aplikatorem wprowadza się do światła chorej żyły aby ją zamknąć i wyłączyć z krążenia. Jest to alternatywa dla termicznej ablacji żył. Nie wymaga znieczulenia i noszenia pończoch ale jest, przynajmniej na razie, dużo droższa niż metoda termicznej ablacji żył. W dalszej kolejności wymaga zastosowania skleroterapii resztkowych żylaków, a co za tym idzie chodzenia w pończosze medycznej.

Jaką wybrać metodę leczenia?

Gdy pojawi się myśl aby usunąć żylaki, zwykle pierwsze kroki kierujemy do internetu, a tam same „nowości” jedna lepsza od drugiej: laser! fale radiowe! para wodna! klejenie! Którą metodę wybrać? Chciałbym podzielić się z Państwem swoimi przemyśleniami na ten temat.

NFZ – operacja Babcocka

W pierwszej kolejności musimy zadać sobie pytanie czy chcemy leczyć żylaki

nieodpłatnie w ramach NFZ, czy mamy możliwości finansowe aby przeznaczyć na leczenie kwotę około 3000 zł. NFZ refunduje opisywaną wyżej operację chirurgiczną metodą Babcocka. Obecnie wykonuje się ją zazwyczaj w trybie jednego dnia w znieczuleniu lędźwiowym. Jest to metoda krwawa, po zabiegu mogą wystąpić bliznowce, miejscowe zakażenie, krwiaki, zapalenie żył, chłonnoktok lub zaburzenia czucia w okolicy goleni. Po operacji potrzebny jest około 30 dniowy okres rekonwalescencji. Brzmi to dość strasznie, ale proszę mi wierzyć, operowałem tą metodą przez wiele lat i uważam, że można uzyskać bardzo dobre efekty lecznicze i kosmetyczne. Aby to osiągnąć ważne jest aby lekarz przed operacją wykonał dokładną diagnostykę USG i zastosował właściwą technikę operacji z ograniczeniem do minimum traumatyzacji tkanek.

Metody małoinwazyjne

We współczesnym świecie gdy pacjenci przywiązują dużą wagę do estetyki i nie mają czasu na „chorowanie” bardzo popularne stały się małoinwazyjne techniki leczenia. O klejeniu żył pisałem wyżej, jak na razie jest to procedura ponad 50% droższa niż zabieg laserem lub falami radiowymi.

Skleroterapia / Flebogrif

Skleroterapia piankowa pod kontrolą USG doczekała się polskiej modyfikacji. Za sprawą prof. Ciołka wdrożono do leczenia Flebogrif – jest to cewnik przez który do światła żyły odpiszczelowej wprowadza się piankę sklerotyzującą. Na jego końcu znajdują się metalowe „pazurki”, które uszkadzają ścianę żyły co powoduje jej skurcz i potęguje działanie sklerozantu. O ile skuteczność czyli trwałe zwłóknienie żyły w klasycznej skleroterapii szacuje się na 70%, tak przy zastosowaniu Flebogrifu wg wstępnych danych ma wynosić blisko 90%. Jest to zabieg ambulatoryjny, bez znieczulenia, cięć i blizn, następnego dnia po zabiegu można wrócić do pracy.

Laser, fale radiowe, para wodna

Obecnie najczęściej stosowaną metodą jest termiczna wewnątrzżylna ablacja niewydolnych żył powierzchownych za pomocą lasera diodowego, fal radiowych lub pary wodnej. Jest to niechirurgiczna, minimalnie inwazyjna metoda leczenia żylaków.

Wykonywana jest w trybie ambulatoryjnym, w znieczuleniu miejscowym, trwa około 30-40 minut, po kolejnych 30 minutach od zabiegu pacjent może wrócić do domu. Polega na wykonaniu małego 2mm nakłucia skóry uda lub goleni przez który wprowadzany jest światłowód, aplikator do fal radiowych lub cewnik do pary wodnej. Jedynym dyskomfortem pacjenta są wielokrotne ukłucia igłą podczas zmierzchnienia wewnętrznej części uda i podudzia. Po prawidłowym umiejscowieniu światłowodu lub cewnika pod kontrolą USG rozpoczyna się zasadnicza część zabiegu – emisja energii cieplnej, która powoduje uszkodzenie/oparzenie ściany

żyły i późniejsze jej trwałe zwłóknienie. Po zabiegu zakładana jest pończocha uciskowa, którą należy nosić przez 2-3 tygodnie. Zabieg jest bezbolesny, nie odnotowuje się istotnych dla zdrowia i życia powikłań, minimalne jest zagrożenie zakrzepicą. Ból pooperacyjny wzdłuż zamykanej żyły jest minimalny lub nie występuje, zwłaszcza przy zastosowaniu lasera o długości fali 1470nm z włóknem radialnym. Dzięki temu okres rekonwalescencji praktycznie nie istnieje – w ciągu 2-3 dni, chodząc w pończosze medycznej, można powrócić do zwykłej aktywności i pracy zawodowej. Metoda ta zastępuje chirurgiczne usunięcie

żyły odpiszczałowej lub odstrzałkowej, redukowane jest w ten sposób nadciśnienie żyłne w nodze, które bezpośrednio odpowiada za powstawanie żylaków. W ciągu pierwszych dni po zabieg ustępują dolegliwości związane z niewydolnością żylną. W ciągu 4-8 tygodni obserwuje się stopniową regresję żylaków, są one co raz mniejsze, aż zupełnie przestają być widoczne. W przypadku dużych żylaków może być konieczny II etap leczenia – miniflebektomia z znieczuleniu miejscowym lub skleroterapia – wstrzykiwanie do żylaków sklerozantu, który powoduje ich wykrzepienie i zwłóknienie. Metoda termicznej wewnątrzżylniej ablacji jest skuteczna i bezpieczna. To leczenie bez krwiaków i blizn z gwarantowanym dobrym efektem estetycznym.

Podsumowanie

Powraca pytanie: laser, fale radiowe czy para wodna? Jeżeli ma to być leczenie sprawdzone, poparte największą ilością badań randomizowanych w piśmiennictwie medycznym, to laser diodowy 1470nm z włóknem radialnym. Jeżeli ma być coś, jak pisać w internecie, najnowszego – to para wodna lub klej, ale to oznacza najmniejszą ilość publikacji, długoterminowych obserwacji klinicznych i mniejsze doświadczenie operującego. Osobiście od 8 lat leczę żylaki laserem diodowym i nie planuję zmiany metody. Myślę, że drugorzędne znaczenie na wybór narzędzia – decyzję proponuję pozostawić lekarzowi zwłaszcza, że istnieją pewne medyczne ograniczenia w zależności od rodzaju zabiegu. Uważam, że pacjent powinien skupić się na wyborze lekarza, któremu powierzy swoje zdrowie. W medycynie, bardziej niż w innych dziedzinach najważniejszy jest „czynnik ludzki”. Lekarz któremu mamy zaufać powinien mieć odpowiednie kompetencje – doświadczenie w usg, wybranej przez siebie technice małoinwazyjnej oraz skleroterapii, a gdy nasze oczekiwania są bardzo wygórowane, również możliwość laserowego przezskórnego zamykania pajęczek. Myślę, że kompleksowe podejście do tematu choroby żylakowej, możliwość monitorowania efektów leczenia w kolejnych latach (usg) i umiejętność reagowania na pojawiające się ewentualnie nawroty choroby, powinno mieć kluczowe znaczenie przy wyborze lekarza.



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

Pielęgniarska Praktyka Specjalistyczna
spec. pielęgniarski Piotr Grosiak
tel. 693 102 328



- ▣ cewnikowanie pęcherza moczowego
- ▣ wymiana drenów
- ▣ leczenie odleżyn, trudno gojących się ran
- ▣ opieka pooperacyjna
- ▣ opatrunki
- ▣ zastrzyki dożylny, domięśniowy, podskórny
- ▣ całodobowa opieka wykwalifikowanych opiekunów medycznych
- ▣ dojazd do chorego do 10km gratis

ginekologia

- ▣ usunięcie nadżerki
- ▣ usunięcie polipa szyjki macicy
- ▣ usunięcie zmian okolic sromu i krocza
- ▣ usunięcie wkładki
- ▣ wycinki z szyjki macicy

urologia

- ▣ uroflowmetria - przepływ cewkowy
- ▣ plastyka wędzidelka
- ▣ nacięcie grzbietowe
- ▣ stulejka
- ▣ mięsko cewkowe
- ▣ usunięcie zmian z napletka oraz moszny
- ▣ kaszaki moszny
- ▣ cystoskopia
- ▣ punkcja wodniaka jądra
- ▣ zwężenie cewki moczowej
- ▣ kłykciny kończyste

chirurgia

- ▣ usunięcie zmian skórnych (blizn, znamion)
- ▣ usunięcie tłuszczaka
- ▣ korekcja wrastającego paznokcia
- ▣ wszzywki (Esperal, Disulfiran)

ortopedia

- ▣ cieśni nadgarstka

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

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 przeciwodleżynowe
 - 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

Przeglądy naprawy urządzeń medycznych pomiary elektryczne

Wykonuje: pomiary bezpieczeństwa urządzeń medycznych według norm PN-EN 60601 oraz PN-EN 62353 naprawy bieżące, pogwarancyjne, przeglądy okresowe sprzętu medycznego, paszportyzacja, orzeczenia techniczne.
PIOTR JANAS, tel. 504328838, www.testvolla.eu

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

mikirad

SKLEPY MEDYCZNE

refundacja NFZ

R A D O M

ul. Główna 12, tel. 48 331 22 49

ul. Piastowska 1a/4, tel. 48 384 77 24

ul. Planty 13, tel. (48) 362 68 49

tel. (48) 383 08 88

ul. Aleksandrowicza 5 (Szpital Wojewódzki)

tel. 48 361 38 82

S Z Y D Ł O W I E C

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

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

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

GRUPA MEDICAL S N Z O Z



AIRIS Vento
HITACHI
Prędkość 0.15m/s

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



badanie „od ręki”



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

Sklep medyczny

czynny 8.00-18.00

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



NZOZ
CHROBREGO

Elżbieta Stachura

Gabinet Rehabilitacji Leczniczej
Radom, ul. Chrobrego 54, LOKAL 6

FIZYKOTERAPIA

- elektroterapia
- pole magnetyczne
- pole magnetyczne wysokiej częstotliwości (Terapuls)
- ultradźwięki
- laseroterapia
- krioterapia
- światłolecznictwo

KINEZYTERAPIA

- indywidualna praca z pacjentem
- ćwiczenia (bierne, czynne, w odciążeniu i inne)
- terapia mięśniowo-powięziowa
- terapia manualna wg dr Ackermanna
- kinesiostataping (plastry)

HYDROTHERAPIA

- wirówka kończyn górnych i dolnych

MASAŻ

- klasyczny
- drenaż limfatyczny

Rehabilitacja z dojazdem do pacjenta

Pielęgniarska opieka długoterminowa domowa

Hospicjum domowe

WYPOŻYCZALNIA SPRZĘTU MEDYCZNEGO

- koncentratory tlenu
- materace p/odleżynowe
- respiratory, ssaki i inne

pełna oferta na stronie
www.nzoz-chrobrego.pl

facebook:

nzoz-chrobrego elzbieta stachura
info: tel. 48 364 04 53, 608 806 402
e-mail: e.stachura@vp.pl



Centrum Medyczne FizjoMedica

Poradnia Rehabilitacji NFZ
krótkie terminy

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

Darmowa konsultacja fizjoterapeutyczna
Rehabilitacja domowa

Nowość! fala uderzeniowa



Pielęgniarska opieka długoterminowa
BEZPŁATNIE NFZ
tel. 600 611 501, 509 569 541

www.vic-med.pl

Radom, ul. Czarnoleska 19,
Jedlnia Letnisko, Groszowice 114

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



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

NATUROPATA

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

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



Radom
ul. Ks. Sedlaka 4/6/8

GABINET FIZJOTERAPII

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

telefon
606 499 981
www.fizjoexpert.pl



Kozienice

Al. Sikorskiego 10/Z
48 332 32 69

Radom

ul. Sobieskiego 1
tel. 48 345 15 99

www.reha-complex.pl

Całodobowe pobyty rehabilitacyjne

Pobyty pielęgnacyjno-opiekuńcze
2500 zł/miesięcznie

512 040 525

Rehabilitacja w domu pacjenta NFZ

Wypożyczalnia sprzętu
medycznego

502 729 548

Fala uderzeniowa

skuteczna redukcja cellulitu

Innowacja z dziedziny medycyny estetycznej – JEDYNY TAKI ZABIEG W RADOMIU!

Cellulit stał się poważnym problemem społeczeństwa, dotyka aż 80%-90% wszystkich kobiet. Jednym z rewolucyjnych sposobów na pozbycie się uporczywego cellulitu w ostatnich latach okazało się zastosowanie właśnie fali uderzeniowej o wysokiej energii. Metoda ta przynosi nie tylko długotrwałe efekty, ale jest również w pełni bezpieczna, nieinwazyjna i bezbolesna. Zabieg leczy nawet cellulit zwłókniały III i IV stopnia oraz niweluje miejscową otyłość.

Wskazania:

- cellulit, w tym III i IV stopnia
- wiotka skóra (brzuch, uda, okolica pośladków)
- miejscowa otyłość
- nierówności skóry po przebytej liposukcji
- obrzęki kończyn dolnych

Jak wygląda zabieg fali akustycznej?

Zabieg falami akustycznymi rozpoczyna się od konsultacji z pacjentem i wybrania obszaru terapii. Następnie na obszar zabiegowy rozprowadzany jest żel dla lepszego przewodzenia fal akustycznych. Głowica urządzenia przykładana jest do miejsca zabiegowego, po czym rozpoczyna się zabieg, który jest bezbolesny i nie wymaga rekonwalescencji. Fala akustyczna (RSWT) rozchodzi się promieniście w tkankach, penetrując je do głębokości ok. 3,5 cm.

Kiedy efekty?

Aby uzyskać optymalne efekty zaleca się serię 8-12 zabiegów, wykonywanych co 5-7 dni. Już po pierwszym zabiegu można zaobserwować większe napięcie skóry. Najlepsze efekty widoczne są nawet 2-3 miesiące po ostatnim zabiegu (tyle trwa nowa produkcja kolagenu).

Co uzyskamy po serii zabiegów?

Zastosowanie zabiegu falą akustyczną na skórę powoduje rozluźnienie tkanki łącznej i zwiększenie jędrności naskórka. Tym samym poprawia lokalne krążenie krwi w tkankach, a stymulując rozpad komórek tłuszczowych powoduje zmniejszenie ich objętości. W efekcie dochodzi do produkcji nowego zwartego kolagenu powodującego ponowne napięcie i jędrność skóry. Co w konsekwencji skutkuje redukcją cellulitu oraz widocznym wysmukleniem sylwetki w miejscach objętych zabiegiem.



Korzyści płynące z zabieg falą:

- zlikwidowanie cellulitu
- poprawa elastyczności, jędrności i napięcia skóry
- rozbicie tkanki tłuszczowej
- zmniejszenie obwodu ciała w miejscach poddanych terapii
- redukcja rozstępów pociążowych
- likwidacja obrzęków

Przeciwwskazania:

- ciąża i okres karmienia
- zakrzepica
- zaburzenia krzepliwości krwi (hemofilia)
- choroby nowotworowe
- dzieci dorastające (poniżej 18 roku życia za zgodą rodziców lub wg zaleceń lekarza)
- leczenie kortyzonem (6 tygodni przed datą pierwszego zabiegu)
- przyjmowanie leków przeciwzakrzepowych
- osteoporoza

Najistotniejszą zaletą fali akustycznej jest jej wysoka skuteczność, co potwierdzają liczne badania kliniczne. Z naszego doświadczenia wiemy, że efekty są zadowalające już od pierwszych zabiegów. A po całej serii otrzymujemy spektakularne rezultaty, widoczne ujędrnienie skóry, redukcję tkanki tłuszczowej i cellulitu. Naprawdę warto spróbować, gdyż jest to najlepsza metoda usuwania cellulitu na polskim rynku i jedyna w Radomiu dająca najtrwalsze efekty.

Zachęcamy do zapoznania się z naszą ofertą. Zabieg falą uderzeniową z masażem modelującym i serum wyszczuplającym

- uda i pośladki 1 zabieg 120 zł, 5 zabiegów 550 zł, 10 zabiegów 990 zł
- brzuch i boczki 1 zabieg 90 zł, 5 zabiegów 400 zł, 10 zabiegów 750 zł

Zabieg na inne okolice dobierzemy po indywidualnej konsultacji.

Centrum Medyczne Fizjomedica
mgr fizjoterapii
Iga Augustyniak-Drewin
mgr fizjoterapii Julita Seweryn



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)

Pracownia USG

(3D/4D, nowy aparat Aloca)

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

Rehabilitacja głosu aparatem VocaSTIM

Elektrostymulacja podniebienia

Inhalacje AMSA na zatoki i trąbki słuchowe

Pracownia doboru aparatury słuchowych

Emisja głosu dla nauczycieli, osób zawodowo pracujących głosem

Profilaktyka dysleksji

Badanie zawrotów głowy VNG - Videonystagmografia

Masaże lecznicze i relaksacyjne, masaże dla kobiet w ciąży

www.epmed.pl



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, dermatologia, kardiologia,
masaż pulsacyjny, urologia, dietetyka,
USG 3D, ortopedia, USG Doppler,
skleroterapia, zaszycanie tabletek,
USG: jamy brzusznej, piersi, tarczycy,
węzłów chłonnych



J.P. Kaniewscy STOMATOLOGIA

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

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

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.stomatologianiewscy.pl

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

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

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

od poniedziałku do piątku



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



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 Vitalpeux
protezy overdentures
korony i mosty licowane porcelaną
szyny wybielające i relaksacyjne

Nowa lokalizacja

Radom, ul. Okulickiego 47

(budynek Biedronki),

tel. 504 537 068

godziny otwarcia: pn.-pt. 9.00-16.00

Medap

NZOZ

Anna Śródulska

ul. Struga 50 paw. 9 Radom

tel. 48 36 00 200

www.medap.radom.pl

NOWOCZESNA
STOMATOLOGIA I PROTETYKA

ORTODONCJA • CHIRURGIA STOMATOLOGICZNA
leczenie pod mikroskopem
ozonoterapia • laser • radiowizjografia
MASAŻ



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

dżury w soboty i niedziele

w godz. 9.00-14.00

w nagłych przypadkach kontakt pod numerem tel.

600 38 96 60

Luxdent

lek. stom. Dariusz Szydło

tel. 48 360 64 36

kom. 695 72 64 22

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

Skąd te obrzęki?

Obrzęk jest objawem istniejącej patologii w organizmie. Zwykle jest widoczny gołym okiem. Nie jest jednak objawem charakterystycznym dla określonej jednostki chorobowej. Występuje w wielu stanach chorobowych, a jego mechanizm powstawania jest często złożony. Może dotyczyć większości tkanek w organizmie nie wyłączając mózgu. Płyn może gromadzić się w jamach ciała: opłucnowej, otrzewnowej i w osierdziu.

Woda stanowi około 60% masy ciała, z czego 2/3 znajduje się wewnątrzkomórkowo, a 1/3 zewnątrzkomórkowo jako płyn śródmiąższowy, 5% wody stanowi osocze krwi. Obrzęk oznacza zwiększenie ilości płynu w przestrzeniach śródmiąższowych. Może zachodzić jako proces ostry lub przewlekły. W zależności od lokalizacji można go podzielić na obrzęk miejscowy i uogólniony. Przykładem obrzęku miejscowego jest na przykład obrzęk zapalny, natomiast najczęstszymi przyczynami obrzęku uogólnionego jest przewlekła niewydolność serca, choroby wątroby i nerek.

Najważniejszym czynnikiem biorącym udział w powstawaniu obrzęku jest zaburzenie równowagi pomiędzy ciśnieniem hydrostatycznym i ciśnieniem koloido-osmotycznym osocza. Zwiększenie ciśnienia hydrostatycznego lub zmniejszenie ciśnienia onkotycznego osocza prowadzi do gromadzenia się płynu w przestrzeni pozanaczyniowej i powstawania obrzęku. Częściowo stan ten jest regulowany poprzez funkcję drenażującą układu limfatycznego. Ilość naczyń chłonnych jest dużo większa niż naczyń krwionośnych, a ich podstawową funkcją jest transport chłonki do krwi, która jest niezresorbowanym płynem tkankowym powstającym na poziomie mikrokrążenia. Dobowo wytwarzane jest około 2,5 litra chłonki, a ilość ta może zwiększyć się nawet 10-krotnie w warunkach zwiększonego wytwarzania płynu śródmiąższowego. Przepływ chłonki ulega regulacji w zależności od ciśnienia hydrostatycznego w żyłach głównej górnej, a zastój krwi wywołany m.in. niewydolnością mięśnia serca lub unieruchomieniem określonych części ciała wpływa niekorzystnie zarówno na układ żylny jak i chłonny. Jeśli zdolność

drenażująca jest przekroczona poprzez nadmiar gromadzenia się płynu dochodzi do utrwalonego obrzęku tkanek. Zrozumienie tych procesów pozwala podzielić obrzęki w zależności od mechanizmu powstawania na: obrzęki zależne od zwiększonego ciśnienia hydrostatycznego, zmniejszonego ciśnienia onkotycznego osocza, zaburzeń odpływu chłonki, retencji sodu i zapalenia.

Płyn obrzękowy występujący w zaburzeniach hemodynamicznych jest zwykle ubogim w białko płynem nazywanym przesiekciem, natomiast obrzęk zapalny związany ze zwiększoną przepuszczalnością ścian naczyń jest bogatym w białko wysiękiem.

Sytuacją kliniczną, gdzie mamy do czynienia z podwyższonym ciśnieniem hydrostatycznym jest upośledzenie powrotu żylnego obserwowanego w zastoinowej niewydolności serca przy pogorszeniu funkcji prawej komory serca. Niewydolność krążenia wiąże się ze zmniejszonym rzutem serca, co następnie upośledza przepływ krwi przez nerki. Jest to bodziec wywołujący reakcję kompensacyjną przy udziale układu hormonalnego nazywanego RAA od nazwy czynników wchodzących w jego skład: renina – angiotensyna – aldosteron. Powoduje to zwiększone zatrzymywanie w organizmie sodu i wody, co ma zapewnić poprawę wypełnienia łożyska naczyniowego i poprawę rzutu serca z następowym przywróceniem prawidłowego przepływu krwi przez nerki. W sytuacji kiedy chore serce nie jest w stanie przepompować zwiększonej ilości krwi dodatkowe obciążenie płynami powoduje wzrost ciśnienia żylnego i powstawanie obrzęków uogólnionych. Ich charakterystycznym objawem jest powstawanie obrzęków wokół kostek, symetrycznie, nasilających się w pozycji stojącej, pogorszenie tolerancji wysiłku, a w pozycji leżącej nasilenie duszności.

Do miejscowych przyczyn zwiększonego ciśnienia wewnątrznaczyniowego należy stan związany z zakrzepicą żył głębokich kończyn dolnych, gdzie obrzęk obejmuje tylko chorą nogę. Widoczna jest asymetria obrzęku, a chora noga może być też bolesna i bardziej ucieplona. Przewlekła niewydolność żylna charakteryzuje się stopniowym

NZOZ
Gamed

Przychodnia w centrum Radomia

Świadczenia usług medycznych w oparciu o kontrakt z



PODSTAWOWA OPIEKA ZDROWOTNA

możliwość zapisu nowych pacjentów

Poradnia internistyczna, pediatryczna

Punkt szczepień

Wizyty domowe: lekarza, pielęgniarki, położnej



PORADNIE SPECJALISTYCZNE:

alergologiczna
dermatologiczna
endokrynologiczna
gastroenterologiczna dla dorosłych i dzieci
ginekologiczno-położnicza
neurologiczna
okulistyczna
otolaryngologiczna
reumatologiczna
urologiczna



PORADNIA ZDROWIA PSYCHICZNEGO (dorośli)

oraz psycholog kliniczny, psychoterapeuta



PORADNIA STOMATOLOGICZNA



GABINET ZABIEGOWY:

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



MEDYCYNA PRACY

Badania:

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



USŁUGI MEDYCZNE DLA PACJENTÓW:

Lux-Med, Medcover, Allianz, CMP,
FALC, 4-Med, Enel-Med, MEDICA,
Pol Med, PZUP, Ipa-Polska, Signal-Iduna

Radom, ul. Wysoka 12

tel 48 363 17 04, 362 86 69

rejestracja osobiście lub telefonicznie

pn.-cz. 7.30 do 20.00, pt. 7.30 do 18.00

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

lek. Arkadiusz Wdowik

specjalista chirurgii naczyniowej

chirurgia naczyniowa • flebologia • laser • żylaki • USG Doppler • skleroterapia • miażdżycza

Radom, ul. Witolda 7 lok. 1.07, rejestracja w godz. 9-16, tel. 795 001 814



MEDYK

narastaniem obrzęków głównie w okolicach podudzi i stóp. Wraz z zawansowaniem choroby obrzęki pojawiają się z coraz większym nasileniem, może im towarzyszyć uczucie ciężkości nóg i zmiany na skórze. Ustępują po odpoczynku z uniesionymi kończynami. Obecność dużych widocznych poskręcanych żył zwanych żyłakami nasuwa od razu rozpoznanie i wyjaśnia pochodzenie obrzęków.

Zmniejszenie ciśnienia onkotycznego osocza jest związane z nadmierną utratą białek, głównie albumin, zmniejszonej ich syntezy w organizmie, bądź w stanach niedożywienia ze zmniejszoną ich podażą. Najczęstszymi przyczynami klinicznymi, w których dochodzi do tego stanu jest zespół nerczycowy, czyli utrata białek przez nerki związana z nieszczelną ścianą naczyń włosowatych kłębuszków nerkowych objętych procesem chorobowym, zmniejszenie syntezy albumin w marskości wątroby na tle uogólnionych chorób wątroby oraz w stanach niedoborów pokarmowych.

Obrzęk limfatyczny powstający na skutek zaburzeń odpływu chłonki ma zazwyczaj charakter miejscowy. U jego podłoża najczęściej leży zapalenie lub nowotwór np. stan po leczeniu raka piersi związany z usunięciem węzłów chłonnych oraz napromienianiem. Do rozległego obrzęku limfatycznego może dochodzić w przebiegu choroby pasożytniczej węzłów chłonnych wywołanej przez Filarię Bancrofti, należącej do chorób tropikalnych.

Obrzęki powodowane zwiększoną przepuszczalnością naczyń towarzyszą stanom zapalnym, alergicznym, urazom mechanicznym, oparzeniom, zatruciom jadami i chemikaliami, stanom niedotlenienia. Śródbłonek naczyńniowy, wyściełający wewnętrzną powierzchnię naczyń, pełni rolę zachowania prawidłowej objętości i składu krwi. Dla białek śródbłonek jest prawie nieprzepuszczalny. Podczas uszkodzenia śródbłonka dochodzi do jego zwiększonej przepuszczalności dla białek, a przenikanie białka do płynu śródmiąższowego nasila ciśnienie koloidoosmotyczne w przestrzeni pozanacyniowej. W wyniku tego procesu płyn z układu naczyniowego ucieka do tkanek i jeśli przekroczy wydolność drenażu limfatycznego zaczynają powstawać obrzęki. Do substancji zwiększających przepuszczalność śródbłonka należą: histamina, kininy, sole kwasów żółciowych, jady owadów i płazów, toksyny bakteryjne, substancje chemiczne i trucizny.

Obrzęki pochodzenia hormonalnego towarzyszą różnym stanom patologii gruczołów wydzielania wewnętrznego. Do najczęściej spotykanych zaliczamy zaburzenia wydzielania hormonów nadnerczy i tarczycy. Nadmiar obecnych w organizmie hormonów nadnerczowych predysponuje

do nadmiernego gromadzenia sodu i wody co sprzyja powstawaniu obrzęków na tym tle. Sztucznie wywołany nadmiar tych hormonów jest obserwowany w trakcie konieczności leczenia glikokortykosteroidami w różnych jednostkach chorobowych np. reumatycznych. Towarzyszy temu często niedobór potasu i w ścisłym związku z tym stanem nadmiar sodu i wody. Obrzęki, które wówczas powstają mogą osiągnąć czasem duże rozmiary. Niedobór potasu jest obserwowany także w stanach zapalnych jelit w przewlekłych biegunkach oraz u osób stosujących środki przeczyszczające. Mechanizm powstawania obrzęków w niedoczynności tarczycy jest nieco odmienny. Otóż jest związany z nadmiernym gromadzeniem się wodochłonnych mukopolisacharydów w tkance podskórnej oraz nadmiernym wydzielaniem wazopresyny czyli białka mającego wpływ na regulację zawartości wody w organizmie. Obrzęk w niedoczynności tarczycy nazywany jest śluzowatym, jest umiejscowiony głównie na twarzy i nadaje jej maskowaty kształt, a skóra staje się sucha, szorstka, twarda, zgrubiała i łuszcząca się, natomiast włosy twarde i łamliwe. U osób z nadczynnością tarczycy obrzęki są zazwyczaj uogólnione i powstają w wyniku szkodliwego przewlekłego wpływu hormonów tarczycy na serce.

U niektórych kobiet można obserwować obrzęki w okresie przedmiesiączkowym, związane z cykliczną zmiennością produkcji hormonów jajnikowych.

Obrzęki u kobiet ciężarnych wynikają ze zmniejszonego oporu naczyń tętniczych, co wynika ze zwiększonej produkcji substancji powodujących rozszerzenie tych naczyń tzw. prostaglandyn oraz obecności łożyska płodowego. U kobiet z zatruciem ciążyowym podkreśla się także rolę czynnika nerkowego. Towarzyszący temu stanowi białkomocz, czyli utrata białek przez nerki oraz upośledzenie wydalania sodu i wody.

Inną przyczyną obrzęków może być niedobór witaminy B1 wywołujący obraz choroby beri-beri. W naszej szerokości geograficznej jest praktycznie niespotykana. Niedobory tej witaminy mogą jednak u niektórych osób wystąpić np. u alkoholików, chorych na cukrzycę, przy zaburzeniach wchłaniania pokarmów, u ciężarnych lub u ludzi stosujących długotrwale jednostronne diety. Obrzęki powstają na skutek niewydolności krążenia i obejmują dolne partie ciała. Oprócz objawów sercowych dodatkowo może pojawić się zapalenie wielonerwowe, zapalenie języka, a nawet psychoza.

Powstające obrzęki niezależnie od przyczyny nie są tylko defektem kosmetycznym. Nadmierne gromadzenie się płynu w tkankach zaburza ich czynność fizjologiczną.

Nadmiar płynu w worku osierdziowym lub jamie opłucnowej ogranicza ruchomość płuc i serca. Szybkie gromadzenie się płynu w pęcherzykach płucnych upośledza wymianę gazową. Obrzęk mózgu powoduje zaburzenia jego czynności. Długo utrzymujący się obrzęk tkanki podskórnej powoduje zaburzenia transportu substancji odżywczych i tlenu, a obrzmiałe tkanki są wrażliwe na urazy mechaniczne oraz infekcje. W takiej sytuacji może dochodzić do powstawania odleżyn.

W większości przypadków ustalenie przyczyny obrzęków jest możliwe na podstawie dokładnego wywiadu z chorym oraz wyniku badania przedmiotowego. Mimo to u każdego chorego z obrzękami kierując się wywiadem należy wykonać zestaw badań. Należą do nich: określenie bilansu wodnego i masy ciała, ocena badania ogólnego moczu, morfologii krwi, opadania krwinek czerwonych, ponadto badania elektrokardiograficznego i prześwietlenia klatki piersiowej. W niektórych przypadkach należy ocenić funkcję nerek oceniając stężenie kreatyniny, funkcję wątroby badając aktywność enzymów wątrobowych, ocenić stężenie białek w surowicy krwi, czy wykonać test ciążowy. Przy asymetrycznym obrzęku kończyn dolnych pomocne jest wykonanie badania dopplerowskiego naczyń kończyn dolnych.

W leczeniu obrzęków podstawową rolę odgrywa leczenie choroby podstawowej. Ponadto lekarz ma do dyspozycji wiele leków i metod ułatwiających wyplukiwanie z organizmu nadmiaru sodu i wody m.in. zalecenie ograniczenia spożycia sodu i wody w diecie, wyrównanie istniejących niedoborów białkowych, podawanie środków moczopędnych, w niektórych przypadkach stosowanie leków o przeciwwstawnym wpływie na mechanizm powstawania obrzęków np. antagonistów aldosteronu lub zalecenie mechanicznego drenażu płynu z tkanki podskórnej lub z jam ciała. Należy podkreślić, że stosowanie leków moczopędnych wymaga dużej rozwagi w stosowaniu ze względu na możliwość wywołania polekowych zaburzeń gospodarki wodno-elektrolitowej i kwasowo-zasadowej.

U części chorych pomimo diagnostyki nie udaje się ustalić przyczyny powstawania obrzęków, nazywa się je wówczas idyopatycznymi. Wynikają one najpewniej ze złożoności zaburzeń na różnych poziomach w małym stopniu, trudnym do uchwycenia za pomocą dostępnych badań diagnostycznych. Niemniej jednak część ogólnych zaleceń stosowanych w leczeniu obrzęków zapewni poprawę kliniczną takiego chorego.

*dr n. med. Karolina
Furman-Kuklińska*

+ 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. Grzegorz Walczyński • spec. pediatra
lek. Monika Ociesa • spec. pediatra
lek. Paulina Koziańska • pediatra
lek. Iwona Kędzior-Biedrzycka • pediatra, kardiolog
lek. Stanisława Szcześniak-Mazur • pediatra
lek. Wiesława Szymańska • pediatra
lek. Grzegorz Smalcerz • 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, 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
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, przeziębienie, tarczyca, piersi, BIOPSJE

dr n. med. Jarosław Więckowski, lek. Iwona Foremniak, lek. Beata Majewska, lek. Wioletta Nierubca, lek. Iwona Jasiuk
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 anestezyjologa

+ 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
POLSKA

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

PUNKT KONSULTACYJNY
Szpitala Mazovia Warszawa



Nasz zespół

Urolog • prof. zw. dr hab. n. med. **Igal Mor** – Dyrektor Zarządzający Szpitala Mazovia w Warszawie, ordynator Oddziału Urologii Szpitala Powiatowego w Koziencicach
Neurochirurg • prof. dr hab. n. med. **Zbigniew Kotwica** – ordynator Oddział Neurochirurgii Szpitala Kliniczny w Radomiu /Józefów/
Chirurg naczyniowy • dr. n. med. **Andrzej Ostrach** – ordynator Oddziału Chirurgii Naczyniowej Szpitala Specjalistycznego w Radomiu /Tochtermana/
Chirurg Dziecięcy, Chirurgia Ogólna • dr. n. med. **Marek Stępień** – były wieloletni ordynator Oddziału Chirurgii Dziecięcej Szpitala Wojewódzkiego w Radomiu /Józefów/
Internista, Alergolog • lek. med. **Jacek Burski** – ordynator Szpital Specjalistyczny w Radomiu Oddział Internistyczno-Endokrynologiczny /Tochtermana/
Alergolog, Laryngolog, Internista, Anestezjolog • lek. med. **Krystyna Budzynowska** – Międzyleski Szpital Specjalistyczny w Warszawie, Centrum Medyczne KRAJMED w Warszawie
Dermatolog, Medycyna Rodzinna, Medycyna Pracy • lek. med. **Jolanta Ostrowska** – Lekarz z wieloletnim doświadczeniem w Radomskich Poradniach
Fizjoterapeuta, Rehabilitacja, Masaż • mgr **Karolina Janowska**
Kardiolog, Internista • lek. med. **Piotr Panin** – Oddział Kardiologii Szpitala Wojewódzkiego w Radomiu /Józefów/
Neurolog • lek. med. **Paweł Chochoł** – Oddział Neurologii Instytutu Psychiatrii i Neurologii w Warszawie /Sobieskiego/, Oddział Neurologii Szpitala Wojewódzkiego w Radomiu /Józefów/
Psychiatra, psychoterapeuta • lek. med. **Anna Zdzymira** – Certyfikowany psychoterapeuta poznawczo-behawioralny, wieloletnie doświadczenie w leczeniu ambulatoryjnym i szpitalnym
Pediatra • lek. med. **Agnieszka Sala** – Oddział Pediatrii MSS Radom /Józefów/
Lekarz pierwszego kontaktu, wizyty domowe • lek. med. **Małgorzata Jabłońska** – RSS w Radomiu, Oddział Internistyczny • lek. med. **Adrian Lech** – SWPZZPOZ Krychnowice

Laboratorium Badań Medycznych czynne **poniedziałek i środa od godziny 8-10.**
USG, USG Doppler - naczyniowy, Holter EKG, Holter Ciśnieniowy, EKG, Laseroterapia

lek. med.
Urszula Kempa

DIABETOLOG
ENDOKRYNOLOG

przyjmuje
poniedziałek i środa

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

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

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

Barbara Węgrzycka

specjalista chorób płuc
pulmonolog

Przyjmuje
w pón. od 16.00
soboty od 8.00

Radom,
ul. Bernardyńska 3A

tel. 48 386 95 00
511 511 234



K L I N I K A
EUROMED

dr n. med.
Grzegorz Szcześniak

specjalista chirurgii
ogólnej i onkologicznej

www.euromed.radom.pl

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



Walcz o swoje ciało

Znana nam medycyna twierdzi, że to otyłość i nadwaga jest przyczyną wielu schorzeń. Natomiast medycyna wschodu podaje pojęcie zgoła odwrotne: to na skutek choroby organizmu powstaje nadwaga, a później otyłość.

To tak jak gorączka informuje, że wewnątrz pojawił się stan zapalny, tak nadmiar kilogramów oznacza, że organizm choruje.

Obniżając nadwagę, bez poznania i usunięcia przyczyn, które rozbudowały nasze ciało, to jak leczenie rany bez usunięcia wbitej w nią drzazgi. Skutecznie zlikwidować otyłość można tylko przez oczyszczenie organizmu i poprawienie sprawności organów wewnętrznych, które zajmują się trawieniem i wydalaniem z ustroju.

Trawienie pokarmów jest bardzo skomplikowanym procesem przetwarzania materii w energię. Jest to rodzaj wewnętrznej elektrociepłowni. Proces trawienia, aby przebiegał prawidłowo, musi zachodzić w odpowiednich warunkach – w odpowiedniej temperaturze. Zanim nastąpi proces trawienia, żołądek musi odpowiednio ogrzać masę pokarmową, na co zużywa dużo ciepła. Zimny żołądek zimnego pokarmu dobrze nie ogrzeje, więc nastąpi tylko częściowe strawienie pokarmu. Pozostałości zalegają, gniją, fermentują i przekształcają się w śluz. Ten natomiast wypełnia kanały przepływu, gęstnieje, tworzy blokady. Człowiek z dysfunkcją trawienia staje się nabrzmiały i nienaturalnie ciężki. Organizm na brak energii reaguje głodem... I tak powstaje błędne koło, ponieważ dostarczamy kolejną porcję pożywienia, która najprawdopodobniej znowu nie dostarczy właściwej ilości energii. Żołądek na trawienie musi zużyć wszystkie dostępne siły, przez co obniża wydolność pozostałych organów: wątroby, nerek, śledziony, jelita cienkiego itd. Niestety idzie za tym również gorszy wygląd skóry

spowodowany zmianami wewnętrznymi i w tkance podskórnej.

Cellulit jest najczęstszym powodem kompleksów u kobiet, nieodłącznie powiązany z nadwagą i otyłością. Aby poradzić sobie z powyższymi problemami, mamy do wyboru masaże z zastosowaniem odpowiednich przyrządów, zabiegi z wykorzystaniem podciśnienia i zabieg body mikroaktywacja – NOWOŚĆ.

Wychodząc naprzeciw potrzebom naszych klientów, opracowaliśmy zestaw zabiegów pomagających wyszczuplić i ujędrnić ciało w połączeniu z propozycją odpowiedniej diety oczyszczającej i wskazówkami żywieniowymi w dalszym etapie. Nie od dziś wiadomo, że terapie skojarzone wzajemnie się uzupełniają i dają często najlepszy efekt. Proponujemy naprzemiennie zabiegi ujędrniające z drenującymi, które to pomagają odprowadzić toksyny z organizmu i przywracają jego prawidłowe funkcjonowanie.

Drenaż limfatyczny ręczny oraz maszynowy. Jest to rodzaj masażu stymulującego przepływ limfy, co ma celu przyspieszenie metabolizmu i usunięcie z organizmu zbędnych produktów przemiany materii oraz toksyn. Podczas drenażu limfatycznego ciało jest uciskane wzdłuż naczyń limfatycznych. Efektem masażu jest przede wszystkim usunięcie obrzęków oraz wyszczuplenie ciała i redukcja cellulitu. W trakcie zabiegu wytwarza się podciśnienie, które pobudza krążenie krwi, przyspiesza przemianę materii, pobudza procesy wydalania. W efekcie następuje odżywienie skóry, poprawia się jej jędrność.

Kolejnym skutecznym zabiegiem na ciało jest BODY MIKROAKTYWACJA XL

Celem zabiegu jest zwiększenie przepuszczalności naskórka i zastosowanie

bionanotechnologicznych aktywnych preparatów, które pracują w naszej skórze przez ok. 7 dni. W tym czasie nieustannie jest odbudowywana i odżywiana tkanka w skórze właściwej, która odpowiada za wygląd i jędrność ciała.

Zaletą tych zabiegów jest właśnie to, że po pobudzeniu i zmiękczeniu naskórka mamy możliwość stymulowania różnych obszarów naszego kochanego ciała.

W zależności od doboru odpowiedniej głowicy możemy stymulować każdą neuralgiczną partię ciała: uda, brzuch, pośladki. Usunąć cellulit, spłycić rozstępy i ujędrnić biust. Skóra odzyskuje swoją młodzieńczą witalność. Staje się wyraźnie gładka, bardziej elastyczna i nawilżona.

Zalety zabiegów:

- 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.
- Możliwość poprawy wyglądu piersi oraz przedramion, tzw. pelikanów.
- Znaczne spłycenie rozstępów.

Aby zmiany były widoczne i trwałe, zabiegi należy wykonywać seriami, a następnie co jakiś czas powtarzać. Warto też pamiętać, że nawet najlepszy efekt osiągnięty w gabinecie szybko zostanie zniwelowany, jeśli o problematyczne partie ciała nie będziemy dbać same, pamiętając o odpowiednim odżywianiu i obserwacji swego ciała.

Dla naszych klientów opracowaliśmy atrakcyjne pakiety zabiegowe.

Szerszych informacji udzielimy na miejscu w Studio Urody „Idalia” Radom ul. Sienkiewicza 26/1 lub telefonicznie nr 48 384 75 55; 606 471 648.

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



MIĘDZYNARODOWE CENTRUM MEDYCYNY HOLISTYCZNEJ



Nowo powstałe w Radomiu Międzynarodowe Centrum Medycyny Holistycznej „Liberty” daje pacjentom szansę na wyleczenie i utrzymanie dobrego stanu zdrowia, dzięki połączeniu:

- wiedzy wynikającej z holistycznego podejścia do ludzkiego organizmu
- medycyny niekonwencjonalnej
- medycyny akademickiej

Każdy pacjent jest traktowany indywidualnie, poprzez dobór terapii i metod leczenia najbardziej odpowiednich dla niego – zarówno z zakresu medycyny holistycznej, jak i konwencjonalnej. Medycyna holistyczna ustala przyczyny chorób i je usuwa. Dążymy, tam gdzie to tylko możliwe, do zastosowania terapii uruchamiającej autoregenerację organizmu. Zarówno w sferze fizycznej, jak i psychicznej – według zasady „W zdrowym ciele zdrowy duch”.

Nasi specjaliści:

- **Ewa Kuckert** – holistka prowadząca diagnostykę organizmu aparatem bioscan, a także analizę aury, trening energetyczny oraz usuwanie blokad w przepływie energii. Występowanie aury organizmów żywych potwierdzono naukowo. Analiza aury człowieka pozwala na poznanie przyczyn jego dolegliwości, zarówno w sferze fizycznej, psychicznej, jak i duchowej. Naprawa aury prowadzi do uruchomienia procesów samoleczenia wielu poważnych schorzeń.
- **mgr Jolanta Mazur** – specjalista psycholog kliniczny i psychoterapeutka zajmująca się diagnostyką, konsultacjami, psychoterapią indywidualną i grupową oraz testowymi badaniami psychologicznymi;
- **Pardeep Sharda** – praktykujący hinduską medycynę ayurwedy, medytacje i jogę.
- **Władysław Kostkowski** – chiropraktyk i fitoterapeuta prowadzący terapię przewlekłych zwyrodnień stawów, kręgosłupa, a także korektę deformacji narządu ruchu u dzieci i młodzieży. Terapeuta stosuje również medycyny chińskiej i ayurwedyjskiej.

W ofercie MCMH pacjenci znajdują również:

- **Ozonoterapię**, która z powodzeniem eliminuje dolegliwości opierające się tradycyjnym metodom leczenia. Ozon jest trzyatomową cząsteczką tlenu, która z łatwością przekształca się w tlen. Ten bezbarwny gaz łatwo rozpuszcza się w wodzie i osoczu krwi. Doprowadzany bezpośrednio lub w pobliżu chorych organów i tkanek uaktywnia proces ich regeneracji.
- **Hydrokolonoterpię**, polegającą na oczyszczeniu jelit ze złożeń będących źródłem zatrucia organizmu oraz generatorem stanów zapalnych.

Trast medyczny Nova Medic z Międzynarodowym Centrum Medycyny Holistycznej w Radomiu

Diagnostyka: EMG, EEG, USG, Test wydolności mięśni przykręgosłupowych wg dr Wolfa

Specjaliści:

Ortopedia i medycyna sportowa

dr n. med. **Roman Kowal**, lek. med. **Stanisław Sławiński**

Neurologia

dr n. med. **Elżbieta Kowal**

Neurochirurgia

prof. nadzw. dr hab. n. med. **Zbigniew Kotwica**

Rehabilitacja

dr n. med. **Roman Kowal**, lek. med. **Agnieszka Raczyńska**

W ramach NFZ:

- poradnia rehabilitacji
- kwalifikacja i przygotowania do endoprotezoplastyki stawu biodrowego i kolanowego
- wstępna kwalifikacja do zabiegów dostawowego podania komórek macierzystych

KRÓTKIE TERMINY REALIZACJI

Międzynarodowe Centrum
Medycyny Holistycznej Liberty
Nova Medic
www.liberty.radom.pl
Radom, ul. Wolność 10C
Rejestracja: 696 522 822
rejestracja@nova-medic.pl

Wszyscy chcą twojego dobra. Nie daj go sobie zabrać!



coach
Marzena Figura
tel. 502 460 037

Stare powiedzenie mówi: z kim przestajesz, takim się stajesz. Warto sprawdzać, jacy ludzie cię otaczają i czy świadomie ich wybrałeś. Ich głos może dodawać ci skrzydeł albo ściągać na ziemię.

Wyobraź sobie, że wpadłeś na wspaniały pomysł, jest w nim wszystko, na czym ci zależy i co może odmienić twoje życie. Myślisz o tym dzień i noc, nie możesz spać. Nosi cię. Nie wytrzymasz, musisz komuś opowiedzieć. Zanim pobiegiesz, zaczekaj, zatrzymaj się. Komu pierwszemu opowiesz o swoim pomysle? Do kogo pójdziesz? Od tego może zależeć, czy od jutra zaczniesz go realizować, czy też wątpić, czy to w ogóle ma sens.

Fundamentem powodzenia naszych przedsięwzięć jest mocne przekonanie, że to jest to, czego chcemy i jesteśmy gotowi do tego dążyć nawet mimo trudności. Nie żyjemy jednak w próżni i mamy potrzebę dzielenia się swoimi pomysłami i dowiadywania się, co o nich myślą inni. Kiedy jednak dzielimy się swoimi przemyśleniami, stwarzamy innym możliwość bycia ich recenzentami. Opinie osób z otoczenia mogą wpływać na powodzenie naszych planów. Ważne jest więc to, komu pozwalamy się wypowiadać na temat naszych dążeń i czyich rad słuchamy.

Odważni kontra hamulcowi

Przed wszystkim spójrzmy na ludzi, którzy nas otaczają i odpowiedzmy sobie na kilka pytań. Jak to się stało, że to są właśnie te, a nie inne osoby? Kto zdecydował, że są w twoim życiu? Co do niego wnoszą? Czy to jest to, czego potrzebujesz? Czy sprawiają, że czujesz się przy nich dobrze, czy też po spotkaniach z nimi jesteś przygaszony i wątpiący we własne siły? Pomysł, które relacje chcesz zachować i pielęgnować, a które zakończyć albo rozluźnić. Najlepsze relacje to te, w których czujemy się najbardziej sobą. A to potrafią sprawić ludzie, którzy żyją w zgodzie ze sobą, mają pomysł na życie

i go realizują, ufają sobie i losowi. Porażek nie traktują jako końca świata, ale jako lekcje, z których wyciągają wnioski. Wierzą w nas, widzą nasz potencjał, zachęcają do działania, a jednocześnie dają nam dużo przestrzeni. Nie uzurpują sobie prawa do wpływania na nasze życie, bo są przekonane, że sami najlepiej nim pokierujemy. Jeśli wyrażają zdanie na temat naszych działań, pozostawiają nam wybór, czy chcemy z niego skorzystać. Gdy jednak potrzebujemy wsparcia, wiemy, że możemy na nie liczyć.

Ich obecność będzie szczególnie ważna, jeśli przymierzamy się do dużych zmian, a w naszym otoczeniu dominują osoby ostrożne, zachowawcze, dla których każda zmiana albo niestandardowy wybór to niepotrzebne ryzyko. To może sprawić, że kiedy będziemy potrzebować wsparcia, by zdobyć się na odważny krok, nie będą umiały nam go dać i skoncentrują się raczej na przekonywaniu nas, że nasza obecna sytuacja ma wiele plusów i nie trzeba jej wcale zmieniać. Jednak żeby płynąć dalej, czasem trzeba z czymś się rozstać, nawet jeśli ma to swoją cenę. I z tym pomogą nam się oswoić odważni. Pielęgnowmy więc te relacje, z nimi u boku utrzymamy swój życiowy kurs. Oni wręcz nie pozwolą nam z niego zbroczyć!

Rodzina – dla twojego dobra

To się może natomiast zdarzyć, gdy pozwolimy, by to inni mieli pomysł na nas. Tak zdarza się najczęściej w relacjach rodzinnych. Czasami największa trudność polega na tym, że część bliskich, powołując się na to, że są naszą rodziną i chcą dla nas jak najlepiej, usiłuje mocno wpływać na nasze życiowe wybory. Dotyczy to przede wszystkim relacji rodzice – dzieci. Tu można spotkać najczęściej dwie postawy: albo chęć zrealizowania poprzez dzieci własnych ambicji i marzeń o prestiżowym zawodzie, kontynuowaniu tradycji, albo – to dotyczy rodziców osób już pracujących – odwołanie ich od życiowych zmian, w obawie że to zbyt ryzykowne. Postawy te mogą się wydawać kontrastowe, ale tak naprawdę w obu przypadkach rodzice kierują się brakiem zaufania wynikającym z lęku, że ich dziecko samo nie jest w stanie dobrze pokierować swoim życiem. To nie dodaje dziecku wcale sił, tylko wręcz przeciwnie, ograbia je z nich i podkopuje wiarę w siebie. Taka osoba zaczyna żyć w ostrym konflikcie

wewnętrznym między tym, czego sama chce, a czego oczekują od niej rodzice.

Zdecydujmy zatem, co jest dla nas ważne, i brońmy tego. Bo to nasze życie i my będziemy ponosić konsekwencje swoich wyborów. Otoczmy się ludźmi, którzy w nas wierzą, a rodziców poprośmy, żeby nawet jeśli nie do końca nas rozumieją, po prostu życzyli nam dobrze i nie przeszkadzali w realizacji naszych planów. Jeśli brakuje nam wsparcia w gronie najbliższych, pomyślmy o coachingu. Coach stworzy nam przestrzeń do tego, żebyś mógł usłyszeć sam siebie i zdecydować, co jest dla ciebie ważne i do czego chcesz dążyć. Pomoże nam też zbudować wewnętrzną pewność siebie, dzięki której poradzimy sobie z ewentualnymi naciskami z zewnątrz.

Osobisty krytyk

Teraz przyjrzyjmy się drugiemu kręgowi wpływu, czyli temu, co się dzieje w naszej głowie. Dość paskudną kreaturą, w którą został wyposażony chyba każdy z nas, jest wewnętrzny krytyk. Skąd się wziął? Wewnętrzny krytyk to wchłonięte i zapamiętane przez nas głosy rodziców i opiekunów, którzy w dzieciństwie chcieli nas przed wieloma rzeczami chronić i dlatego stosowali wobec nas liczne zakazy. To sprawia, że do dziś, gdy mamy ochotę zrobić coś nowego, możemy usłyszeć w swojej głowie grzmiącego krytyka: nie wychylaj się, siedź cicho, to niebezpieczne, nie dasz rady. Kiedy mu ulegamy i go słuchamy, zaczynamy stać w miejscu i najprawdopodobniej przechodzimy koło nosa różne życiowe szanse. Jak ujarzmić swojego krytyka i nie pozwolić mu przejąć kontroli nad życiem? Przede wszystkim musimy uświadomić sobie, że go w ogóle mamy, nie utożsamiając się z nim. Jego głos poznamy po tym, że nie wierzy w nas, wszystkiego się obawia, powstrzymując nas od działania, jest nieprzyjemny i surowy. Wzbudza w nas poczucie winy, lęku i niepewności. Sprawia, że czujemy się źle. Sposoby na krytyka? Przypomnijmy sobie, co najczęściej nam mówi, i gdy znów się odezwie, zignorujmy go albo podejmijmy z nim dialog np. „Tak, tak, wiem, że to znowu ty, ale ja mam inne plany”. Warto też zadawać sobie pytanie: kto podejmuje decyzję, ja czy krytyk? To pozwala odzyskać kontrolę nad sytuacją i podjąć decyzję zgodną z naszą wolą, a nie pod dyktando krytyka.

drkuklinski

konsultacje

wtorki od 15.30

MEDICON

ul. Gagarina 1

tel. 48 367 15 10

środy od 15.30

MEDJANA

ul. Czachowskiego 21a

tel. 48 363 33 73

kom. 602 66 88 31

www.drkuklinski.pl

dr n. med. Adam Kukliński
specjalista chirurgii naczyniowej

- USG Doppler naczyń
- operacje klasyczne żylaków
- miniflebectomia
- małoinwazyjne leczenie żylaków
 - RF – Radio Frequency VNUS Closure Fast Medtronic
 - nowatorska metoda klejenia żylaków
 - Flebogrif
- skleroterapia
- kompleksowe leczenie niedokrwienia kończyn

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**

Ukryte przekonania

Oprócz wewnętrznej krytyki na nasze życie i powodzenie planów mogą wpływać także nieuświadomione przekonania na różne tematy, o których istnieniu możemy się dowiedzieć dopiero wtedy, gdy dążąc do realizacji swoich celów, odkryjemy, że sami sobie stoimy na drodze. Skąd się biorą? To też zwykle spadek rodzinny. Jakże to mogą być przekonania? Na przykład: pieniądze to coś podejrzanego, zmiana może być tylko na gorsze, nie można mieć wszystkiego, dbanie o własne potrzeby to egoizm. Tych przekonań nie wybieramy, po prostu nimi nasiąkamy. Jak się wyrwać z ich mocy? Zaczniemy od wytropienia ich, a potem krok po kroku rozmontujemy je, poddając logicznej analizie. Na przykład: na jakiej podstawie uważam, że pieniądze to coś podejrzanego, albo że dbanie o własne potrzeby jest egoizmem? Kto decyduje o tym, że nie można mieć wszystkiego? Jakie mam dowody na to, że zmiana może być tylko na gorsze? Potem poszukamy własnych odpowiedzi na pytania, czym są dla nas pieniądze, co dla nas znaczy mieć wszystko, i zbudujemy swoje nowe, w pełni świadome przekonania. Może się okazać, że pieniądze pozwalają ci żyć po swojemu, dbanie o własne potrzeby sprawia, że jesteś lepszym rodzicem i ciekawszym partnerem, a mieć wszystko to inne rozłożenie akcentów życiowych. Co nam da odkrycie własnych przekonań? Uspójnienie. Uspójnimy to, w co wierzyliśmy, z tym, do czego dążymy, a dzięki temu łatwiej osiągniemy to, na czym nam zależy.

Pogódźmy się z niemożliwym

Nasze zasoby energii są ograniczone, kierujemy ją więc tam, gdzie sprzyja to osiągnięciu naszych celów. Na wiele rzeczy mamy wpływ: możemy pokonać wewnętrznego krytyka, rozbroić fałszywe przekonania, wybrać ludzi, których chcemy słuchać. Ważne też, żeby wiedzieć, na co nie mamy wpływu, i wycofać z tych rejonów energię, żeby zwyczajnie jej nie marnować. Nie przekonujemy więc nieprzekonanych, pogódźmy się z tym, że nie wszystkim nasze wybory będą się podobać.

Już wiesz, komu pierwszemu opowiesz o swoim nowym pomysśle?



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

Coaching
POLSKA

Marzena Figura coach

tel. 502 460 037

biuro@coachingpolska.com.pl

www.coachingpolska.com.pl



gabinet
NEUROLOGICZNY
Jakub Szymon Miśta
specjalista neurolog

środa 15.30 - 17.00

Radom, ul. Witolda 7
lok. 1.09.6 - Pawilony Rosa
tel. 601 497 118
www.jsmista.pl

Andrzej Borysowicz
specjalista neurolog
tel. 604 930 232, Radom, ul. Niedziałkowskiego 24

Pracownia EMG
specjalista neurolog Grzegorz Jurkiewicz

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

Grójec, ul. P. 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

Agnieszka Rogozińska

specjalista neurolog
przyjmuje w czwartki od 17.00
Radom,
ul. Bernardyńska 3A



tel. 48 386 95 00
511 511 234

Izabela Gralak-Wdowik
lek. psychiatra

- DEPRESJE • NERWICE
- PSYCHOZY • UZALEŻNIENIA

Radom, ul. Witolda 7 lok. 1.07
tel. 698 992 596

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

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

GABINET NEUROLOGICZNY
Jarosław Kosowski

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

lek. specjalista neurolog
Ewa Dudzińska

przyjmuje w poniedziałki od 16.00 do 18.00

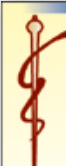


Radom, ul. Czachowskiego 21A, kom. 606 731 821

Leczenie
uzależnień
alkoholowych
ESPERAL, DISULFIRAM



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



lek. Andrzej Karczewski
Specjalista Psychiatra

- porady lekarskie
- wizyty domowe
- konsultacje

Zgłoszenia telefoniczne
502 713 654

ul. Kopernika 9/14
Radom
www.psychiatra.radom.pl

LECZENIE:

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

GABINET
NEUROLOGICZNY

Marina Chojnacka

Radom, ul. Kelles-Krauza 32
tel. 48 384 89 04,
kom. 604 994 824

przyjmuje
poniedziałek 16.00-17.00

OPTYK GRABOWSCY



z tą gazetką
rabat -5%
na okulary

Balutti

SPRAWDŹ PROMOCJE!
ODWIEDŹ NASZE SALONY

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

GF FERRÉ

SOLANO

Baldinini



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



OKULISTA & OPTYK LIKOWSCY

Elżbieta Likowska

lekarz okulista

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

NOWOŚĆ!
badanie OCT

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

Waldemar Nazimek specjalista chorób oczu

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

Salon Optyczny

- bezpłatne badania bez konieczności zakupu okularów
- okulary od 100 zł



**DOKTOR
MARCHEWKA**

Radom
ul. 25 Czerwca 46A
(przy Kauflandzie)
tel. 48 360 65 70

Ewa Krupa specjalista chorób oczu

po, śr, cz, pt od 15.00
Radom, Żeromskiego 62
(w bramie po prawej stronie)
zapisy tel. 606 68 94 50

dr n. med. **Bogusław Szponar**

specjalista chorób oczu

tel. 602 762 323

OPTYK

Likowski
nieprzerwanie
od 1999 roku

GABINETY OKULISTYCZNE i ZAKŁADY OPTYCZNE

czynne codziennie

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

Pionki, Plac Konstytucji 3 Maja 1

(Hotel Imperium) tel. 574 340 644

przyjmuje specjalista chorób oczu

likowski@vp.pl
www.likowski.eu

Rehabilitacja zaburzeń wieku rozwojowego dzieci i młodzieży w Polmedic



mgr fizjoterapii
Agata Środa
terapeuta metody
NDT-Bobath,
Integracji Sensorycznej

RWR – dla kogo?

Rehabilitacja zaburzeń wieku rozwojowego (RWR) od kwietnia dostępna jest w Polmedic. Jest to usługa kierowana do dzieci i młodzieży w wieku od 0 do 18 lat. Swoim zakresem obejmuje leczenie następujących schorzeń i zaburzeń:

- opóźnienie rozwoju psychoruchowego,
- zaburzenia napięcia mięśniowego,
- uszkodzenia okołoporodowe,
- mózgowo-porażenie dziecięce,
- wady wrodzone, np. przepuklina oponowo-rdzeniowa,
- choroby genetyczne, np. zespół Downa.

Terapia krok po kroku

Pierwszą czynnością konieczną do zdiagnozowania schorzenia i skierowania dziecka na terapię w ramach RWR jest wizyta u lekarza pierwszego kontaktu. Następnie mały pacjent kierowany jest na konsultację u specjalisty z zakresu rehabilitacji leczniczej. Poradnie rehabilitacji znajdują się w Zespołach Poradni Specjalistycznych Polmedic przy ul. Okulickiego 76 oraz Osiedlowej 9.

Pełna lista lekarzy przyjmujących w poradniach dostępna jest w placówkach w formie papierowej oraz na www.polmedic.com.pl w zakładce Polmedic/Nasi Lekarze.

Podczas konsultacji specjalistycznej lekarz dobiera odpowiednie zabiegi i ich częstotliwość do indywidualnych potrzeb dziecka.

Kolejny etap to spotkanie z trójką terapeutów: logopedą, psychologiem i fizjoterapeutą, którzy wydają ostateczną decyzję o rodzaju terapii. Po trzech miesiącach rehabilitacji mały pacjent ponownie spotyka się z lekarzem rehabilitacji leczniczej. Celem konsultacji jest stwierdzenie poprawy lub wydanie opinii o konieczności kontynuacji leczenia. Jeśli dotychczasowa terapia przyniosła pożądane efekty, następuje wypis pacjenta.

Podczas cyklu rehabilitacji dzieci – szczególnie tych najmłodszych – obecność rodziców lub opiekunów jest często niezbędna. Dzięki niej terapeuta łatwiej zaskarbi sobie zaufanie małego pacjenta, a same zajęcia będą kojarzyły się pozytywnie. To także na rodzicach spoczywa konieczność budowania pozytywnego nastawienia do terapii oraz stałe motywowanie do samodzielnej pracy w domu (np. wykonywania zaleconych ćwiczeń lub utrzymywania właściwej postawy ciała).

Metody rehabilitacji

W terapii wykorzystujemy zróżnicowane metody rehabilitacji. Są one indywidualnie dopasowywane do konkretnego pacjenta. Najczęściej opierają się na naturalnych, zaprogramowanych przez naturę ruchach dziecka.

Najpopularniejsze z nich to:

- NDT – Bobath: ćwiczenia kształtujące prawidłowe wzorce ruchowe u dzieci,

- masaż leczniczy niemowląt,
- masaż sensoryczny,
- rehabilitacja poprzez doświadczenia zmysłowe,
- ćwiczenia przez zabawę.

Najczęstsze pytania

Ile trwa cykl rehabilitacji?

W przypadku RWR nie ma możliwości ustalenia odgórnie terminu zakończenia terapii. O końcu decyduje lekarz stwierdzając, że nastąpiła maksymalna możliwa poprawa. Zabiegi odbywają się średnio 1-3 razy w tygodniu, a czas dopasowany do indywidualnych możliwości i wieku dziecka.

Czy podczas ćwiczeń dziecko będzie czuło ból?

Nie, terapia bazuje na wzorcach ruchowych naturalnych dla dziecka. Dodatkowo ćwiczenia wykonywane są w formie zabawy, w przyjaznym otoczeniu. Fizjoterapeuta jest w stanie stwierdzić, kiedy dziecko odczuwa dyskomfort lub jego samopoczucie ulega pogorszeniu.

Co należy ze sobą zabrać?

Dziecko należy ubrać wygodnie. W przypadku maluszków zaleca się body z krótkim rękawem, starsze dzieci – koszulki i spodenki. Rodzice powinni pamiętać o obuwii na zmianę oraz wodzie lub napoju dla dziecka.

polmedic 

www.polmedic.com.pl

www.facebook.com/Polmedic

KOMUNIKAT

Zapisy do Zespołu Poradni Specjalistycznych
przy **ul. 1905 Roku 20**

pod numerem **48 386 90 60**



polmedic 

T: 48 386 90 60

www.polmedic.com.pl

Facebook/ Polmedic

Fundacja
Montiana Polonia



Poradnia Rehabilitacyjna dla Dzieci

Fundacja Montiana Polonia

Radom, ul. Reja 28, tel. 48 331 03 83, 514 144 229

Poradnia@cfic.pl, www.poradnia.cfic.pl

Konsultacje specjalistyczne dla dzieci:

- Lekarz Rehabilitacji • Fizjoterapeuta
- Neurologopeda • Psycholog dziecięcy

• KINEZYTERAPIA:

- terapia indywidualna metodą PNF, Bobath, Wojty, SI,
- terapia manualna, terapia tkanek miękkich
- kinesiotaping
- korekcja wad postawy

• FIZYKOTERAPIA

• MASAŻ LECZNICZY

• MASAŻ WIBRACYJNY

- HYDROTERAPIA – masaż wirowy kończyn dolnych i kręgosłupa lędźwiowego



Pierwsza konsultacja u fizjoterapeuty darmowa

Rehabilitacja w domu pacjenta w ramach kontraktu z NFZ

produkt dostępny
w najlepszych aptekach

KOLAGEN DO PICIA
1 fiołka dziennie

Jędrna skóra
Zdrowe stawy
Mocne kości



www.artivit.com.pl

**Leczenie
nadciśnienia tętniczego
i chorób sercowo-naczyniowych**

lek. med. Wioletta Sorbian
specjalista chorób wewnętrznych
hipertensjolog

GABINET LEKARSKI

Radom ul. Witolda 7 lok. 1.07
rejestracja: pn-pt w godz. 8-16
tel. 795 001 814



**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

Specjaliści: zaburzenia łaknienia to choroba mózgu

Osoby cierpiące na zaburzenia łaknienia, takie jak anoreksja czy bulimia, często skrzętnie to ukrywają podobnie jak to robią ludzie uzależnieni od alkoholu – pisze BBC News z okazji rozpoczynającego się 26 lutego Tygodnia Świadomości Zaburzeń Łaknienia.

Jak ujawnił sondaż przeprowadzony przez YouGov na grupie 2,1 tys. Brytyjczyków, większość osób nie wie, jakie są objawy zaburzeń łaknienia. Aż 79% badanych nie było w stanie określić psychologicznych symptomów anoreksji i bulimii, takich jak zaniżona samoocena oraz wypaczone postrzeganie masy własnego ciała.

Często jest tak, że rodzice nie dopuszczają myśli, że ich córka cierpi na zaburzenia łaknienia. Przyznała się do tego Lynda Kent, której córka zachorowała z tego powodu przed 15 laty, kiedy miała 19 lat. – *Nie chciałam dostrzec, że ten problem występuje w naszej rodzinie, aż w końcu uświadomiła mi to moja druga córka* – powiedziała dziennikarzom.

Brytyjska organizacja charytatywna Beat podkreśla, że wczesne wykrycie anoreksji i bulimii jest bardzo ważne, bo im szybciej zostanie zastosowane leczenie, tym bardziej jest ono skuteczne. Może ono uchronić przed wyniszczeniem organizmu, bo choroby te mogą okazać się śmiertelne.

Lynda Kent zwraca uwagę, że początkowe objawy zaburzeń łaknienia – np. zaburzenia nastroju – mogą być mało widoczne. – *Moja*

córka była bardzo wycofana i zdystansowana – wspomina.

W kolejnym etapie osoby dotknięte tymi chorobami robią wszystko, żeby ukryć przed bliskimi i znajomymi, że nic je jedzą. Pod tym względem zachowują się jak alkoholicy, którzy starają się ukryć butelki z alkoholem i swoje uzależnienie.

– *Córka przekonywała nas, że już jadła albo że jadła razem z przyjaciółmi* – opowiada Kent. Opisała również, jak córka miała zjeść pozostawionego w lodówce kurczaka: wyjęła z mięsa kosteczkę i wyrzuciła je do kosza, natomiast mięso powędrowało za ogrodzenie domu.

Andrew Radford z organizacji Beat twierdzi, że najczęstszymi objawami zaburzeń łaknienia są zmiany zachowania, obsesja na punkcie jedzenia, zaburzone postrzeganie własnej masy ciała i sylwetki, a także ciągłe zmęczenie i zaburzenia koncentracji uwagi, wychodzenie do toalety po zjedzeniu posiłku oraz nadmierne uprawianie sportu.

Kent podkreśla, że zaburzenia łaknienia to choroba mózgu, ich powodem jest brak poczucia bezpieczeństwa i kontroli.

– *Żywność jest jedyną rzeczą, którą są (te osoby) w stanie kontrolować* – opisuje.

Brytyjka dodaje, że jej córka zmagająca się z chorobą przez ponad 10 lat. Leczyła się prywatnie w USA, obecnie jest producentką stacji telewizyjnej BBC.

Zródło: Farmacja praktyczna



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



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

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



Iwona Kędzior-Biedrzycka
KARDIOLOG DZIECIĘCY
PEDIATRA

**EKG, UKG (echo serca),
Holter EKG**

konsultacje kardiologiczne,
badania pediatryczne

Przychodnia EndoCard,
Radom (Glinice), ul. Biała 47
tel. 603 770 018
www.kardiolog-dzieciocy.radom.pl



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

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

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

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

- porady chirurgiczne
- gastroskopia
- kolonoskopia
- możliwość znieczulenia ogólnego



PRZYCHODNIA CENTRUM

NZOZ sp. z o.o. zoz

Medycyna rodzinna bezpłatnie
w ramach umowy z NFZ.

Udzielamy porad
w przychodni rehabilitacyjnej
w ramach umowy z NFZ.

Porad udzielają:

Monika Gajos

Specjalista reh. med.

Mariusz Wronisz

Specjalista reh. ruch.

Jan Sekuła

Specjalista ortopedii
i traumatologii narządu ruchu

Piotr Chyl

Specjalista ortopedii
i traumatologii narządu ruchu

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

z a p r a s z a m y

od poniedziałku do piątku

Radom ul. Gajowa 66

tel. 48 384 62 49, 48 332 93 52



leczenie osteoporozy
badanie gęstości tkanki kostnej

Jan Sekuła

specjalista chirurgii urazowo-ortopedycznej

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

Krzysztof Baryłka

spec. chirurg dziecięcy

tel. prywatny 609 182 337

PORADY W ZAKRESIE:

- chirurgii dziecięcej

- w tym urazowej

- urologii dziecięcej

(drobne zabiegi)

- zaburzeń oddawania moczu

(w tym moczenia nocnego)

rejestracja 48 386 90 60

Radom, ul. Osiedlowa 9 Polmedic

W Przychodni Medjana

pon. od 18.30, tel. 510 098 225

czynne
czwartek
od 16⁰⁰

Dokładniejsze metody diagnostyki chorób odkleszczowych

Naukowcy z Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku chcą szukać substancji, które pozwolą dokładniej diagnozować choroby odkleszczowe i opracować precyzyjne metody leczenia – podaje serwis Naukawspolsce.pap.pl.

Badania potrwać pięć lat; przeprowadzi je dr hab. Anna Moniuszko-Malinowska ze współpracownikami z Kliniki Chorób Zakaźnych i Neuroinfekcji oraz Zakładu Chemii Nieorganicznej i Analitycznej Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku (UMB).

- *Celem projektu jest znalezienie takich substancji, które pozwolą na różnicowanie chorób o podobnych objawach i przebiegu klinicznym (...)* Przykładem jest chociażby wielopostaciowy obraz boreliozy. Z tym mamy najwięcej problemów, dlatego, że hospitalizujemy pacjentów z różnych powodów pod hasłem boreliozy – wyjaśnia dr hab. Anna Moniuszko-Malinowska.

Badania obejmą wybranych pacjentów z Kliniki Chorób Zakaźnych i Neuroinfekcji UMB – osoby pokłute przez kleszcze. W ich krwi, moczu, płynie mózgowo-rdzeniowym oraz w tkankach skóry (w miejscu wystąpienia rumienia) lekarze będą identyfikować metabolity, będące potencjalnymi biomarkerami poszczególnych chorób odkleszczowych. Interesują ich również związki, które pozwalają odróżnić choroby o podobnych objawach, ale różnym pochodzeniu. To ważne, bo – jak podkreśla Moniuszko-Malinowska – chory może być zakażony kilkoma patogenami jednocześnie, co utrudnia diagnostykę i leczenie. Lekarze podkreślają, że przebieg chorób odkleszczowych może być bardzo poważny, mogą też wystąpić powikłania – neurologiczne albo nawet w sferze psychicznej, zwłaszcza w przypadku kleszczowego zapalenia mózgu.

Medycy zwracają uwagę, że wyniki badań pacjentów są często źle interpretowane, sami zaś chorzy sięgają po alternatywne sposoby leczenia. Prof. Moniuszko-Malinowska opowiada o pewnej pacjentce, która w ramach terapii alternatywnej przez wiele miesięcy przyjmowała kilka różnych antybiotyków, leki przeciwgrzybicze i przeciw pasożytnicze. Skończyło się to zniszczeniem flory bakteryjnej jelita, uszkodzeniem wątroby i problemami kardiologicznymi. – *Chcemy takim sytuacjom zapobiegać i jak najlepiej rozpoznawać te schorzenia* – podkreśla. Jak dodała, czasami zdarzają się także absurdy i pomyłki w diagnozach. Bywa bowiem, że wyniki badania sugerują boreliozę, ale przyczyną dolegliwości są inne choroby, np. autoimmunologiczne. Pokazałyby to inne badania, gdyby je wykonano.

- *To tylko pokazuje potrzebę precyzyjnej diagnostyki. Walczymy z przypisywaniem boreliozie wszystkich możliwych objawów. Dlatego zawsze diagnozujemy pacjentów kompleksowo* – mówi Moniuszko-Malinowska. Dodaje, że boreliozę z Lyme leczy się skutecznie pod warunkiem prawidłowej diagnozy.

Klinika Chorób Zakaźnych i Neuroinfekcji UMB leczy rocznie około 500-600 chorych na boreliozę, a poradnia – co najmniej podobną liczbę chorych. Trafia tam także ok. 50-60 osób z kleszczowym zapaleniem mózgu. Lekarze diagnozują tam także pacjentów z rzadziej występującymi i trudniej diagnozowanymi chorobami przenoszonymi przez kleszcze, np. anaplazmozę czy ludzką babeszjozę.

źródło: Naukawspolsce.pap.pl



Zakład Diagnostyki Obrazowej i Radiologii Interwencyjnej
Mazowieckiego Szpitala Specjalistycznego Sp. z o.o.
26-617 Radom ul. Juliana Aleksandrowicza 5

Nie jest wymagane skierowanie!!!

Jesteś po 50-tce? Zbadaj swoje piersi!

Bezpłatna mammografia

w ramach Populacyjnego Programu Wczesnego Wykrywania Raka Piersi

Zapraszamy Panie w wieku 50-69 lat, które spełniają jedno z kryteriów:

- nie miały wykonywanej mammografii w ciągu ostatnich dwóch lat;
- otrzymały w ramach programu profilaktyka raka piersi pisemne wskazanie do wykonania ponownej mammografii po 12 miesiącach z powodu obciążenia czynnikami:
 - rak piersi wśród członków rodziny (matka, siostra, córka)
 - mutacja w obrębie genów BRCA1 lub BRCA2

Szczegółowe informacje pod nr tel. 48 361 48 18
i na stronie internetowej: www.wss.com.pl



DIACOM TECHNOLOGY
solatium

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

ONEL-MED
NZOZ

Radom, ul. Mireckiego 10 tel./faks (48) 360 22 22
tel. 533 06 22 27
przyjmuje w poniedziałki 10.00-13.00

lek. med. Jadwiga Roszczyk
specjalista chirurgii ogólnej
chirurgia ogólna i naczyniowa.
USG. doppler naczyń kończyn dolnych

Przychodnia Zamłynie ul. Klonowica 10/12
przyjmuje w srody 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

LEKARZ ORTOPEDA
Tomasz Szyncarzuk

- urazy i schorzenia narządu ruchu
- iniekcje okołostawowe i dostawowe
- dobór zabiegów rehabilitacyjnych

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

Centrum Medycyny Kobiet



Zygmunt Nita
ginekolog położnik

kom. 601 950 410
przyjmuje wtorek 17.00-19.00

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

N O W O Ś Ć

LASEROWE NIEINWAZYJNE
leczenie wysiłkowego nietrzymania moczu i obniżenia ścian pochwy

Laser FOTONA Dynamis XS

dr n. med.
Dobrosława
Sikora-Szcześniak

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



DOM OPIEKI POD ŻŁOTYM DĘBEM
DLA OSÓB W PODESZYM WIEKU I OSÓB NIESAMODZIELNYCH



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

DOM OFERUJE RÓWNIEŻ PIELĘGNACYJNE POBYTY POSZPITALNE.

Wygodnie doświadczono w opiece

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

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

dr n. med. Wojciech Kowalczewski
specjalista chirurg dziecięcy
GABINET CHIRURGICZNY

Radom, ul. Wodna 24, tel. 601 382 388, 601 546 726, (48) 364 32 94
www.drkowalczewski.pl

ginekolog położnik
Małgorzata Hejnar-Szczerbińska

USG 3D,
aparat Voluson
doppler kończyn dolnych

Radom, ul. Szewska 5,
tel. 48 363 15 52,
602 288 359

Usuwanie żyłaków metodą pary wodnej SVS



Metoda usuwania żyłaków kończyn dolnych z użyciem pary wodnej SVS jest stosunkowo nową technologią. Twórcą i jej wynalazcą zarazem jest francuski lekarz, chirurg naczyniowy Profesor Rene Milleret. Obecnie jest szeroko stosowana w większości krajów Europy. W Polsce wprowadzona do klinik w 2013 roku. Początkowo zabiegi SVS wykonywane były z wykorzystaniem aparatu I-generacji VenoSteam. Od 2017 roku na rynku dostępny jest nowoczesny aparat II generacji VBOX Hybrid francuskiej firmy Miravas który jako pierwszy w Polsce został zainstalowany w Klinice Angiomedicus w Radomiu.

Przy użyciu tego urządzenia można zlikwidować niemal wszystkie rodzaje żyłaków. Metoda SVS jest małoinwazyjna, bezpieczna i niemal bezbolesna. Zabieg trwa ok. 30-40 min wykonywany jest w znieczuleniu miejscowym bez konieczności klucia w kręgosłup czy intubacji. Po zabiegu

pacjent wraca do domu a następnego dnia do swoich zwykłych czynności. Całkowity okres rekonwalescencji trwa ok 5-7 dni.

W metodzie SVS jako nośnik energii wykorzystuje się wodę. Woda (para wodna) jest naszym naturalnym środowiskiem jest dla nas zupełnie obojętna, nie zawiera żadnych substancji chemicznych, nie wywołuje alergii. Sterylną wodę podaje się do specjalnego generatora gdzie przetwarzana jest w przegrzaną parę wodną. Para wodna podana przez cewnik do żyłaka powoduje jego ablację i zwłóknienie. Dzięki tej właściwości możemy leczyć dowolne żyłaki z zakresu żyły odpiszczelowej czy odstrzałkowej. Największe jednak korzyści mają pacjenci z żyłakami nawrotowymi którzy często przeszli kilka operacji klasycznych i nadal mają nawroty w postaci „kłębowiska” poskręcanych żyłaków uda czy goleni. Zastosowanie SVS u tych pacjentów daje niemal 100% pewność wyleczenia ponieważ para wodna dostaje się do wszystkich zakamarków takich nawrotowych żył skutecznie je zamykając. Tak skutecznego leczenia nie można osiągnąć stosując metody chirurgiczne czy nawet techniki laserowej ablacji lub radiofrekwencji. Dlatego w tych przypadkach metoda SVS przewyższa pozostałe techniki.

Klinika Angiomedicus nawiązała stałą współpracę z Profesorem Rene Milleret,

twórcą i wynalazcą metody SVS. W grudniu ub. roku mieliśmy przyjemność i zaszczyt wykonać pierwsze zabiegi w Radomiu usunięcia żyłaków parą wodną w asyście Pana Profesora. Kolejne zabiegi z udziałem Profesora miały miejsce 10 marca br. Od grudnia 2017 w Klinice Angiomedicus wykonuje się zabiegi SVS z wykorzystaniem aparatu II generacji Vbox Hybrid Wszyscy operowani pacjenci czują się dobrze a kontrolne badania wykazały doskonały efekt zabiegu.

Angiomedicus
Centrum Flebologii i Laseroterapii
lek. Zbigniew Kupis

26. MAJA
GODZ. OD 09.00
ZAPRASZAMY
NA NIEODPŁATNE
KONSULTACJE
Z ZAKRESU
MEDYCyny
ESTETYCZNEJ
I CHOROÓB ŻYŁ
ZAPISY: 48 370 38 84



CENTRUM FLEBOLOGII I LASEROTERAPII

**NOWA METODA
USUWANIE
ŻYŁAKÓW
PARĄ WODNĄ
(SVS)**

Jest to nowoczesna metoda, pozwalająca na skuteczne zamykanie większości rodzajów żyłaków przy dużym zadowoleniu i komforcie pacjentów (9,25 w 10 stopniowej skali).

**LASEROWE
USUWANIE
ŻYŁAKÓW**



**MEDYCyna
ESTETYCZNA**



LASEROWE ZABIEGI PROKTOLOGICZNE

Nowoczesne metody leczenia chorób naczyń

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

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

www.angiomedicus.pl



Laboratorium wykonuje badania z zakresu:

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

Laboratorium czynne od poniedziałku do piątku w godzinach 7.00-17.00 przyjęcia pacjentów 7.00-9.30 lub 16.00-17.00 (tylko niektóre badania)

a także w soboty w godzinach 8.00-9.00

Informujemy iż posiadamy drugi punkt pobrań przy ul. Czachowskiego 21a, w gabinecie nr 4 (Przychodnia MEDJANA) czynny od poniedziałku do piątku w godz. 8.00-10.00

Laboratorium medyczne



specjalistyczna
pracownia analiz
lekarskich
mgr Krystyna Baldys

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

www.baldys-lab.eu

Jesteś w Centrum

WSPÓŁPRACA

UMIĘTNOŚĆ ZESPOŁOWEGO WYKONYWANIA ZADAŃ
I WSPÓLNEGO ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW
DLA OSIĄGNIĘCIA ZAŁOŻONYCH CELÓW

„Jesteś w Centrum to nie tylko hasło. To całoroczny projekt dotyczący wszystkich, którzy tworzą Polmedic.

Chcemy, aby każdy, kto przekroczy nasze progi, traktowany był z empatią i szacunkiem. Bardzo ważne jest dla nas Twoje bezpieczeństwo, które zapewnia ścisła współpraca całego Zespołu.

Przez cały 2018 rok w placówkach będą pojawiać się plakaty, które przybliżą Ci nasze wartości.”

