



Skuteczne leczenie niepłodności

str. 26

Zwykłe przeziębienie czy poważna choroba zakaźna?

str. 5

Robot ratujący życie i zdrowie

str. 8

Komora hiperbaryczna – terapia tlenem

str. 14

**Chlamydia – bakteria,
dająca poważne
następstwa
zdrowotne**

str. 10



**Jak przygotować się do planowanego
zabiegu operacyjnego**

str. 16

**Nauka o zdrowiu, ważna
dyscyplina w świecie nauki**

str. 13

Spis ogłoszeń

LEKARZE SPECJALIŚCI

ALERGOLOG

Gamed – str. 14
Łukasik Ewa • MEDICON – str. 3

ANGIOLOG

Kupis Zbigniew – str. 16

CHIRURG DZIECIĘCY

Baryłka Krzysztof – str. 22
Kowalczewski Wojciech – str. 22
Wypyski Andrzej – str. 22

CHIRURG NACZYNIOWY

Kupis Zbigniew – str. 16
Roszczyk Jadwiga • MEDICS – str. 22
Rojewski Robert – str. 17
Terpiłowski Tomasz – str. 15
Wdowik Arkadiusz – str. 12

CHIRURG OGÓLNY

Karasiuk Waldemar – str. 11
Kupis Zbigniew – str. 16
Majchrzak Wojciech • PTdental – str. 11
Rojewski Robert – str. 17
Roszczyk Jadwiga • MEDICS – str. 22
Szczęśniak Grzegorz • EUROMED – str. 22
Terpiłowski Tomasz – str. 15
Wrzosek Grzegorz • ENDOCARD – str. 25
Wdowik Arkadiusz – str. 12

CHIRURG ONKOLOG

Krajewska Danuta • MEDJANA – str. 9
Majchrzak Wojciech • PTdental – str. 11
Rojewski Robert – str. 17
Szczęśniak Grzegorz • EUROMED – str. 22

DERMATOLOG

Gamed – str. 14

DIABETOLOG

Jaśkiewicz Anna • EPMED – str. 16
Nazimek Marta – str. 24
Kempa Urszula – str. 24

ENDOKRYNOLOG

Gamed – str. 14
Kempa Urszula – str. 24

GASTROLOG

Droździkowski Wiesław – str. 17
Gamed – str. 14

GINEKOLOG

Gamed – str. 14
Hejnar-Szczerbińska Małgorzata – str. 21
Kielski Piotr • EPMED – str. 16
Nita Zygmunt – str. 21
Szczęśniak-Sikora Dobrosława – str. 21

HIPERTENSJOLOG

Sorbiana Wioletta – str. 25

INTERNISTA

Borysowicz Urszula • P.M.R. – str. 19
Burski Jacek – str. 8
Gamed – str. 14
Przybyłowicz Waldemar • P.M.R. – str. 19

KARDIOLOG

Bąk-Chojnacka Anna – str. 25
Gamed – str. 14
Kędzior-Biedrzycka Iwona – str. 25
Ordyk-Rusek Patrycja – str. 25
Świągół Paweł – str. 25
Wrzosek Bożena • ENDOCARD – str. 25

LARYNGOLOG

Gamed – str. 14
Kielska Ewa • EPMED – str. 16

MEDYCYNĄ ESTETYCZNA

Kupis Zbigniew – str. 16
MEDYCYNĄ PRACY, BADANIA OKRESOWE
Gamed – str. 14
Przybyłowicz Waldemar • P.M.R. – str. 19

NEUROLOG

Borysowicz Andrzej – str. 7
Chochół Paweł – str. 8
Chojnacka Marina – str. 7
Dudzińska Ewa – str. 7
Frynas Katarzyna – str. 7
Gamed – str. 14
Jurkiewicz Grzegorz – str. 7
Kobayashi Adam – str. 8
Kosowski Jarosław – str. 7
Milanowska Dorota – str. 7

Miśta Jakub – str. 7
Nadgrodkiewicz Krzysztof – str. 7
Olczyk Ziemowit – str. 7
Rogozińska Agnieszka – str. 7

OKULISTA

Gamed – str. 14
Likowska Elżbieta – str. 18
Krupa Ewa – str. 19
Nazimek Waldemar – str. 19

ORTOPEDA

Bartnik Maciej – str. 22
Karaś Marek • MEDICON – str. 3
Kazubiński Hubert – str. 22
Piasta Zbigniew – str. 9
Sekula Jan • SANUS – str. 23
Szykarczuk Tomasz – str. 22
Wypyski Andrzej – str. 22

PEDIATRA

Gamed – str. 14
Kędzior-Biedrzycka Iwona – str. 25
Kozłowska Paulina – str. 24
Nazimek Marta – str. 24

PROKTOLOG

Rojewski Robert – str. 17

PRZYCHODNIE

Angiomedicus – str. 16
Centrum Bernardyńska – str. 3
EndoCard – str. 25
Epmmed – str. 16
Euromed – str. 22
Gamed – str. 14
Kelles Krauz – str. 20
Medicon – str. 3
MedJana – str. 9
Mój Lekarz Radom – str. 8
Medics – str. 17
Polmedic – str. 26, 28
Przychodnia Centrum – str. 24
Śródmieście 3 – str. 18
Terpiłowski – str. 15
Vita-derm – str. 11

PULMONOLOG

Węgrzycka Barbara – str. 17

PSYCHIATRA

Gamed – str. 14
Gralak-Wdowik Izabela – str. 23
Karczewski Andrzej – str. 23
Ostrach Dorota – str. 9

STOMATOLOG

Aurumdent – str. 11
Dent Artis – str. 10
Gamed – str. 14
Luxdent – str. 11
PT Dental – str. 11
Szwedental – str. 10

UROLOG

Alter Andrzej – str. 9
Baryłka Krzysztof – str. 22
Gamed – str. 14
Igal Mor – str. 8

USŁUGI MEDYCZNE

ANALIZY MEDYCZNE

Laboratorium Bałdys – str. 27
Medica – str. 4

BADANIA KIEROWCÓW

Gamed – str. 14
PMR – str. 19

DIETETYK

Fizjomedica – str. 12
Skalska Nina – str. 14
MASAŻ LECZNICZY
Chrobrego – str. 12
FizjoExpert – str. 12
Fizjomedica – str. 12
OPTYK

Abumex – str. 18
Dr Marchewka – str. 19
Grabowscy – str. 19
Likowska Elżbieta – str. 18
Likowski Adam – str. 18

OPIEKA PIELEGNIARSKA

Chrobrego – str. 12
Dom Pod Żłotym Dębem – str. 12

Mobilna Pielęgniarska – str. 17
Vic-Med – str. 12

OSRODKI OPIEKI DŁUGOTERMINOWEJ

Dom Pod Żłotym Dębem – str. 12
Chrobrego – str. 12

PROTETYKA STOMATOLOGICZNA

Lapro dentis – str. 10

PSYCHOLOG

Gamed – str. 14
Kołątaj Agnieszka – str. 9

REHABILITACJA

Chrobrego – str. 12
FizjoExpert – str. 12
Fizjomedica – str. 12
Vic-Med – str. 12

SKLEPY MEDYCZNE

Armed Ort – str. 21
Mikirad – str. 21
Multimed – str. 21
Stymat – str. 21

DIAGNOSTYKA MEDYCZNA

ANALIZY MEDYCZNE

Gamed – str. 14
Laboratorium Bałdys – str. 27
Medica – str. 4

BIOPSJE

Euromed – str. 22
BADANIE GĘSTOŚCI KOŚCI
Sanus – str. 23

DOPPLER

Kupis Zbigniew – str. 16
Rojewski Robert – str. 17
Roszczyk Jadwiga • MEDICS – str. 22
Terpiłowski – str. 15

EMG/EEG

Jurkiewicz Grzegorz – str. 7

REZONANS MAGNETYCZNY

Grupa Medical – str. 24
Polmedic – str. 28

TOMOGRAFIA KOMPUTEROWA

Polmedic – str. 28

USG

Centrum Medycyny Kobiet – str. 21
Droździkowski Wiesław – str. 17
Epmmed – str. 16
Euromed – str. 22
Hejnar-Szczerbińska Małgorzata – str. 21
Medicon – str. 3
Rojewski Robert – str. 17

INNE

Coaching – str. 23
Diacom – str. 19
Eliomed – str. 11
Idalia – str. 14
Konopna farmacja – str. 7
Przychodnia Weterynaryjna RCMZ – str. 15
Medikos – str. 13



Wydawca nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam i ogłoszeń.

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

OBSŁUGA KIENTA

533 251 968

@ medyk@gazetamedyk.pl

www.gazetamedyk.pl



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

**Zabiegi usunięcia
zespołu cieśni nadgarstka
- szybkie terminy na NFZ**

www.medicon.com.pl



CENTRUM BERNARDYŃSKA

Szybki dostęp do lekarzy

Radom, ul. Bernardyńska 3A

kom. 511 511 234

tel. 48 386 95 00

48 386 96 00

w godz. 8.00-20.00

NOWI SPECJALIŚCI

- **Kozyra Katarzyna** – **PODOLOG / PIELĘGNACJA STÓP**
- **lek. spec. Szymańska Beata** – **INTERNISTA / NEFROLOG** **WIZYTY DOMOWE**
- **lek. spec. Ordyk-Rusek Patrycja** – **KARDIOLOG DZIECIĘCY**
- **lek. spec. Kowalczyk Paweł** – **MEDYCYNA RODZINNA / NIEMOWLAKI, DZIECI, DOROŚLI, USG JAMY BRZUSZNEJ, USG TARCZYCY**
- **dr n. med. Torz Cezary** – **UROLOG**

POZOSTALI SPECJALIŚCI

+ **CHIRURG DZIECIĘCY** + **CHIRURG OGÓLNY** + **CHIRURG ONKOLOG**
 + **CHIRURG NACZYŃNIOWY** + **DERMATOLOG** I **WENEROLOG** + **DIABETOLOG** + **DIETETYK**
 + **ENDOKRYNOLOG** + **ENDOKRYNOLOG DZIECIĘCY** + **GASTROENTEROLOG**
 + **GINEKOLOG** I **POŁOŻNIK** + **HEMATOLOG** + **HEPATOLOG** + **HIPERTENSJOLOG**
 + **INTERNISTA** + **KARDIOLOG** + **LOGOPEDA** + **MASAŻYSTA** + **MEDYCYNA PRACY**
 + **NEFROLOG** + **NEFROLOG DZIECIĘCY** + **NEUROCHIRURG** + **NEUROLOG**
 + **NEUROLOG DZIECIĘCY** + **ONKOLOG** + **ORTOPEDA** I **TRAUMATOLOG NARZĄDU RUCHU**
 + **OKULISTA MEDYCYNY PRACY** + **OTORYNOLARYNGOLOG** + **PEDIATRA**
 + **PSYCHIATRA** I **LECZENIE UZALEŻNIEŃ** + **PROKTOLOG** + **PSYCHOLOG**
 + **PSYCHOLOG DZIECI** I **MŁODZIEŻY** + **PULMONOLOG** + **REUMATOLOG** + **RADIOLOG**
 + **SEKSUOLOG** + **TERAPEUTA TERAPII MANUALNEJ** + **TRANSPLANTOLOG** + **UROLOG**
BADANIA URODYNAMICZNE, ECHO SERCA, LABORATORIUM ANALITYCZNE, MEDYCYNA PRACY, HOLTER EKG, HOLTER RR, TEST WYSIŁKOWY, PRELUKSACJA (USG STAWU BIODROWEGO U DZIECI), USG, ZABIEGI, BADANIE POLIGRAFICZNE W KIERUNKU BEZDECHU W CZASIE SNU

MEDYK

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



Zwykłe przeziębienie czy poważna choroba zakaźna?

nowoczesna i szybka diagnostyka laboratoryjna etiologii infekcji dróg oddechowych

Okres jesienno-zimowy to czas w którym niezwykle trudno uniknąć infekcji. Spadek temperatury, deszczowa pogoda, zmniejszona aktywność fizyczna, obniżenie odporności – wszystko to sprawia, że jesteśmy bardziej narażeni na grypę i przeziębienia. Wirusy i bakterie, stanowiące źródło chorób, są przenoszone głównie drogą kropelkową, podczas kichania, kaszlu oraz w wyniku bezpośredniego kontaktu ze świążką wydzieloną z dróg oddechowych zakażonych osób lub skażonymi przez niego przedmiotami. Z tego typu zagrożeniami możemy zetknąć się w pracy, szkole, przedszkolu, autobusie, galeriach handlowych czy domu. Odróżnienie brzemiennej w skutkach grypy od infekcji grypopodobnej lub anginy paciorkowcowej od wirusowego zapalenia gardła jest niezwykle istotne w dalszym postępowaniu klinicznym.

Jakie badania mamy do wyboru?

W przypadku wystąpienia objawów infekcji dróg oddechowych rekomendujemy wykonanie morfologii z pełnym różnicowaniem leukocytów, OB po 1 h, CRP oraz ASO - badania te umożliwiają wykrycie toczącego się stanu zapalnego w organizmie oraz pozwalają rozróżnić zakażenie o podłożu wirusowym od zakażenia o podłożu bakteryjnym. Laboratorium MEDICA w swojej ofercie posiada ponadto nowoczesne testy do szybkiej diagnostyki etiologii infekcji dróg oddechowych – test w kierunku grypy A (szczep A/H1N1, A/H3N2, A/H5N1) i B oraz test w kierunku paciorkowców z grupy A (Strep A) odpowiedzialnych za wystąpienie anginy ropnej. W przypadku uzyskania wyniku dodatniego w teście Strep A rekomendujemy wykonanie posiewu bakteriologicznego z gardła w celu określenia jaki jest właściwy antybiotyk (tzw. leczenie celowane) w leczeniu danego szczepu bakterii.

Grypa czy infekcja grypopodobna?

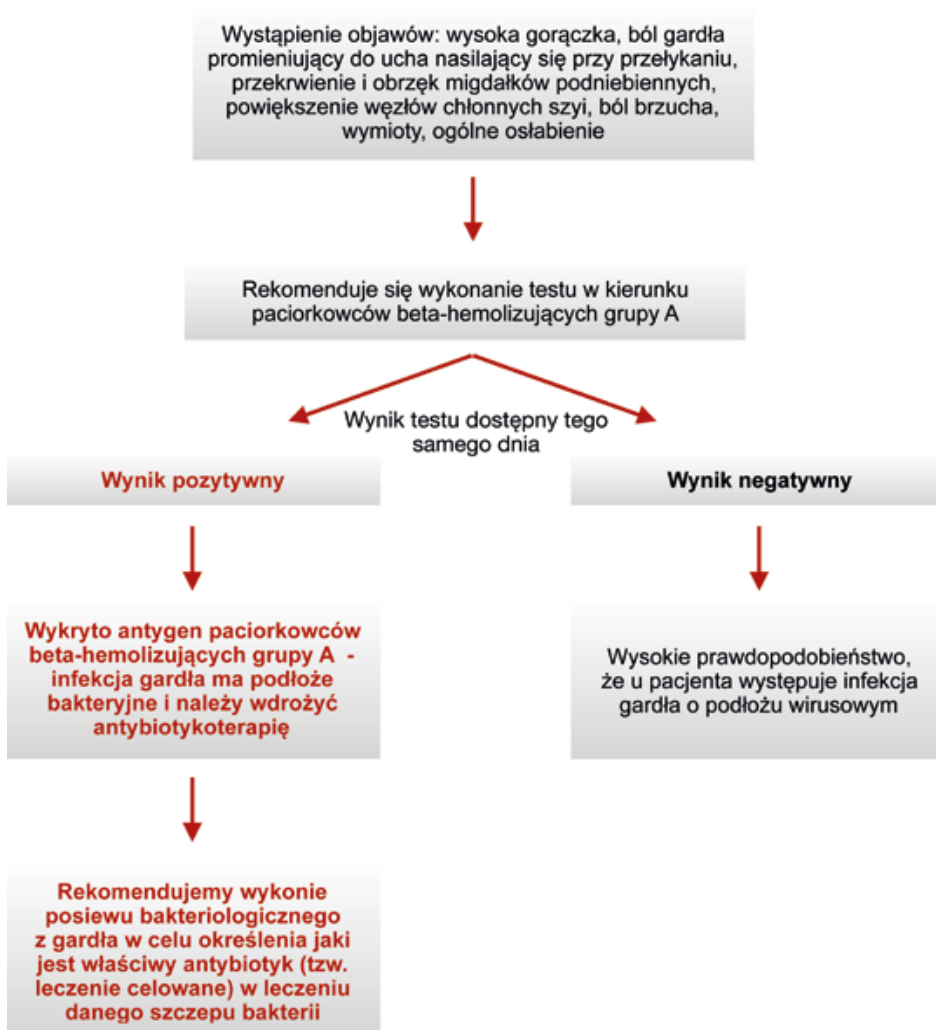
Grypa to poważna choroba zakaźna, która każdego roku daje znać o sobie i może być przyczyną groźnych dla życia i zdrowia powikłań pogrypowych. Jej objawy bardzo często są mylone ze zwykłym przeziębieniem.

Test w kierunku grypy typu A (szczep A/H1N1, A/H3N2, A/H5N1) i B pozwala odpowiedzieć na pytanie czy objawy chorobowe spowodowane są przez wirusa grypy typu A lub B. Test należy wykonać po 48-72 godzinach od wystąpienia objawów. Jest to badanie nieinwazyjne i bezbolesne, dlatego może być stosowane u dzieci. Materiałem do badania jest wymaz pobrany z nosa za pomocą jałowej wymazówki. Wynik pozytywny testu wskazuje z dużym prawdopodobieństwem, że pacjent choruje na grypę. Wczesne rozpoznanie grypy pozwala ograniczyć jej rozprzestrzenianie się oraz zastosować odpowiednie leczenie przeciwwirusowe, którego celem jest złagodzenie objawów i zapobieganie wystąpieniu

groźnych powikłań. Negatywny wynik testu może świadczyć, że u pacjenta występuje infekcja o innej etiologii lub że w badanej próbce była niewystarczająca dla wykrycia liczba cząstek wirusa (np. gdy materiał do badania został pobrany w późnym okresie choroby – kiedy wirus grypy już tak intensywnie się nie namnaża).

Zapalenie gardła o etiologii bakteryjnej czy wirusowej?

Ból gardła może być spowodowany atakiem wirusów lub bakterii, które są odpowiedzialne za anginę ropną. Rozpoznanie etiologii infekcji gardła po samych objawach bardzo często skutkuje postawieniem błędnej diagnozy oraz wdrożeniem nieskutecznego leczenia.



Test w kierunku paciorkowców z grupy A (Strep A) pozwala na szybkie potwierdzenie lub wykluczenie, że zapalenie gardła zostało spowodowane przez paciorkowce beta-hemolizujące grupy A – *Streptococcus pyogenes*. Test ten stanowi alternatywę do standardowego badania mikrobiologicznego, które z uwagi na długi czas oczekiwania na wynik (hodowla i identyfikacja patogenu wraz z wykonaniem antybiogramu trwa od 3 do 4 dni roboczych) opóźnia rozpoznanie anginy paciorkowcowej oraz wdrożenie skutecznego leczenia. Dobrze dobrana i poprawnie zaordynowana antybiotykoterapia zapobiega większości powikłań, chroni przed gorączką reumatyczną, skraca czas zakaźności chorego, zmniejsza intensywność objawów choroby, ogranicza nosicielstwo patogenu oraz zapobiega nawrotom anginy ropnej. Test Strep A jest testem nieinwazyjnym i bezbolesnym, dlatego może być stosowany u dzieci. Materiałem do badania jest wymaz pobrany z gardła i migdałków za pomocą jałowej wymazówki. Wynik pozytywny testu oznacza, że w badanej próbce wykryto antygen paciorkowców beta-hemolizujących grupy A i infekcja ma podłoże bakteryjne. Zawsze wymaga ona leczenia antybiotykiem, a nieleczona może prowadzić do wielu niebezpiecznych powikłań, m.in. nabytych wad serca u dzieci i młodzieży. Wynik negatywny przemawia za zapaleniem gardła o etiologii wirusowej.



W przypadku uzyskania wyniku dodatniego rekomendujemy wykonanie posiewu bakteriologicznego z gardła w celu określenia jaki jest właściwy antybiotyk (tzw. leczenie celowane) w leczeniu danego szczepu bakterii, który odpowiedzialny jest za problem kliniczny.

W okresie jesienno-zimowym większość wizyt ambulatoryjnych w przychodniach jest wynikiem infekcji dróg oddechowych. Dotyczy to zarówno dzieci, jak i dorosłych. Prawidłowe rozpoznanie etiologii infekcji jest kluczowe dla wdrożenia odpowiedniego leczenia oraz zapobieganiu groźnym powikłaniom. Dzięki osiągnięciom współczesnej

medycyny dysponujemy nowoczesnymi testami laboratoryjnymi pomocnymi w postawieniu prawidłowej diagnozy. W przypadku wystąpienia objawów infekcji dróg oddechowych oprócz wyżej opisanych szybkich testów, Laboratorium MEDICA rekomenduje wykonanie dodatkowo morfologii z pełnym różnicowaniem leukocytów, OB po 1 h, CRP oraz ASO. Zachęcamy do zapoznania się z naszą pełną ofertą badań dostępną w siedzibie laboratorium oraz na stronie internetowej: www.medica.radom.pl Pragniemy również przypomnieć o profilaktyce infekcji, która polega na dbaniu o prawidłową dietę, aktywności fizycznej, spacerach na świeżym powietrzu oraz szczepieniach ochronnych.

Wystąpienie objawów: gorączka (często powyżej 39°C), bóle głowy, dreszcze, bóle mięśni, stawów, katar, kaszel, bolące gardło, ogólne osłabienie



Po 48-72h od wystąpienia objawów rekomenduje się wykonanie testu w kierunku grypy typu A i B



Wynik pozytywny

Wynik negatywny



Wysokie prawdopodobieństwo, że pacjent choruje na gripę

Wysokie prawdopodobieństwo, że u pacjenta występuje infekcja o innej etiologii niż wirus grypy

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**

lek. specjalista neurolog

Ewa Dudzińska

przyjmuje w poniedziałki od 16.00 do 18.00

Centrum Medyczne
MEDJana

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

Andrzej Borysowicz

specjalista neurolog

tel. **792 177 877**, Radom, ul. Niedziałkowskiego 24

GABINET NEUROLOGICZNY

Marina Chojnacka

Radom, ul. Kelles-Krauz 32

tel. 48 **384 89 04**, kom. **604 994 824**

przyjmuje poniedziałek 16.00-17.00

lek. med. **Dorota Milanowska**

specjalista
neurolog

Radom, ul. Bernardyńska 3a,

tel. 48 386 95 00, tel. 511 511 234

przyjmuje w środy od 18.00

Agnieszka Rogozińska

specjalista neurolog

przyjmuje w czwartki od 17.00

Radom,
ul. Bernardyńska 3A

tel. 48 386 95 00
511 511 234

CENTRUM
BERNARDYŃSKA

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

KONOPNA FARMACJA

KONOPNA MAŚĆ
UNIWERSALNA **carun**



Dzięki zawartości ekstraktu z całej rośliny z konopi maść ta może pozytywnie wpływać nie tylko w szerokim zakresie na dolegliwości skórne, ale także pomaga w różnego rodzaju boleściach, zranieniach czy zapaleniach.

Łuszczyca, egzema, trądzik, owrzodzenia, oparzenia, hemoroidy, bóle pleców, kręgosłupa, stawów, mięśni, ścięgien, bóle zębów i dziąseł, żyłaki, bóle artretyczne i reumatyczne, pleśnie, brodawki, podrażniona, sucha i popękana skóra, ukąszenia owadów, bóle menstruacyjne i wiele innych.

Radom, ul. Okulickiego 42 lok. 5
tel. 731 273 718

godziny otwarcia
poniedziałek - piątek 9.00-17.00
sobota 9.00-14.00

Konopna Farmacja Radom

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
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

GABINET NEUROLOGICZNY
Jarosław Kosowski

tel. 608 460 030

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

specjalista neurolog

Katarzyna Frynas

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

Centrum Medyczne
MEDJana

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

Robot ratujący życie i zdrowie



prof. dr hab. n. med.
Igal Mor

Robot chirurgiczny da Vinci to nowoczesne, zaawansowane technologicznie urządzenie, które wykorzystuje się do wykonywania skomplikowanych zabiegów chirurgicznych. Ułatwia on lekarzowi przeprowadzenie zabiegu, zmniejsza traumatyzację tkanek, skraca czas rekonwalescencji. Robot da Vinci ma bardzo szerokie zastosowanie we współczesnej medycynie

– w Szpitalu Mazovia najczęściej wykorzystywany jest podczas zabiegów prostatektomii radykalnej.

Robot da Vinci został zaprojektowany w taki sposób, by jak najbardziej ułatwić lekarzowi wykonywanie zabiegów chirurgicznych nawet w najtrudniej dostępnych miejscach organizmu. Robot zbudowany jest z dwóch części: czterech sterowalnych ramion, mających kontakt z polem zabiegowym (trzy z nich wyposażone są w narzędzia pracujące w technologii EndoWrist, czwarte – w endoskopową kamerę) oraz konsoli połączonej z ramionami przy pomocy kabli, przy której stoi lekarz. Jest ona wyposażona m.in. w manetki do sterowania narzędziami, powiększający układ optyczny oraz rozmaite przyciski i pedały (m.in. do koagulacji oraz ssania).

W jakich zabiegach stosuje się robota da Vinci?

Robot da Vinci ma bardzo szerokie zastosowanie we współczesnej medycynie. Przy jego pomocy wykonuje się m.in. zabiegi z zakresu chirurgii ginekologicznej, takich jak usuwanie zmian łagodnych i nowotworowych narządu rodowego, usuwanie macicy oraz jajników. Operacje z wykorzystaniem robota da Vinci wykonuje się u pacjentów ze zdiagnozowanymi nowotworami jelita grubego – jest to m.in. dolna resekcja odbytnicy oraz resekcja całkowita lub częściowa jelita. Oprócz tego, robot da Vinci bywa stosowany m.in. podczas operacji nowotworów szyi i głowy (jama usta, język), płuc (całkowita lub częściowa resekcja płuca), a także zabiegów z zakresu kardiochirurgii.

W Szpitalu Mazovia robot chirurgiczny da Vinci jest wykorzystywany przede wszystkim w operacjach urologii onkologicznej, głównie – prostatektomii radykalnej, która polega na całkowitym usunięciu gruczołu krokowego, pęcherzyków nasiennych oraz fragmentu nasieniowodów (czasami usuwa się również węzły chłonne), a następnie na zespoleniu cewki z pęcherzem moczowym.

Użycie robota niesie ze sobą korzyści zarówno dla lekarza, jak i dla pacjenta. Chirurg może o wiele bardziej precyzyjnie dotrzeć do wszystkich operowanych tkanek, ma również doskonałe pole widzenia i bardzo szerokie możliwości manipulowania narzędziami. Z kolei dla pacjenta operacja z wykorzystaniem robota da Vinci to m.in. mniejsza traumatyzacja tkanek, szybsze usunięcie cewnika (zazwyczaj już 3-4 doby po zabiegu), krótszy czas unieruchomienia i rekonwalescencji, a także większa szansa na zachowanie wzroku.

W Szpitalu Mazovia zabiegi z wykorzystaniem robota da Vinci przeprowadzamy od 2017 r. – w tym czasie pomogliśmy wielu pacjentom wrócić do zdrowia. Operacje wykonują doświadczeni specjaliści, nieustannie podnoszący swoje kwalifikacje na kursach i szkoleniach. Wszystkie osoby zainteresowane naszą ofertą zaprasza do punktu konsultacyjnego prof dr hab. n. med. Igal Mor.



Mój Lekarz Radom.pl
PRYWATNE GABINETY LEKARSKIE

Radom, ul. Skrajna 113
tel. 694 88 00 44

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 Oddziału Neurochirurgii

Neurolog • prof. hab. n. med. **Adam Kobayashi**

Terapia uzależnień • prof. dr hab. **Agnieszka Saracen**

Diabetolog, Pediatra • prof. dr hab. n. med. **Ewa Pańkowska**

Chirurg naczyniowy • lek. med. **Grzegorz Noll**

Chirurg Dziecięcy, Chirurgia Ogólna • dr n. med. **Marek Stępień**

Onkolog, Radioterapeuta • dr n. med. **Jerzy Z. Skoczylas**

Laryngolog, Otolaryngolog • dr n. med. **Wojciech Chlebny**

Internista, Alergolog • lek. med. **Jacek Burski** – Ordynator Oddziału Internistyczno-endokrynologicznego

Alergolog, Laryngolog, Internista, Anestezjolog

• lek. med. **Krystyna Budzynowska**

Dermatolog, Medycyna Rodzinna, Medycyna Pracy

• lek. med. **Jolanta Ostrowska**

Kardiolog, Internista • lek. med. **Piotr Panin**

Neurolog • lek. med. **Paweł Chochół**

Pediatra, Lekarz rodzinny • lek. med. **Krystyna Dworzańska**

Ortopeda • lek. med. **Andrzej Sawicki**

Psychiatra • dr **Jan Kopacz**

Kardiolog, spec. chorób wewnętrznych, spec. medycyny sportowej

• prof. dr hab. med. **Dariusz Kosior**

USG, USG Doppler - naczyniowy, Holter EKG, Holter Ciśnieniowy, EKG, Laseroterapia



NFZ ortopedia

medycyna sportowa

NFZ rehabilitacja

Centrum Medyczne MEDJANA
ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)
26-600 Radom

SPECJALISTYKA
tel. 48 363 33 73 / 510 098 225
medjana@medjana.pl

www.medjanaradom.pl
f /CentrumMedyczneMedjana

REHABILITACJA
tel. 48 326 23 00 / 506 754 134
rehabilitacja@medjana.pl

Gabinety Prywatne

Piasta Zbigniew – specjalista ortopeda, lekarz medycyny sportowej
Jastrzębski Łukasz – specjalista ortopeda
Kazubiński Hubert – specjalista ortopeda
Świerczek Mirosław – specjalista ortopeda
Dudzińska Ewa – specjalista neurolog
Frynas Katarzyna – specjalista neurolog
Kupis Zbigniew – chirurg naczyniowy – angiolog
Kukliński Adam – dr nauk med. chirurgia naczyń
Kosztowniak Małgorzata – specjalista kardiolog
Ordyk-Rusek Patrycja – specjalista kardiolog dziecięcy
Kołątaj Agnieszka – psycholog
Ostrach Dorota – specjalista psychiatra
Baryłka Krzysztof – specjalista chirurgii dziecięcej
Ahmad Fawaz – specjalista chirurgii ogólnej
Krajewska Danuta – chirurg specjalista chorób piersi
Alter Andrzej – specjalista urolog

USG

**STAWY BIODROWE U NIEMOWLĄT, STAWY U DOROSŁYCH KOLANOWE,
BARKOWE, ŁOKCIOWE, ŚCIĘGNA ACHILLESA, MIĘŚNIE**

Jastrzębski Łukasz
Kazubiński Hubert
Piasta Zbigniew
Świerczek Mirosław

**JAMA BRZUSZNA, PROSTATA, JĄDRA, TARCZYCA, GRUCZOŁY
PIERSIOWE, ŚLINIANKI, WĘZŁY CHŁONNE**

Nowaczek-Dziocha Elżbieta, Grel Norbert, Ahmad Fawaz, Słyk Piotr,
Żrebiec-Kozera Agata, Piekarski Paweł, Piłat-Mikoś Anna

USG PRZEZCIEMIĄCZKOWE

Słyk Piotr, Piekarski Paweł

USG Doppler

KOŃCZYN DOLNYCH

Kukliński Adam, Kupis Zbigniew

SZYI

Rębiś-Woźniak Justyna, Grel Norbert, Kukliński Adam, Piłat-Mikoś Anna

Echo serca

DOROŚLI

Kwiecień Jolanta – poniedziałek

DZIECI

Ordyk-Rusek Patrycja – wtorek

RTG NOWOCZESNY APARAT CYFROWY

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

Zbigniew Piasta
specjalista ortopeda, traumatolog,
lekarz medycyny sportowej
przyjmuje od poniedziałku do piątku

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

Gabinet Psychologiczny

Agnieszka Kołątaj

poradnictwo, konsultacje i wsparcie psychologiczne
terapia poznawczo-behawioralna

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

specjalista psychiatra

Dorota Ostrach

przyjmuje w czwartki i piątki od 15.30 do 19.00

możliwość wizyt domowych

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

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

Chlamydia – bakteria, dająca poważne następstwa zdrowotne

Zakażenia chlamydiami są bardzo powszechne i bagatelizowane, pomimo że mogą być przyczyną poważnych komplikacji zdrowotnych. Jest to wynik trudności diagnostycznych tych bakterii i nie miarodajnych badań, które mogą potwierdzić jej obecność w organizmie.

Chlamydie są to gram-ujemne bakterie wewnątrzkomórkowe, co oznacza, że po dostaniu się do organizmu człowieka przenikają do wnętrza komórek i tam się rozmnażają, a następnie rozprzestrzeniają się wraz z krwią. Znane są trzy gatunki tych bakterii, z których każdy wywołuje schorzenia o innych objawach.

Najbardziej rozpowszechniona jest *Chlamydia trachomatis*, która przenosi się drogą płciową. Kolejna to *Chlamydia pneumoniae*, która szerzy się drogą kropelkową. Trzecią – *Chlamydia psittaci*, zarażamy się od ptaków.

Chlamydia trachomatis – najważniejszy gatunek tych bakterii. Różne szczepy są czynnikami etiologicznymi wielu zespołów chorobowych. Szerzy się z człowieka na człowieka drogą płciową, w czasie porodu lub przez bezpośredni kontakt z zakażoną osobą.

Zakażenia *Chlamydia trachomatis* są częstą przyczyną stanów zapalnych narządu rodowego, co w konsekwencji może prowadzić do bezpłodności lub powikłań ciąży.

- typy A, B, Ba, C – wywołują chorobę oczu jaglicę;
- typy D-K są przyczyną niemonokokowego zapalenia cewki moczowej u mężczyzn i zapalenia szyjki macicy u kobiet, a także zapalenia spojówek i zapalenia płuc u noworodków;
- typy L1, L2, L3 – odpowiadają za powstanie ziarnicy wenerycznej.

Chlamydia Trachomatis daje najczęściej infekcje bezobjawowe, lecz może też powodować zapalenie cewki moczowej, zapalenie najądrzy i zapalenie gruczołu krokowego u mężczyzn, a u kobiet prawie w 50% jest przyczyną nadżerki szyjki macicy, cyst i zapalenia gruczołów Bartholina, zapalenia przydatków, wtórnej bezpłodności oraz zapalenia okołowątrobowego. U noworodków narodzonych z kobiet z chlamydowym zapaleniem szyjki macicy występować mogą: zapalenie gałki ocznej lub zapalenie spojówek i zapalenie płuc. Dodatkowo u dorosłych z przewlekłą infekcją *Chlamydia trachomatis* występować mogą inne zapalenia typu: zapalenie stawów czy zapalenie gardzieli oraz reaktywne zapalenie stawów. Niekiedy objawy chorobowe w swoim przebiegu ludzko przypominają reumatoidalne zapalenie stawów i są z nim mylone, zwłaszcza na początku choroby. Najczęściej występującym objawem u kobiet jest nasilona

wydzielina z pochwy, która zwykle pojawia się 7-14 dni po kontakcie z bakterią Chlamydia. Inne objawy to: ból podczas oddawania moczu, krwawienie z pochwy i krwawienie po stosunku. Zarażeni mężczyźni odczuwają pieczenie w trakcie oddawania moczu.

Zakażenie *Chlamydia trachomatis* uznawane jest za chorobę przenoszoną drogą płciową, gdyż dochodzi do niego najczęściej poprzez stosunki płciowe z zakażonym partnerem. Najbardziej narażone na infekcję chlamydiami są osoby młode, prowadzące aktywne życie seksualne oraz wykazujące zachowania seksualne dużego ryzyka: częsta zmiana partnera, nieużywanie prezerwatyw itp. Częściej stwierdzane są również u kobiet stosujących doustne środki antykoncepcyjne. Pomimo iż rozpoznawalność zakażenia chlamydialnego w ostatnich latach znacznie wzrosła, to szacuje się, iż choroba ta występuje o wiele częściej niż jest diagnozowana. Wynika to z faktu, że bakterie te mogą przebywać w organizmie przez wiele lat w stanie uśpienia i nie dawać żadnych objawów chorobowych. Podczas uaktywnienia się chlamydii i ich znacznego namnożenia czasami mogą pojawić się objawy kliniczne, które w wielu przypadkach są bardzo zbliżone do objawów występujących w innych jednostkach chorobowych. Najczęściej są to objawy ze strony układu moczowego takie




lapro_dentis
laboratorium protetyki dentystycznej

lic. tech. dent. Katarzyna Patrycka

Oferta wykonywanych prac:
expresowa naprawa protez
protezy osiadające całkowite i częściowe
protezy elastyczne (acetal, acron)
protezy z VitalpeXu
protezy overdentures
korony i mosty licowane porcelaną
szyny wybielające i relaksacyjne

Radom, ul. Okulickiego 47
(budynek Biedronki na piętrze),
tel. 504 537 068



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



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

jak częstomocz czy pieczenie i ból podczas oddawania moczu, Mogą również pojawiać się przewlekłe bóle miednicy małej, nawracające stany zapalne narządu rodne, krwawienia międzymiesiączkowe, ból podczas stosunków płciowych czy też słuźowo-ropne upławy i inne. U mężczyzn mogą pojawić się stany zapalne cewki moczowej oraz najądrzy. Ze względu na to, iż u kobiet chlamydia najczęściej umiejscawia się w nabłonku gruczołowym kanału szyjki macicy, przy dłuższym utrzymywaniu się infekcji może dojść do powstania nadżerki szyjki macicy oraz raka narządu rodne. W niektórych przypadkach mogą pojawić się na szyjce macicy punktowe wybroczyny z niewielkimi ropniakami, co widoczne jest podczas badania ginekologicznego we wziernikach. W wielu przypadkach pewne objawy kliniczne wywołane przez *chlamydię trachomatis* w znacznym stopniu przypominają zakażenie dwóinką rzeżączki. Najczęściej jednak zakażenie przebiega bezobjawowo, dlatego prawidłowe rozpoznanie choroby jest bardzo trudne i w związku z tym rzadko stawiana jest trafna diagnoza. Nielezione zakażenie *chlamydia trachomatis* może mieć bardzo poważne następstwa.

Chlamydia pneumoniae – bakteria przenoszona drogą kropelkową, powodująca m.in. zapalenia płuc. Poważnym następstwem tej infekcji jest uszkodzenie nabłonka rzęskowego w oskrzelach i alergiczne przestrojenie organizmu sprzyjające rozwojowi dychawicy oskrzelowej, nawracających katarów nosa, przewlekłego zapalenia gardzieli i zapalenia zatok. Dodatkowe objawy to bóle stawów i nierzadko zapalenie stawów. Może uszkadzać śródbłonek naczyń i tworzy się

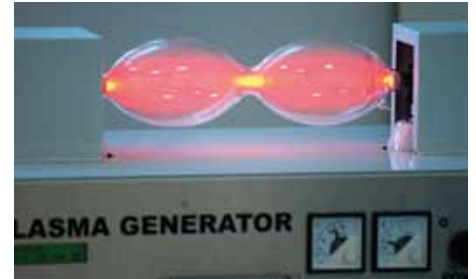
blaszka miażdżycowa. Podejrzewa się związek bakterii z chorobą Alzheimera i stwardnieniem rozsianym.

Następstwem zakażenia jest uszkodzenie nabłonka rzęskowego w oskrzelach, a czasem alergiczne przestrojenie organizmu, które sprzyja dychawicy oskrzelowej, przewlekłym katarom, przewlekłym zapaleniom gardła czy też przewlekłym zapaleniom zatok. Innym objawem zakażenia mogą być bóle stawów oraz zapalenia stawów. Ostatnie doniesienia naukowe dowodzą, że *Chlamydia pneumoniae* i *Helicobacter pylori* to bakterie podejrzewane o wpływ na rozwój choroby wieńcowej, czyli inaczej mówiąc, choroby niedokrwiennej serca z powikłaniami.

Chlamydia psittaci – ortinoza, to głównie choroba ptaków, ale człowiek może się nią zarazić od niemal każdego gatunku ptaków. Znane są też zakażenia od osób chorujących. Bakterie wnikają do organizmu przez drogi oddechowe, skąd są przenoszone przez krew do komórek śledziony, wątroby oraz pęcherzyków płucnych. Ścianki pęcherzyków płucnych i śródbłonek w tkance płucnej obumierają i ulegają zmianom martwiczym lub krwotocznym. Okres wylegania to najczęściej 1-2 tygodnie.

Początek choroby może być ostry, z gorączką ponad 40°C i silnymi dreszczami.

Częściej jednak choroba rozwija się wolno. Towarzyszą temu bóle głowy, suchy i szczykający kaszel, bóle opłucnowe. Zdarza się także wysięk w jamie opłucnej. W ciężkich przypadkach może dojść do zapalenia mięśnia sercowego lub osierdzia. Gdy bakteria zaatakuje płuca, występuje duszność i sinica. Innym objawem zakażenia są bóle mięśni, ich sztywność oraz sztywność karku. Chorzy są stale niespokojni, czasem depresyjni, nie mogą spać.



Opisując, każdą z tych bakterii, chciałam podkreślić, jak bardzo ważne jest wykrycie jej w odpowiednim czasie, dopóki jeszcze nie zrobi spustoszenia w organizmie, bardzo skuteczną metodą jest Test obciążenia organizmu i w przypadku pozbycia się jej – Generator plazmowy, który działa bezpośrednio na wyeliminowanie jej z organizmu.

Eliomed Gabinet Terapii Naturalnych
Elżbieta Petrzak

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

Klinika
Medycyny Estetycznej
VITA-Derm
dr Waldemar Karasiuk
chirurg

Radom, ul. Witolda 10,
tel. 48 300 52 52,
kom. 665 633 609

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)

ELIOMED
Gabinet Terapii Naturalnych

Elżbieta Petrzak
Radom, ul. Główna 12
gab. 14, 1 piętro
tel. 792 071 107
tel: 690 464 420
eliomed@poczta.fm
www.eliomed.pl

- Diagnostyka i terapia boreliozy, koinfekcji, pasożytów, wirusów, alergii u dzieci i dorosłych
- Vega Test
- Biorezonans
- Plazmoterapia
- Terapie naturalne

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

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
- kinesiotaping (plastry)

HYDROTHERAPIA

- wirówka kończyn górnych i dolnych

MASAŻ

- klasyczny
- drenaż limfatyczny

Rehabilitacja z dojazdem do pacjenta

Pielęgniarska opieka długoterminowa domowa NFZ

Hospicjum domowe NFZ

WYPOŻYCZALNIA

SPRZĘTU MEDYCZNEGO

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

pełna oferta na stronie
www.nzoz-chrobrego.pl

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



**Pielęgniarska opieka długoterminowa
BEZPŁATNIE NFZ**

tel. 600 611 501, 509 569 541

www.vic-med.pl

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



telefon
606 499 981
www.fizjoexpert.pl

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



Centrum Medyczne FizjoMedica

Poradnia Rehabilitacji NFZ krótkie terminy

wizyty lekarskie • lekarz ortopeda • porady dietetyczne

masaże

lecniczy
relaksacyjny
modelujący Tai-Chi
liftingujący twarzy, szyi i dekoltu
odchudzający bańką chińską
masaż kobiet w ciąży
masaż i nauka masażu niemowląt

zabiegi
upiększające

przeciwmarszczkowe
przeciwtrądzikowe
przeciw bliznom i rozstępom
antycellulitowe
wyszczuplające
zabiegi pielęgnacyjne SPA

Radom

ul. Wierzbicka 90

tel. (48) 389 31 75

kom. 511 997 051

fizjo.medica@wp.pl

www.fizjomedica.radom.pl

Darmowa konsultacja fizjoterapeutyczna

Rehabilitacja domowa

Nowość! fala uderzeniowa



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
POSPITALNE.

Wzrost doświadczenie w opiece

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

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

lek. Arkadiusz Wdowik

specjalista chirurgii naczyniowej

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

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



Nauka o zdrowiu

ważna dyscyplina w świecie nauki

Na mocy Rozporządzenia Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego z dnia 20 września 2018 roku wprowadzono podział dwustopniowy na dziedziny i dyscypliny. Rozporządzenie weszło w życie 1 października 2018 roku. Na skutek reformy została utworzona dziedzina nauk medycznych i nauk o zdrowiu, w ramach której można wyróżnić następujące dyscypliny naukowe:

- nauki medyczne
- nauki o zdrowiu
- nauki farmaceutyczne
- nauki o kulturze fizycznej

Studia wyższe na wydziałach nauk medycznych i nauk o zdrowiu prowadzone są najczęściej na kierunkach: lekarskim, fizjoterapii, pielęgniarstwie, ratownictwie medycznym. Tematem wiodącym na wszystkich kierunkach jest zdrowie oraz jego aspekty w życiu człowieka.

Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) zdrowie jest stanem pełnego dobrego samopoczucia fizycznego, psychicznego, społecznego, a nie wyłącznie brakiem choroby lub niedomagania.

W ostatnich dziesięcioleciach występowało wiele różnorodnych uwarunkowań w zdrowiu, które doprowadziły do próby definiowania zdrowia z perspektywy różnych dziedzin nauki. Jednym z ciekawszych poglądów na temat zdrowia i choroby był ten przedstawiony przez Talcotta Parsonsa – wybitnego socjologa. Jako przedstawiciel nauk społecznych postrzegał stan człowieka w kontekście zachowań i jego interakcji z otoczeniem. W 1951 roku sformułował definicję zdrowia uznając je za „stan, w którym jednostka wykazuje optymalną umiejętność efektywnego realizowania ról i zadań

wyznaczonych jej przez proces socjalizacji”. W oparciu o funkcjonalistyczną koncepcję zdrowia, według której społeczeństwo funkcjonuje jako dynamicznie złożona całość, za miarę zdrowia został przez niego przyjęty poziom wywiązywania się z ról i satysfakcja jednostki z ich pełnienia. Współcześnie wiemy, że powyższa propozycja nie należy do kompletnych, bowiem niewywiązywanie się z ról i zadań zależne jest od różnorodnych czynników m.in. niskiego wykształcenia, sytuacji na rynku pracy. Jednakże definicja ta w sposób istotny przyczyniła się do potwierdzenia konieczności odejścia od biomedycznego paradygmatu na rzecz holistycznej koncepcji zdrowia.

Obecnie w społeczeństwie istnieje pojęcie koncepcji zdrowia, która określana jest mianem wartości, dzięki której pojedyncza jednostka lub cała grupa społeczna może realizować swoje życiowe aspiracje oraz zmieniać środowisko. Pojęcie zdrowia pojmowane jest jako bogactwo dla społeczeństwa ale także dla każdego obywatela z osobna, gwarantujące jego rozwój społeczny i ekonomiczny. Uznawane jest jako środek do codziennego życia, umożliwiający lepszą jego jakość.

W aspekcie holistycznym możemy wyróżnić cztery wymiary zdrowia:

- Zdrowie fizyczne – prawidłowe funkcjonowanie organizmu, jego układów i narządów;
- Zdrowie psychiczne:
 - umysłowe – zdolność do jasnego, świadomego, logicznego myślenia,
 - zdrowie emocjonalne – zdolność do rozpoznawania uczuć i wyrażania ich w odpowiedni sposób; umiejętność radzenia sobie ze stresem, napięciami, depresją oraz lękiem;

- Zdrowie społeczne – zdolność do utrzymywania prawidłowych relacji z innymi ludźmi oraz pełnienia ról społecznych;
- Zdrowie duchowe – u niektórych ludzi jest związane z wierzeniami i praktykami religijnymi, u niektórych dotyczy utrzymywania wewnętrznego spokoju.

Rozwój społeczno-ekonomiczny w XX wieku doprowadził do zmian w zakresie głównych czynników warunkujących zdrowie ludności. W strategii WHO przyjętej dla regionu europejskiego pojęcie stylu życia odnosi się do sposobu codziennego funkcjonowania nierozzerwalnie związanego z warunkami życia, rolami społecznymi oraz wszystkimi jej aspektami.

Człowiek zdrowy pełni w społeczeństwie określone role społeczne oraz ciągle dąży do samorealizacji, która w hierarchii potrzeb Maslova stanowi najwyższy szczebel w drodze do spełnienia. Aby osiągnąć szczęście i spełnienie, człowiek powinien posiadać odpowiednią wiedzę i umiejętności, bo tylko ona jest gwarancją ciągłego rozwoju, samodzielności i zdolności do prawidłowej egzystencji.

Centrum Medyczne MediKos, łącząc aspekt zdrowotny z edukacyjnym stanowi ważny element na edukacyjnej i zdrowotnej mapie Radomia i regionu. W swojej ofercie proponuje szkolenia medyczno-kosmetyczne w tym również fizjoterapeutyczne, ale także profesjonalną fizjoterapię w gabinecie i domu pacjenta oraz stylizację paznokci.

Serdecznie zapraszamy do skorzystania z oferty naszego Centrum.

*dr n. o zdr. Remigiusz Gołąbek
Centrum Szkoleniowe MediKos*



CENTRUM SZKOLENIOWE MEDIKOS

dr n. o zdr. Remigiusz Gołąbek

SZKOLENIA MEDYCZNO-KOSMETYCZNE

FIZJOTERAPIA | STYLIZACJA PAZNOKCI

📍 ul. Kraszewskiego 1/7 lok.15
☎ 600 447 765

✉ kontakt@medikos.com.pl
🌐 www.medikos.com.pl

Gamed

NZOZ

Przychodnia w centrum Radomia

Świadczenia usług medycznych w oparciu o kontrakt z



PODSTAWOWA OPIEKA ZDROWOTNA

możliwość zapisu nowych pacjentów

Poradnia internistyczna, pediatria

Punkt szczepień

Wizyty domowe: lekarza, pielęgniarki, położnej



PORADNIE SPECJALISTYCZNE:

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



PORADNIA ZDROWIA PSYCHICZNEGO (dorośli)
oraz psycholog kliniczny, psychoterapeuta



PORADNIA STOMATOLOGICZNA



GABINET ZABIEGOWY:

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



MEDYCYNA PRACY

Badania:

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



USŁUGI MEDYCZNE DLA PACJENTÓW:

Lux-Med, Medicovert, Allianz, CMP,
FALCK, 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

Komora hiperbaryczna - terapia tlenem

Hiperbaryczna terapia tlenowa jest nowoczesną metodą terapeutyczną, która polega na dostarczeniu do organizmu czystego tlenu w komorze o ciśnieniu 1,3 ATA i 1,5 ATA. Jest to jedno z najpopularniejszych urządzeń do tego typu terapii.

Tlen podawany w podwyższonym ciśnieniu atmosferycznym z łatwością pokonuje bariery tkankowe i przenika bezpośrednio do wszystkich komórek, nawet tych o słabym ukrwieniu. Organizm nasycony tym najważniejszym dla niego pierwiastkiem intensywnie sam zaczyna regenerować komórki i uruchamia proces odnowy komórkowej. Natlenienie komórek rozpoczyna proces biostymulacji, odżywienia, co w rezultacie skutkuje wzmocnieniem układu immunologicznego. Ciało oczyszcza się z toksyn i metali ciężkich, które przyczyniają się m.in. do powstawania komórek nowotworowych. Regularne korzystanie z komory hiperbarycznej poprawia przepływ krwi w mózgu, co ma również duże znaczenie w poprawieniu koncentracji i zdolności do zapamiętywania. Odnotowano pozytywne efekty terapii u osób z objawami stresu i przewlekłego zmęczenia – napięcie spada, następuje poprawa nastroju i zmniejszają się towarzyszące często tym objawom bóle migrenowe. Dzięki sesjom tlenowym na dłużej możemy zachować młodość, doskonałe zdrowie i poczuć przyływ pozytywnej energii. Czujemy się wypoczęci i dobrze wyspani, co w obecnych czasach jest niebywale ważne.

Hiperbaryczna komora tlenowa nazywana jest często kapsułą młodości. Dzięki jej zastosowaniu polepsza się elastyczność włókien kolagenowych, co zapobiega powstawaniu zmarszczek i przyczynia się do

wygładzania tych już istniejących. Widoczne są dobre efekty w leczeniu trądziku (giną bakterie beztlenowe) i wszelkich zmian skórnych. Następuje redukcja stanów zapalnych oraz gojenie się przewlekłych, trudno gojących ran.

Na świecie i już od dłuższego czasu w Polsce terapia tlenowa znajduje szerokie zastosowanie w medycynie w takich dziedzinach jak: ortopedia, kardiologia, stomatologia, onkologia, dermatologia, neurologia, medycyna estetyczna i sportowa.

Jako ciekawostkę należy wspomnieć, że natlenienie organizmu przyspiesza przemianę materii w walce z nadwagą i otyłością. Wspomaga wychodzenie z nałogów, w oczyszczaniu i odtruwaniu organizmu a także pomaga w leczeniu zaburzeń seksualnych.

Jeśli chodzi o stronę techniczną zabiegu, dysponujemy komorą jednoosobową o miękkiej konstrukcji, gdzie osoba poddawana terapii przebywa w wygodnej pozycji siedzącej lub półleżącej.

Aby prawidłowo przygotować się do planowanej wizyty w dniu zabiegu:

- nie należy spożywać alkoholu,
- osoby palące powinny zrezygnować z palenia na czas 3-4 godzin przed zabiegiem
- nie zaleca się stosowania dezodorantów, perfum, kremów
- zalecane jest zmycie makijażu przed wejściem do komory hiperbarycznej,
- osoby korzystające z soczewek kontaktowych na czas zabiegu powinny je wyjąć,
- do komory hiperbarycznej nie należy wchodzić w syntetycznej odzieży, dopuszczalna jest odzież bawełniana.

Ponieważ są to zabiegi indywidualne, zapewniamy też odzież zabiegową, żeby w czasie sesji w pełni korzystać z dobrodziejstwa O₂ i oddychać całym ciałem.

Bliższe informacje jak zwykle na miejscu w gabinecie pod adresem: Studio Zdrowia i Urody IDALIA, ul. Waryńskiego 1/3/5 w Radomiu lub pod numerami telefonu: 790 237 790; 606 471 648. Zapraszamy.



Idalia
STUDIO
ZDROWIA
I URODY

RADOM, UL. WARYŃSKIEGO 1/3/5
(PRZENIESIONE Z SIENKIEWICZA 26)

TEL. 790 237 790, 606 471 648

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



www.cm-terpilowski.pl

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

MAŁOINWAZYJNE KOMPLEKSOWE LECZENIE ŻYLAKÓW

- Laserowe endożylnie 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, dekol, 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. Rafał Terpiłowski • Lek. wet. Małgorzata Rożek

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

• tel. 666 255 256 •

- profilaktyka i leczenie
- diagnostyka laboratoryjna
- RTC cyfrowe, USG
- chirurgia (znieczulenie wziewne)
- dermatologia
- onkologia
- endokrynologia
- stomatologia (usuwanie kamienia nązębego, korekcja zębów królików i gryzoni)
- kardiologia (echo serca)
- Ortopedia i okulistyka:
Lek.wet. Michał Stelmazyk (Lublin); facebook.com/stealvet
- leczenie zwyrodnień stawów (PRP, IRAP)
- operacje kregostupa, operacje złamań
- rekonstrukcje więzadeł i ścięgien
- karmy dla zwierząt
- Strzyżenie i pielęgnacja psów i kotów (tel. 790 815 000)

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
aparatów 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

Jak przygotować się do planowego zabiegu operacyjnego?

Do planowej operacji należy zacząć przygotowania od wizyty u stomatologa, aby wyeliminować wszystkie możliwe ogniska infekcji. Więc jeśli do tej pory dentysta był nie po drodze, warto to zrobić jak najszybciej. Kluczowym lekarzem, jest także lekarz rodzinny który skontroluje ciśnienie i ewentualnie je wyrówna. Zleci badania krwi takie jak np morfologia, która pozwoli na wykrycie anemii.

Na 2 tygodnie przed zabiegiem (jeśli jest to duża operacja np. przerwanie ciągłości układu pokarmowego) należy wypijać 2 preparaty bogate białko typu nutridrink. Jest to ważne, gdyż do gojenia ran potrzebujemy tego składnika. Pozwoli to na szybszą regenerację organizmu.

Żeby polepszyć kondycję warto też od samego początku, a najpóźniej na 2 tygodnie przed rozpocząć codzienne 40 minutowe spacery. Podziękuję nam za to nie tylko ciało, ale też umysł. Spacerowanie i aktywność fizyczna wywołują uwolnienie endorfin, które są hormonami szczęścia. Pozytywnie więc wpłyną na nastrój, zminimalizują poziom stresu.

Istotną rzeczą, którą warto wyeliminować jest palenie. Jeśli więc brakowało motywacji

aby rozprawić się z nałogiem – operacja to istotny powód.

Co zabrać do szpitala poza kubkiem i wodą?

Szpitala są różnie zaopatrzone, ale nie zaszkodzi zawsze zabrać podstawowe rzeczy osobiste. Kubek, sztućce, wodę, przekąski na czarną godzinę (np. biszkopty) parę saszetek herbaty – takie rzeczy warto mieć swoje. Przybory higieniczne typu ręcznik papierowy, papier toaletowy i jednorazowe nakładki na toaletę – te rzeczy przydadzą się na pewno. Ręcznik duży i mały, przynajmniej 2 wyprane i wyprasowane pidżamy, szlafrok i bielizna – to podstawa walizki. Warto zwrócić uwagę na obuwie – klapki pod prysznic i ciapy to zbiorowisko największej ilości bakterii. Radziłabym aby zabrać do szpitala takie, które można po hospitalizacji od razu wyrzucić. Mydło w płynie i szampon do włosów, antyseptyk (do kąpeli przed zabiegiem), szczotka i pasta do zębów to niezbędne minimum. Z rzeczy osobistych ładowarka i telefon to podstawa w obecnych czasach. Nie zapomnijmy okularów i książki, a przede wszystkim dokumentów i skierowania. Warto też zabrać wyniki badań,



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**



**MEDYCYNĄ
ESTETYCZNA**



LASEROWE ZABIEGI PROKTOLOGICZNE

Nowoczesne metody leczenia chorób naczyń

Sawoy Medicus Radom, ul. Główna 11 lok. 16, Rejestracja pn-pt: tel. 722 341 247, 48 380 10 50

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

www.angiomedicus.pl

poprzednie wypisy ze szpitala jeśli takie posiadamy. Biżuterie i większą ilość pieniędzy lepiej zostawić w domu. Pieniądze zawsze ktoś z bliskich może donieść, a w sklepiku szpitalnym płatność kartą jest na porządku dziennym.

Jak prawidłowo umyć się przed operacją?

Pod prysznic zabieramy płyn do mycia (antyseptyk) po który zgłaszamy się do pielęgniarki. Można też zakupić saszetkę płynu Octenisan w sklepie medycznym. Prysznic bierzemy rano i wycieramy się czystym ręcznikiem, lub ręcznikami papierowymi. Zakładamy też czystą i wyprasowaną pidżamę lub koszulę operacyjną (jeśli szpital posiada). Ciało myjemy w następujący sposób:

1. Umyj zęby (jeśli nosisz protezę zostaw ją na sali)
2. Zwilż całe ciało wodą.
3. Umyj ciało i włosy preparatem Octenisan.
4. Szczególnie starannie umyj okolice pępka, pach, pachwin, krocza i miejsce planowanego zabiegu chirurgicznego.
5. Jeśli zabieg obejmują plecy lub inne miejsce trudne do umycia – poproś o pomoc kogoś bliskiego lub pielęgniarkę.
6. Delikatnie wcieraj preparat przez około minutę.
7. Spłucz ciało ciepłą i bieżącą wodą.
8. Osusz ciało jednorazowym lub czystym i wyprasowanym ręcznikiem.

Po kąpieli nie maluj się i nie zakładaj biżuterii. Nie kremuj twarzy i nie balsamuj ciała. Takie przygotowanie zminimalizuje możliwość wystąpienia powikłań związanych z zabiegiem.

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 żyłaków
- miniflebectomia
- małoinwazyjne leczenie żyłaków
 - RF – Radio Frequency VNUS Closure Fast Medtronic
 - nowatorska metoda klejenia żyłaków
 - Flebogrif
- skleroterapia
- kompleksowe leczenie niedokrwienia kończyn



dr. n. med. ROBERT ROJEWSKI

PROKTOLOGIA
CHIRURGIA OGÓLNA I ONKOLOGICZNA



- leczenie żyłaków 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 żyłaków 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

Specjalistyczne
Usługi Pielęgniarskie
w Miejscu Wezwania

mgr Paulina
Szymańska

tel. 609 114 136

Znajdź mnie na Facebooku:
[mobilnapielęgniarka](https://www.facebook.com/mobilnapielęgniarka)



- bezpłatne konsultacje stomijne
- leczenie ran nowoczesnymi opatrunkami
- pielęgnacja rany pooperacyjnej
- zdejmowanie szwów i zszywek
- zastrzyki (tylko u osób dorosłych)
- kroplówki (możliwość samodzielnej ordynacji)
- cewnikowanie kobiet i mężczyzn

MEDIKS

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, zaszywanie tabletek,
USG: jamy brzusznej, piersi, tarczycy,
węzłów chłonnych

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

Barbara Węgrzycka

specjalista chorób płuc
pulmonolog

Przyjmuje
w pon. od 16.00
soboty od 8.00



Radom,
ul. Bernardyńska 3A

tel. 48 386 95 00

511 511 234

NZOZ Śródmieście 3



Radom, ul. Struga 57a
rejestracja tel. 48 364 06 77,
48 364 67 26
nzoz-srodmiescie3.pl

PODSTAWOWA OPIEKA ZDROWOTNA NFZ PORADNIE SPECJALISTYCZNE

- ◆ alergologiczna NFZ
 - ◆ ginekologiczno-polożnicza NFZ
 - ◆ rehabilitacyjna
 - konsultacje lekarza specjalisty rehabilitacji leczniczej NFZ
 - zabiegi z zakresu fizjoterapii
 - ◆ kardiologiczna
 - konsultacje, ECHO serca, holter EKG - 24H, holter ciśnieniowy, test wysiłkowy na bieżni
 - ◆ logopedyczna
 - ◆ dietetyczna
- PRACOWNIA ULTRASONOGRAFICZNA**
USG: ginekologiczno-polożnicze, jama brzuszna, tarczyca, gruczoły piersiowe, węzły chłonne, gruczoł krokowy

OPTYK

ABUMEX Optyk Ewelina M. A. Nowakowa

SALON OPTYCZNY NOWAKOWIE

- Bezpłatne profesjonalne badanie wzroku
- 40-letnie doświadczenie w optyce
- firma rodzinna - 100% zadowolenia z zakupu okularów
- najnowocześniejszy sprzęt optyczny
- realizacja recept z NFZ
- największy wybór opraw w Radomiu
- okulary nawet w 30 min. od zamówienia
- kompletne okulary ze zniżką już od 99zł

OKULISTA & OPTYK LIKOWSCY

Elżbieta Likowska

lekarz okulista

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

ZAKŁAD OPTYCZNY

od poniedziałku
do piątku 10-18
sobota 10-13

www.likowska.pl

Badanie OCT

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



**15%
zniżki**

z niniejszym
kuponem
na każde
okulary

Radom, Witolda 6/8 lok. 10
(w rogu w pawilonach)
tel. (48) 363 15 46
lub 600 399 993
pn-pt 9.30-18.00
www.optyk.radom.pl

likowski@vp.pl
www.likowski.eu

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

Zimna plazma może zabić 99,9% wirusów

Badacze z Uniwersytetu Michigan (UM) wykazali, że niebezpieczne wirusy unoszące się w powietrzu stają się nieszkodliwe, gdy zostają wystawione na działanie energetycznie naładowanych fragmentów cząsteczek powietrza. Dzięki temu odkryciu mają nadzieję, że w przyszłości można będzie wykorzystać je do zastąpienia używanej od stu lat maski chirurgicznej. Inżynierowie z UM zmierzili tempo zabijania wirusów i skuteczność zimnej plazmy tj. zjonizowanych lub naładowanych cząsteczek, które tworzą się wokół wyładowań elektrycznych, takich jak iskry. Nietermalny generator plazmowy był w stanie dezaktywować lub usuwać z powietrza 99,9 % badanego szczepu wirusa, głównie poprzez jego dezaktywację.

– Najtrudniejsze jest zapobieganie przenoszeniu chorób przez powietrze, ponieważ



mamy relatywnie niewiele mechanizmów do ochrony siebie, kiedy oddychamy – powiedział Herek Clack, profesor budownictwa i inżynierii środowiska na UM.

Połączenie filtracji i dezaktywacji patogenów unoszących się w powietrzu może zapewnić skuteczniejszy sposób dostarczania sterylnego powietrza niż stosowane dzisiaj technologie, takie jak filtracja i światła ultrafioletowe. Tradycyjne maski operacyjne wyposażone są w celu ochrony tylko w filtry.

Promieniowanie ultrafioletowe nie jest w stanie sterylizować tak szybko, tak dokładnie lub tak kompaktowo, jak zimna plazma.

DIAGNOSTA DIACOM-TERAPEUTA

Małgorzata Borkowska

Zródło: <https://tinyurl.com>

DIACOM TECHNOLOGY

Najnowsza technologia w diagnostyce i wspomaganii 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

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

OPTYK OPTOMETRIA GRABOWSCY

Galeria Feniks (Piotr i Paweł)
Al. Grzeczmarowskiego 29/31 lok. 112, tel. 794 042 889

Salon (vis a vis Uniwersytetu)
ul. Chrobrego 42a, tel. 794 042 500

PROFESJONALNI OPTYCY

[f /optyk.optometria.grabowscy.radom](http://f/optyk.optometria.grabowscy.radom)

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

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

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

Digitopresura w refleksologii twarzy i głowy

W poprzednim numerze Twojego Medyka zapowiedziałem poniższy temat dotyczący leczniczego wpływu digitopresury na funkcjonowanie układów i narządów po zastosowaniu zabiegów refleksologii twarzy i głowy. Masaż twarzy to jeden z moich ulubionych zabiegów, które wykonuję jako masażysta. Świadomość tego, jakie efekty on przyniesie na twarzy pacjentów, uskrzydla mnie, bo wiem jak dużą odpowiedzialność biorę za najbardziej reprezentatywną część ciała. Zatem spieszę z wyjaśnieniem, czym ta terapia jest.

Digitopresura to uciskowy masaż chiński odpowiedni dla różnego rodzaju skór, nawet tych wrażliwych, naczyniowych oraz problematycznych. Specjalista precyzyjnie uciska odpowiednie miejsca na twarzy, szyi i głowie. Działanie to stymuluje narządy i układy wewnętrzne oraz wspomaga jędrność skóry. Ponadto korzystnie wpływa na

muskulaturę mięśni twarzy. To zabieg, który Cię zrelaksuje, odpręży i zniweluje stres. Celem masażu jest zmniejszenie napięcia mięśniowo-nerwowego i psychicznego. Pozytywnym skutkiem jest podniesienie poziomu endorfin w organizmie. Warto poświęcić co najmniej kilkanaście minut dziennie na wykonanie tego zabiegu. W końcu twarz to element tożsamości i bardzo ważna część ciała człowieka, więc tym bardziej dbałość o nią to podstawa.

Do skorzystania z zabiegów zapraszam do Zakładu Rehabilitacji w Centrum Radomia przy ul. Kelles-Krauza 32, w którym pracuję codziennie w godzinach od 8.00 do 15.00.

W kolejnym artykule zajmę się tematem masażu podczas ciąży i porodu. To bardzo ważny okres dla obojga rodziców i dla prawidłowego rozwoju dziecka.

masażysta Marcin Mańdziuk



Masaże

- terapia manualna
- masaż klasyczny ręczny
- Aquavibron - masaż wibracyjny
- masaż bańką chińską
- masaż gorącymi kamieniami wulkanicznymi
- drenaż limfatyczny

Rehabilitacja
w Centrum Radomia
ul. Kelles-Krauza 32



zapraszamy
poniedziałek-piątek,
godz. 8.00-18.00

tel. 534 530 430

48 360 11 44

rehabilitacja-radom.neostrada.pl
facebook/Zakład Rehabilitacji
w Centrum Radomia

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. 728 658 401

www.stymat.pl
www.sklep.stymat.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

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) 383 08 88

ul. Aleksandrowicza 5
(Szpital Wojewódzki)
tel. 48 361 38 82

ul. Stasieckiego 14 (Borki)
tel. 48 387 25 81, 572 044 409

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

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

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



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

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

LEKARZ ORTOPEDA Tomasz Szykarczuk

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

Centrum Medyczne FizjoMedica

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

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)

czynne
czwartek
od 16⁰⁰

rejestracja 48 386 90 60

Radom, ul. Osiedlowa 9 Polmedic

W Przychodni Medjana

pon. od 18.30, tel. 510 098 225

MEDIKS

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 środy 15.00-17.00
tel. 48 331 06 18

dr n. med. Andrzej Wypyski

specjalista chirurgii dziecięcej

Chirurgia dzieci i młodzieży

Traumatologia wieku dziecięcego

Centrum Bernardyńska środa, piątek od godz. 17.00
Grójec Ledamed, wtorek od godz. 17.30
kom. 601 969 786

Hubert Kazubiński

specjalista ortopeda, traumatolog

przyjmuje w pon. 8.00-19.00 i środy 16.30-20.00

Centrum Medyczne
MEDJANA

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

Designed by Ksiazka



Maciej Bartnik

ORTOPEDA

kom. 692 439 251

Zabiegi operacyjne
endoprotezoplastyka
kolana i biodra

KRÓTKIE TERMINY

artroskopia kolana
rekonstrukcja ACL
paluch koślawy i inne
porady lekarskie
iniekcje PRP pod USG

Radom, ul. Witolda 7/1
rejestracja 48 366 11 40

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. 510 781 404



produkt dostępny
w najlepszych aptekach

KOLAGEN DO PICIA 1 fiołka dziennie

Jędrna skóra
Zdrowe stawy
Mocne kości



www.artivit.com.pl



leczenie osteoporozy
badanie gęstości tkanki kostnej

Jan Sekuła

specjalista chirurgii urazowo-ortopedycznej

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

Alzheimer wybiera

Częstsze występowanie choroby Alzheimera i demencji u kobiet może wynikać z budowy ich mózgu – ogłoszono podczas międzynarodowej konferencji Alzheimer's Association w Los Angeles. Jak czytamy w serwisie Rynekapteki.pl, większość osób żyjących z chorobą Alzheimera – najczęstszą przyczyną demencji – to kobiety. Dotychczas przypuszczano, że powodem jest to, iż kobiety po prostu żyją dłużej niż mężczyźni. Posługując się techniką pozytronowej tomografii emisyjnej (PET) naukowcy z Vanderbilt University Medical Center badali skany mózgu setek mężczyzn i kobiet (zarówno zdrowych, jak i z rozpoznaną łagodną demencją), analizując występowanie białka zwanego tau. Gromadzenie się białek tau i amyloidu w mózgu to jedna z charakterystycznych cech choroby Alzheimera. Kiedy tworzą one toksyczne, splecione grudki, powodują obumieranie komórek mózgowych. Uzyskane wyniki sugerują, że kobiety mają lepszą łączność pomiędzy regionami, w których gromadzi się białko tau, co ma implikacje dla mózgu. Z powodu tej lepszej łączności mózg kobiet może być narażony na szybsze rozprzestrzenianie się tau – od neuronu do neuronu – i pogorszenie funkcji poznawczych.

źródło: Rynekapteki.pl

Izabela Gralak-Wdowik
lek. psychiatra

- DEPRESJE • NERWICE
- PSYCHOZY • UZALEŻNIENIA

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

Leczenie uzależnień
alkoholowych
ESPERAL, DISULFIRAM



Radom, ul. Witolda 10
tel. 48 300 52 52
kom. 665 633 609



lek. Andrzej Karczewski
Specjalista Psychiatra

- porady lekarskie
- wizyty domowe
- konsultacje

LECZENIE:

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

Zgłoszenia telefoniczne

502 713 654

ul. Kopernika 9/14
Radom

www.psychiatra.radom.pl

Coaching
POLSKA

Marzena Figura coach

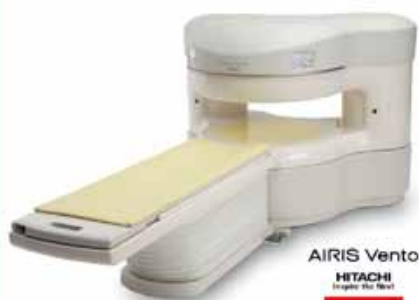
tel. 502 460 037

biuro@coachingpolska.com.pl

www.coachingpolska.com.pl

MEDYK

**GRUPA
MEDICAL**
S N Z O Z



AIRIS Vento
HITACHI
Magnez 0.15T

**Pracownia
Rezonansu
Magnetycznego
Otwartego**

wyłącznie prywatnie

rejestracja

poniedziałek - piątek

8.00 - 20.00

tel. 664 91 22

661 610 644

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

dedykowany szczególnie dla:

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



badanie „od ręki”

lek. med.
**Urszula
Kempa**

**DIABETOLOG
ENDOKRYNOLOG**

przyjmuje
poniedziałek i środa

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

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

**PLASMA
COMPLEX**

NATURALNA BIOSTYMULACJA
KOMBINACJĄ MACIERZYSTYMI

Vita Derm
Radom, ul. Witolda 10
tel. 48 300 52 52,
kom. 665 633 609

Popołudniowa drzemka

Szwajcarscy i amerykańscy uczeni zalecają dla zdrowia dwie drzemki tygodniowo – donosi serwis Twojzdrowie.rm24.pl. Z ich badań wynika, że osoby, które pozwalają sobie na krótki sen do dwóch razy tygodniowo, rzadziej cierpią na choroby układu krążenia i udary mózgu.

Do takich wniosków doszli badacze z University Hospital of Lausanne i University of California w San Francisco, o których na swoich łamach wspomina czasopismo „BMJ Heart”. Przekonują o tym wyniki kilkuletnich badań prowadzonych wśród blisko 3,5 tysiąca mieszkańców szwajcarskiej Lozany, w wieku od 35 do 75 lat. Poza monitorowaniem ich stanu zdrowia zadawano im też wiele pytań ankietowych, w tym o to, czy pozwalają sobie na drzemki. Okazało się, że ci, którzy drzemali raz, dwa razy w tygodniu, mieli problemy krążeniowe nawet dwukrotnie rzadziej niż ci, którzy w ogóle nie sypiali w ciągu dnia, ale też ci, którzy sypiali od 3 do 7 razy. I efekt był niezależny od tego, ile sypiali w nocy. Wyniki badań wpływu drzemki na stan zdrowia były do tej pory przedmiotem wielu kontrowersji. Autorom dotychczasowych prac zarzucano między innymi, że nie uwzględniali tego, ile razy w ciągu tygodnia badani pozwalali sobie na popołudniowy sen. Tym razem to pytanie miało kluczowe znaczenie. 58% badanych zadeklarowało, że w minionym tygodniu nie ucinali sobie drzemek, 19% że jedną do dwóch, 12%, że trzy do czterech, wreszcie 11% że sześć do siedmiu. Osoby wskazujące na większą liczbę drzemek (3-7) były częściej mężczyznami w starszym wieku, palili papierosy, ważyli więcej i przeciętnie dłużej spali w nocy. Uczestnicy eksperymentu byli badani po raz pierwszy w latach 2009-2012, wtedy też pytano ich o to, jak często w minionym tygodniu pozwalali sobie na drzemkę. Ich stan zdrowia był potem monitorowany przez 5 lat. W tym czasie doszło do 155 przypadków ataków serca i udarów, z których część okazała się śmiertelna. Okazało się, że okazjonalna drzemka (1-2 razy w tygodniu) wiązała się ze spadkiem ryzyka ataku serca i udaru o 48% w porównaniu do tych, którzy nie drzemali w ogóle. Zależność utrzymywała się przy tym po uwzględnieniu dodatkowych czynników, jak wiek, przeciętna długość snu w nocy, ciśnienie krwi i poziom cholesterolu. Co ciekawe, nie zauważono zależności od długości drzemek w granicach od 5 minut do ponad godziny.

źródło: Twojzdrowie.rm24.pl



**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.

zapraszamy
od poniedziałku do piątku

Radom ul. Gajowa 66
tel. 48 384 62 49, 48 332 93 52

**NOWY GABINET
PEDIATRYCZNY**

Radom, ul. Daszyńskiego 7

Paulina Kozińska - pediatra
tel. 606 386 330

zapraszamy
poniedziałek - sobota



Wszystkie usługi są świadczone
na zasadzie dobrowolności i bezpłatnie

Gabinet Pediatryczny

WIZYTY DOMOWE

lek. med. **Marta Nazimek**
Specjalista chorób dziecięcych
diabetolog

tel. 696 50 15 15

Niesamowity mózg

Ludzki mózg to prawdziwe centrum dowodzenia całym systemem nerwowym.

Naukowcy nieustannie zgłębiają tajniki jego pracy, publikując coraz nowsze i coraz bardziej fascynujące wyniki badań. Przekonaj się, czego jeszcze nie wiesz o swoim mózgu.

Mózg ludzki a mózg zwierzęcy

Główna różnica między ludzkim i zwierzęcym mózgiem to jego rozmiar. U dorosłego człowieka waży on ok. 1-2,5 kg, ma ok. 1,4 litra pojemności i stanowi ok. 2% masy całego ciała. Ludzie mają także więcej neuronów przypadających na jednostkę objętości w porównaniu ze zwierzętami i bardziej zaawansowaną strukturę budowy mózgu, czyli liczne bruzdy i fałdy.

Inteligentne zwierzęta, takie jak małpy czy delfiny, również mają pofałdowaną korę mózgową, ale w mniejszym stopniu, a myśły – całkiem gładką. Ludzki mózg to także rozwinięte płaty czołowe, odpowiedzialne za planowanie, samokontrolę, myślenie logiczne i abstrakcyjne, czego nie można przypisać zwierzętom.

Ludzki mózg – jak to się zaczyna?

Pierwsze neurony wykształcają się już ok. 4 tygodnia ciąży, natomiast zawiązki mózdzku pojawiają się dopiero w 12 tygodniu rozwoju płodowego.

Największe tempo wzrostu i rozwoju mózgu obserwuje się u 5-miesięcznych niemowląt aż do pierwszego roku ich życia, a pełen proces kończy się dopiero w okolicach 18. roku życia. Obliczono, że mózg 3-latka zużywa energię przewyższającą dwukrotnie tę, której potrzebuje dorosły. Ten proces trwa do ok. 10. roku życia, po czym spada i stabilizuje w okolicach pełnoletności.

Dwie półkule – jeden mózg

Nie ma ludzi o dwóch identycznych mózgach – nawet w przypadku bliźniąt jednojajowych. To od mózgu zależy, jakie zdolności będzie przejawiać dziecko w przyszłości, a ściślej – od dominacji jednej z półkul.

Przewaga prawej półkuli sprawia, że człowiek wykazuje zmysł artystyczny, ma talent humanistyczny, a lewej – że posiada umysł ścisły. Obie półkule są lekko asymetryczne i działają niezależnie od siebie. Jednak to ich połączenie sprawia, że cały organizm funkcjonuje prawidłowo. Co ciekawe, nie wszystkie funkcje prawej i lewej części ciała są przypisane do adekwatnych półkul: np. pole widzenia lewego oka jest analizowane

przez prawą półkulę i odwrotnie. To samo dotyczy dźwięków – te słyszane przez lewe ucho są analizowane przez prawą półkulę.

Muzyka dla mózgu

W Szkole Medycznej Uniwersytetu Stanford przeprowadzono badania, podczas których skanowano mózgi uczestników słuchających w tym czasie muzyki. Odkryto, że wśród wszystkich badanych muzyka miała niemal identyczny wpływ na pracę mózgu. Dodatkowo uaktywniły się obszary odpowiedzialne za ruch, planowanie, uwagę oraz pamięć. Kiedy słuchamy muzyki, nie przetwarzamy jedynie dźwięków (szum miasta, silnik samochodu, itp.).

Nasz mózg czerpie z niej określone bodźce. Ponadto muzyka aktywuje w mózgu obszary odpowiedzialne za skojarzenia, emocje, dlatego niektórzy odbiorcy wybierają Chopina, a inni Nirvanę. Dodatkowo – jak twierdzi część neurologów – muzyka uwalnia dopaminę, wpływającą m. in. na poprawę samopoczucia, dlatego tak chętnie jej słuchamy.

Pokarm dla mózgu

Zbilansowana dieta wpływa nie tylko na utrzymanie w zdrowiu całego organizmu, ale i na prawidłowe funkcjonowanie mózgu. Do jadłospisu warto zatem włączyć produkty zawierające witaminę B12 i witaminę E, a także kwasy omega-3. Można także posiłkować się suplementami diety, które nie tylko dostarczają do organizmu odpowiednią dawkę witamin i minerałów, ale dodatkowo są wzbogacone o składniki, których potrzebuje mózg. Poprawie koncentracji nie sprzyjają natomiast produkty przetworzone, fast-foody i białe pieczywo. Należy również pamiętać, że ostatni posiłek powinien być spożywany na ok. 2 godziny przed snem tak, aby zakończyły się wszystkie procesy trawienia i organizm – w tym mózg – mógł odpocząć.

Zródło www.focus.pl

KARDIOLOG lek. Anna Bąk-Chojnacka

konsultacje, echo serca, testy wysiłkowe
przyjmuje poniedziałki od godz. 15.00
Radom, ul. 11 Listopada 69/77
zapisy w godz. 12.00-19.00, tel. 48 360 69 01

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

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



Iwona Kędzior-Biedrzycka

KARDIOLOG DZIECIĘCY
PEDIATRA

EKG, UKG (echo serca),
Holter EKG (12- i 3-kanalowy)
Holter ciśnieniowy

konsultacje kardiologiczne,
badania pediatryczne

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

tel. 603 770 018

www.kardiolog-dzieciocy.radom.pl

GABINET KARDIOLOGICZNY

Paweł Świigoń

specjalista chorób wewnętrznych, kardiolog
Radom, ul. Chrobrego 54

zapisy: 501 286 071

godz. przyjęć: wtorek 15.30-17.00

Skuteczne leczenie niepłodności

Zjawisko niepłodności dotyczy coraz większej grupy ludzi. Według Polskiego Towarzystwa Ginekologicznego dotyka ono co roku 1,5 mln polskich par.



Anna Ostatek,
Instruktorka Modelu
Creighton



Katarzyna Stanik
Instruktorka Modelu
Creighton

Przyczyn niepłodności jest bardzo dużo i najczęściej rozkładają się mniej więcej po równo po stronie kobiety i mężczyzny. Tylko 20% przypadków to niepłodność idiopatyczna, której przyczyn nie można ustalić. Czynniki zewnętrzne wpływające na obniżenie płodności u obu płci to m.in. zanieczyszczenie środowiska, jedzenie zawierające związki chemiczne i długotrwały stres.

W przypadku kobiet najczęstszą przyczyną niepłodności w staraniu o dziecko są zaburzenia wynikające z problemów hormonalnych. Chodzi tu głównie o zespół policystycznych jajników, które powodują czasowy lub stały brak owulacji, czy hiperprolaktynemię blokującą owulację poprzez nadmierną produkcję prolaktyny. Do ogólnych przyczyn możemy zaliczyć wszelkiego rodzaju stany zapalne, nadmierną masę ciała i niehigieniczny tryb życia oraz 50-procentowy spadek płodności po 35. roku życia.

U mężczyzn główne przyczyny problemów z płodnością to przegrzewanie jąder, używki, stosowanie leków sterydowych, niewłaściwa dieta czy przebyte wcześniej choroby. Czynniki te powodują pogorszenie jakości nasienia i w perspektywie trudności pary z zajściem w ciążę. Do lekarzy zazwyczaj

zgłaszają się kobiety, jednak specjaliści zalecają rozpoczęcie leczenia od kompleksowego przebadania mężczyzny.

Niepłodność to nie choroba, a objaw innych schorzeń i dolegliwości. Aby ją zdiagnozować, należy zatem szukać przyczyny w całym organizmie. Takie holistyczne podejście do zdrowia rozrodczego zapewnia Naprotechnologia. Jej ważnym narzędziem jest system Modelu Creighton'a, który polega na obserwacji cykli wg określonych wytycznych. Para podczas spotkania z instruktorem uczy się, na co zwracać uwagę, jak to prawidłowo opisać oraz wnioski na podstawie zaobserwowanych bio wskaźników. System jest wystandaryzowany – nie ma tu miejsca na dowolną interpretację, co minimalizuje ryzyko popełnienia błędu. Takie podejście pozwala użytkownikom poczuć się pewnie w prowadzonych obserwacjach i daje im narzędzia do monitorowania zdrowia w zakresie ginekologicznym i prokreacyjnym. Na początku spotkania odbywają się co 2 tygodnia, potem (po ok. 3 miesiącach) ich ilość maleje równocześnie ze wzrostem poczucia pewności kobiety. System można stosować również jako naturalną metodę planowania rodziny, w celu odłożenia w czasie kolejnego poczęcia.

Stosowanie systemu nie ma żadnych ograniczeń. Może go używać każda kobieta od okresu dojrzewania aż do menopauzy. Żadne schorzenie, nieregularność cykli czy stany bezowulacyjne nie są przeszkodą w jego stosowaniu.

Dla lekarza naprotechnologia system Modelu Creighton'a jest istotnym narzędziem diagnostycznym oraz monitorującym przebieg leczenia. Jest ona „mapą” obrazującą procesy zachodzące w organizmie kobiety. Na tej podstawie lekarz precyzyjnie dobiera leczenie, by usunąć przyczynę problemów z zajściem w ciążę lub jej utrzymaniem.

System Modelu Creighton'a i bazująca na nim Naprotechnologia są niezwykle skutecznymi narzędziami służącymi do uzyskania poczęcia.

Nasze placówki:
Graniczna 24
Okulickiego 74 i 76
Toruńska 1
Osiedłowa 9
1905 Roku 20
Aleksandrowicza 5



Dołącz do naszego zespołu!

Poszukiwani specjaliści:


- radiolog
- okulista
- ortopeda
- chirurg naczyniowy
- dermatolog
- lekarz medycyny rodzinnej

Centrum Medyczne PZU Zdrowie Polmedic
Graniczna 24 | Okulickiego 74 i 76 | Osiedłowa 9
Toruńska 1 | 1905 Roku 20 | Aleksandrowicza 5



ZDROWIE

kariera@polmedic.com.pl
691 101 455
Oплата zgodna z taryfą operatora



więcej na
www.baldys-lab.eu

Laboratorium wykonuje badania z zakresu:

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

Laboratorium czynne od poniedziałku do piątku w godzinach 7.00-17.00 przyjęcia pacjentów 7.00-9.30 lub 16.00-17.00

(tylko niektóre badania)

a także w soboty w godzinach 8.00-9.00

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



Opieka chirurgiczna i ortopedyczna

Centrum medyczne PZU Zdrowie Polmedic

- ✓ konsultacje specjalistyczne
- ✓ USG ortopedyczne i RTG
- ✓ fizjoterapia, kriosauna
- ✓ rehabilitacja dla dzieci i dorosłych
- ✓ terapie indywidualne/integracja strukturalna
- ✓ zabiegi szpitalne (m.in. artroskopia stawu kolanowego)

Poradnia chirurgii urazowo-ortopedycznej

Graniczna 24 | Osiedlowa 9 | 1905 Roku 20

Szczegółowe informacje

48 386 90 60 radom.pzuzdrowie.pl

Oplata zgodna z taryfą operatora



ZDROWIE