



Gdy przedłużający się kaszel staje się powodem do niepokoju...

str. 5

Badania przesiewowe raka jelita grubego

str. 18

Konopie a choroby cywilizacyjne

str. 27

Pomóż dziecku trenować umysł

str. 30

Nowatorska terapia normobaryczna

str. 25

Poczuj się piękniej we własnym ciele

str. 12

Przyczyny zakażenia układu moczowo-płciowego

str. 8

Spis ogłoszeń

LEKARZE SPECJALIŚCI

ALERGOLOG

Gamed – str. 10
Łukasik Ewa • MEDICON – str. 3

ANGIOLOG

Kupis Zbigniew – str. 13

CHIRURG DZIECIĘCY

Baryłka Krzysztof – str. 29
Kowalczewski Wojciech – str. 21
Wypyski Andrzej – str. 29

CHIRURG NACZYNIOWY

Kowalczewski Michał – str. 21
Kupis Zbigniew – str. 13
Roszczyk Jadwiga • MEDICS – str. 29
Terpiłowski Tomasz – str. 15
Wdowik Arkadiusz – str. 26

CHIRURG OGÓLNY

Karasiuk Waldemar – str. 23
Kupis Zbigniew – str. 13
Majchrzak Wojciech • PTdental – str. 19
Roszczyk Jadwiga • MEDICS – str. 29
Szczęśniak Grzegorz • EUROMED – str. 29
Terpiłowski Tomasz – str. 15
Wrzosek Grzegorz • ENDOCARD – str. 28
Wdowik Arkadiusz – str. 26

CHIRURG ONKOLOG

Krajewska Danuta • MEDJANA – str. 24
Majchrzak Wojciech • PTdental – str. 19
Szczęśniak Grzegorz • EUROMED – str. 29

DERMATOLOG

Gamed – str. 10

DIABETOLOG

Jaśkiewicz Anna • EPMED – str. 23
Nazimek Marta – str. 26
Kempa Urszula – str. 19

ENDOKRYNOLOG

Gamed – str. 10
Kempa Urszula – str. 19

GASTROLOG

Drożdżikowski Wiesław – str. 28
Gamed – str. 10

GINEKOLOG

Gamed – str. 10
Hejnar-Szczerbińska Małgorzata – str. 7
Kielski Piotr • EPMED – str. 23
Nita Zygmunt – str. 7
Szczęśniak-Sikora Dobrosława – str. 7

HIPERTENSJOLOG

Sorbiana Wioletta – str. 28

INTERNISTA

Borysowicz Urszula • P.M.R. – str. 11
Burski Jacek – str. 22
Gamed – str. 10
Przybyłowicz Waldemar • P.M.R. – str. 11

KARDIOLOG

Bąk-Chojnacka Anna – str. 28
Gamed – str. 10
Kędzior-Biedrzycka Iwona – str. 28
Świgoń Paweł – str. 28
Wrzosek Bożena • ENDOCARD – str. 28

LARYNGOLOG

Gamed – str. 10
Kielska Ewa • EPMED – str. 23

MEDYCYNĄ ESTETYCZNA

Kupis Zbigniew – str. 13

MEDYCYNĄ PRACY, BADANIA OKRESOWE

Gamed – str. 10
Przybyłowicz Waldemar • P.M.R. – str. 11

NEUROLOG

Borysowicz Andrzej – str. 8
Chochoł Paweł – str. 22
Chojnacka Marina – str. 8
Dudzińska Ewa – str. 9
Frynas Katarzyna – str. 9
Gamed – str. 10
Jurkiewicz Grzegorz – str. 9
Kobayashi Adam – str. 21
Kosowski Jarosław – str. 9
Milanowska Dorota – str. 9
Miśta Jakub – str. 9
Nadgrodkiewicz Krzysztof – str. 9

Olczyk Ziemowit – str. 9
Rogozirska Agnieszka – str. 8

OKULISTA

Gamed – str. 10
Likowska Elżbieta – str. 11
Krupa Ewa – str. 11
Nazimek Waldemar – str. 11

ORTOPEDA

Bartnik Maciej – str. 29
Karaś Marek • MEDICON – str. 3
Kazubiński Hubert – str. 29
Piasta Zbigniew – str. 24
Sekula Jan • SANUS – str. 29
Szykarczuk Tomasz – str. 29
Wypyski Andrzej – str. 29

PEDIATRA

Gamed – str. 10
Kędzior-Biedrzycka Iwona – str. 28
Kozłowska Paulina – str. 26
Nazimek Marta – str. 26

PROKTOLOG

Rojewski Robert – str. 21

PRZYCHODNIE

Angiomedicus – str. 13
Centrum Bernardyńska – str. 3
EndoCard – str. 28
Endomed – str. 16
Epmmed – str. 23
Euromed – str. 29
Gamed – str. 10
Kelles Krauz – str. 20
Medicon – str. 3
MedJana – str. 24
Mój Lekarz Radom – str. 22
Medics – str. 23
Polmedic – str. 30, 32
Przychodnia Centrum – str. 23
Śródmieście 3 – str. 26
Terpiłowski – str. 15
Vita-derm – str. 23

PULMONOLOG

Węgrzycka Barbara – str. 29

PSYCHIATRA

Gamed – str. 10
Gralak-Wdowik Izabela – str. 12
Karczewski Andrzej – str. 12
Ostrach Dorota – str. 24

STOMATOLOG

Aurumdent – str. 19
Dent Artis – str. 18
Gamed – str. 10
Luxdent – str. 19
PT Dental – str. 19
Szwedental – str. 18

UROLOG

Alter Andrzej – str. 24
Baryłka Krzysztof – str. 29
Gamed – str. 10
Igal Mor – str. 22

USŁUGI MEDYCZNE

ANALIZY MEDYCZNE

Laboratorium Bałdys – str. 31
Medica – str. 4

BADANIA KIEROWCÓW

Gamed – str. 10
PMR – str. 11

DIETETYK

Fizjomedica – str. 19
Skalska Nina – str. 12

MASAŻ LECZNICZY

Chrobrego – str. 19
FizjoExpert – str. 19
Fizjomedica – str. 19

OPTYK

Abumex – str. 11
Dr Marchewka – str. 10
Grabowscy – str. 11
Likowska Elżbieta – str. 11
Likowski Adam – str. 10

OPIEKĄ PIELEŃNIARSKA

Chrobrego – str. 19
Dom Pod Złotym Dębem – str. 23

Mobilna Pielęgniarska – str. 12

Vic-Med – str. 12

OSRODKI OPIEKI DŁUGOTERMINOWEJ

Dom Pod Złotym Dębem – str. 23

Chrobrego – str. 19

Vic-Med – str. 12

PROTETYKA STOMATOLOGICZNA

Lapro dentis – str. 18

PSYCHOLOG

Gamed – str. 10
Kołątaj Agnieszka – str. 24

REHABILITACJA

Chrobrego – str. 19
FizjoExpert – str. 19
Fizjomedica – str. 19
Vic-Med – str. 12

SKLEPY MEDYCZNE

Armed Ort – str. 7
Mikirad – str. 7
Multimed – str. 7
Stymat – str. 7

DIAGNOSTYKA MEDYCZNA

ANALIZY MEDYCZNE

Gamed – str. 10
Laboratorium Bałdys – str. 31
Medica – str. 4

BIOPSJE

Euromed – str. 29
BADANIE GĘSTOŚCI KOŚCI
Sanus – str. 29

DOPPLER

Kupis Zbigniew – str. 13
Roszczyk Jadwiga • MEDICS – str. 29
Terpiłowski – str. 15

EMG/EEG

Jurkiewicz Grzegorz – str. 9

REZONAS MAGNETYCZNY

Grupa Medical – str. 14
Polmedic – str. 32

TOMOGRAMIA KOMPUTEROWA

Polmedic – str. 32

USG

Centrum Medycyny Kobiet – str. 7
Drożdżikowski Wiesław – str. 28
Epmmed – str. 23
Euromed – str. 29
Hejnar-Szczerbińska Małgorzata – str. 7
Medicon – str. 3

INNE

Coaching – str. 13
Diacom – str. 21
Eliomed – str. 10
Idalia – str. 14
Konopna farmacja – str. 27
Przychodnia Weterynaryjna RCMZ – str. 15

Mi-Mo wszystko.

Wydawca nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam i ogłoszeń.

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

OBSŁUGA KIENTA

533 251 968

@ medyk@gazetamedyk.pl

www.gazetamedyk.pl



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**

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

- **lek. spec. Szymańska Beata** – INTERNISTA / NEFROLOG **WIZYTY DOMOWE**
- **lek. spec. Ordyk-Rusek Patrycja** – KARDIOLOG DZIECIĘCY
- **dr n. med. Torz Cezary** – UROLOG

POZOSTALI SPECJALIŚCI

+ CHIRURG DZIECIĘCY + CHIRURG OGÓLNY + CHIRURG ONKOLOG
 + CHIRURG NACZYŃIOWY + DERMATOLOG I WENEROLOG + DIABETOLOG + DIETETYK
 + ENDOKRYNOLOG + ENDOKRYNOLOG DZIECIĘCY + GINEKOLOG I POŁOŻNIK
 + HEMATOLOG + HIPERTENSJOLOG + INTERNISTA + KARDIOLOG
 + KARDIOLOG DZIECIĘCY + LOGOPEDA + MEDYCINA 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 + TRANSPLANTOLOG + UROLOG

BIOPSJA CIENKOIGŁOWA POD KONTROLĄ USG, ECHO SERCA DZIECI I DOROSŁYCH,
 LABORATORIUM ANALITYCZNE, MEDYCNA PRACY, HOLTER EKG DZIECI I DOROSŁYCH,
 HOLTER RR, TEST WYSIŁKOWY, PRELUKSACJA (USG STAWU BIODROWEGO U DZIECI),
 USG, ZABIEGI, **BADANIE POLIGRAFICZNE W KIERUNKU BEZDECHU W CZASIE SNU**

★
RABAT
50%
DO
31.12.2019

MOVEMBER

SEZON NA WĄSY

**ZRÓB BADANIE
DLA JAJ**

BADANIA DLA PANÓW

POD KĄTEM RAKA JĄDER

DLA MEŹCZYŹN

W WIEKU 16+

ORAZ POD KĄTEM

RAKA PROSTATY

DLA MEŹCZYŹN

W WIEKU 35+

BADANIA Z KRWI

MEDICA 

laboratorium analiz medycznych



 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

Gdy przedłużający się kaszel staje się powodem do niepokoju...

Laboratoryjna diagnostyka zakażeń dróg oddechowych bakteriami atypowymi

Kaszel jest odruchem obronnym organizmu, który ma za zadanie oczyszczać drogi oddechowe. Może występować w przebiegu różnych chorób, począwszy od zwykłego przeziębienia, kończąc na śmiertelnym nowotworze. Jest jednym z najczęściej zgłaszanych problemów w praktyce lekarzy pierwszego kontaktu, pediatrów, pulmonologów, laryngologów i alergologów. Infekcje dróg oddechowych, wywołane przez drobnoustroje, stanowią jedną z najczęstszych przyczyn męczącego i przedłużającego się kaszlu. Dzieci są bardziej narażone na zakażenie, ponieważ nie są odporne na czynniki infekcyjne występujące w środowisku. Niezmiernie ważne jest szybkie zdiagnozowanie przyczyny kaszlu, aby wdrożyć właściwe leczenie. W diagnostyce przedłużającego się kaszlu nie można pominąć znaczenia zakażenia bakteriami atypowymi (takimi jak *Chlamydomphila pneumoniae* oraz *Mycoplasma pneumoniae*) oraz *Bordetella pertussis*, co jest ważne z punktu widzenia epidemiologii i leczenia. Laboratorium MEDICA w swojej ofercie posiada serologiczne testy laboratoryjne, które pozwalają określić przyczynę oraz stadium zakażenia.

Chlamydomphila pneumoniae

Chlamydomphila pneumoniae (*Chlamydia pneumoniae*) to drobnoustrój, który rozmnaża się wewnątrz komórek organizmu człowieka. Jest patogenem wywołującym zakażenia górnych oraz dolnych dróg oddechowych. Człowiek jest najczęstszym źródłem zakażenia. Ponadto patogen może przez długi czas bytować w aerozolach (nawilżaczach powietrza, klimatyzatorach). Zakażenia tymi bakteriami występują przez cały rok, jednak ich największe nasilenie obserwuje się w okresie jesienno-zimowym. Do zakażenia dochodzi drogą kropelkowo-powietrzną, co sprzyja rozprzestrzenianiu się drobnoustroju wśród członków jednej rodziny, a także epidemicznie w skupiskach dzieci (szkoły, przedszkola, domy dziecka). Okres wylęgania wynosi 21 dni. Przebieg zakażenia bardzo często jest bezobjawowy (70-80%) lub ma postać infekcji grypopodobnej (20-30%). Dominującymi objawami są: męczący kaszel (trwający nawet kilka

tygodni), gorączka, ból gardła, chrypka, nieżyt nosa. Cięższy przebieg infekcji może wystąpić u osób w podeszłym wieku lub z zaburzeniami odporności (np. AIDS). Dość często podczas zakażeń *Chlamydomphila pneumoniae* dochodzi do reinfekcji. Organizm po przejściu zakażenia tą bakterią nie uodparnia się na nią. W związku z tym infekcję *Chlamydomphila pneumoniae* można przechodzić wielokrotnie w ciągu życia. Przebieg kolejnych infekcji jest różny i zależy głównie od stanu immunologicznego pacjenta.

Diagnostyka laboratoryjna zakażeń Chlamydomphila pneumoniae

W rozpoznawaniu zakażeń wywołanych przez *Chlamydomphila pneumoniae* najczęściej poszukuje się swoistych przeciwciał w surowicy chorego. W tym celu wykorzystuje się test immunoenzymatyczny ELISA (enzyme-linked immunosorbent assay test) charakteryzujący się wysoką czułością i swoistością. Zbadanie dynamiki pojawiania się i zanikania przeciwciał klas IgA, IgM i IgG immunoglobulin pozwala ustalić, czy mamy do czynienia z infekcją pierwotną, zakażeniem przewlekłym czy reinfekcją – wzrost poziomu przeciwciał klasy IgM przemawia za infekcją pierwotną, zaś wzrost poziomu przeciwciał IgA przemawia za infekcją nawracającą. W prawidłowo zwalczanym zakażeniu poziom swoistych IgA obniża się szybko po powrocie do zdrowia, natomiast w fazie przewlekłej pozostaje stabilnie podwyższony. Przeciwciała IgG utrzymują się w surowicy nawet po wygaśnięciu aktywnego zakażenia, dlatego ich wykrycie uważa się za objaw przebytej infekcji. Jako optymalne rekomendowane jest równoczesne oznaczanie przeciwciał obu wczesnych klas: IgA i IgM wraz z przeciwciałami IgG oraz powtórzenie oznaczeń w odstępie 2-4 tygodni i określenie różnic pomiędzy wynikami. U osób z zaburzeniami układu odpornościowego produkcja przeciwciał może być zaburzona, co może utrudniać określenie serokonwersji.

Mycoplasma pneumoniae

Mycoplasma pneumoniae jest jedną z najmniejszych znanych bakterii Gram-ujemnych.

Jedynym gospodarzem tego patogenu jest człowiek. Drobnoustrój ten odpowiada za wystąpienie zapalenia górnych dróg oddechowych, tchawicy i oskrzeli. Ponadto *Mycoplasma pneumoniae* jest najczęstszą przyczyną atypowego zapalenia płuc. Do grupy ryzyka należą dzieci do 10 roku życia, które zapadają na mykoplazmatyczne zapalenie płuc 10-krotnie częściej w stosunku do ogółu społeczeństwa. Największe nasilenie infekcji dróg oddechowych wywołanych przez tą bakterię obserwuje się wiosną i jesienią. Do zakażenia dochodzi drogą kropelkową oraz kontaktu bezpośredniego. Patogen ten dość szybko rozprzestrzenia się wśród członków jednej rodziny oraz w skupiskach ludzi (szkoły, przedszkola, domy dziecka). Okres wylęgania trwa zwykle 2-3 tygodni. Objawy zakażenia *Mycoplasma pneumoniae* rozwijają się stopniowo, przez kilka dni, a utrzymują się często przez tygodnie a nawet miesiące. Dominującymi objawami są: nieżyt nosa i górnych dróg oddechowych, ból gardła, chrypka, zapalenie ucha. Często towarzyszą im silne bóle głowy, osłabienie, gorączka, nudności, wymioty, nocne poty. Charakterystyczny jest bardzo nasilony kaszel przypominający koklusz oraz trudności w odkrztuszaniu wydzieliny. Cięższy przebieg infekcji może wystąpić u osób ze współistniejącymi schorzeniami lub z zaburzeniami odporności (np. AIDS). Podczas zakażeń *Mycoplasma pneumoniae* może dochodzić do reinfekcji. Organizm po przejściu zakażenia tą bakterią nie uodparnia się na nią. W związku z tym infekcję *Mycoplasma pneumoniae* można przechodzić wielokrotnie w ciągu życia. Przebieg kolejnych infekcji jest różny i zależy głównie od stanu immunologicznego pacjenta.

Diagnostyka laboratoryjna zakażeń Mycoplasma pneumoniae

W rozpoznawaniu zakażeń wywołanych przez *Mycoplasma pneumoniae* najczęściej poszukuje się swoistych przeciwciał w surowicy chorego. W tym celu wykorzystuje się test immunoenzymatyczny ELISA (enzyme-linked immunosorbent assay test) wykrywający przeciwciała przeciwkoadhezyjne w klasie IgG, IgM, IgA. Zbadanie

dynamiki pojawiania się i zanikania przeciwciał klas IgA, IgM i IgG immunoglobulin pozwala ustalić, czy mamy do czynienia z infekcją pierwotną, zakażeniem przewlekłym czy reinfekcją. Przeciwciała IgG utrzymują się w surowicy nawet po wygaśnięciu aktywnego zakażenia, dlatego ich wykrycie uważa się za objaw przebytej infekcji. Jako optymalne rekomendowane jest równoczesne oznaczanie przeciwciał obu wczesnych klas: IgA i IgM wraz z przeciwciałami IgG oraz powtórzenie oznaczeń w odstępie 2-4 tygodni i określenie różnic pomiędzy wynikami. U osób z zaburzeniami układu odpornościowego produkcja przeciwciał może być zaburzona, co może utrudniać określenie serokonwersji.

Krztusiec (koklusz) tzw. „100 dniowy kaszel”

Krztusiec (koklusz) jest ostrą chorobą zakaźną układu oddechowego, wywołaną przez Gram-ujemną bakterię *Bordetella pertussis*. Jedynym poznany gospodarzem tej bakterii jest człowiek. Krztusiec jest jedną z najbardziej zakaźnych chorób – ryzyko zachorowania osoby wrażliwej na zachorowanie po bezpośrednim kontakcie z chorym wynosi 80%-100%. Przebyte zakażenie oraz szczepienie ochronne nie zapewnia odporności przeciw pałeczkom *B. pertussis* na całe życie – odporność zmniejsza się wraz z czasem upływającym od zakończenia cyklu szczepień obowiązkowych lub naturalnego przechorowania choroby. Do zakażenia dochodzi drogą kropelkowo-powietrzną, co sprzyja rozprzestrzenianiu się drobnoustroju wśród członków jednej rodziny, a także epidemicznie w skupiskach dzieci (szkoły, przedszkola, domy dziecka). Okres wylegania zwykle wynosi 7-10 dni. Obraz kliniczny uzależniony jest od: wieku dziecka, u którego doszło do zakażenia *Bordetella pertussis*, płci oraz stopnia uodpornienia. U niemowląt i dzieci nieszczepionych choroba przebiega w charakterystycznych trzech fazach, trwających 6-12 tygodni:

- **okres nieżytowy** – zwykle trwa 2 tygodnie. W tym czasie mogą wystąpić objawy takie jak: nieżyt nosa z obfitą wydzieliną, suchy kaszel, niekiedy zapalenie spojówek, osłabienie. Jest to czas najwyższej zakaźności chorego.
- **okres kaszlu napadowego** – zwykle trwa 2-4 tygodnie. Suchy kaszel nabiera charakteru wilgotnego, zwiększa swoje nasilenie i częstość, prowokuje wymioty. Po napadzie następuje głęboki wdech, który przypomina pianie (*gasp*) z powodu gwałtownego przepływu powietrza przez zwężoną krtań. Dziecko sinieje, mogą pojawiać się wybroczyny na twarzy, przekrwienie spojówek, a nawet bezdech. Napady kaszlu najczęściej zdarzają się w nocy.

- **okres rekonwalescencji** – zwykle trwa kilka tygodni. W tym czasie obserwuje się stopniową poprawę stanu ogólnego z coraz łagodniejszymi napadami kaszlu.

Obraz kliniczny krztusca u młodzieży i osób dorosłych może być znacznie złagodzony w porównaniu z występującym u niemowląt i dzieci nieszczepionych. Najczęściej ma przebieg atypowy, a jedynym objawem może być przedłużający się kaszel.

Diagnostyka laboratoryjna krztusca

W rozpoznawaniu zakażeń wywołanych przez bakterię *Bordetella pertussis* najczęściej poszukuje się swoistych przeciwciał przeciwko toksynie krztuscowej lub hemaglutyninie włóknikowej w surowicy chorego. W tym celu wykorzystuje się test immunoenzymatyczny ELISA (*enzyme-linked immunosorbent assay test*). Przeciwciała oznaczane są w trzech klasach: IgG, IgM oraz IgA. Znamienny wzrost przeciwciał IgA uznawany jest za najlepszy swoisty marker aktualnego zakażenia u dzieci szczepionych, u których występuje podwyższony poziom poszczepiennych przeciwciał klasy IgM i IgG. Problemem serodiagnostyki u szczepionych osób jest konieczność odróżnienia istniejących przeciwciał poszczepiennych

od przeciwciał powstających w trakcie aktualnego zakażenia. Dlatego u tych pacjentów ostateczne rozpoznanie ostrego zakażenia drobnoustrojem wymaga udokumentowania znamiennego wzrostu, tj. czterokrotnego, miana swoistych przeciwciał klasy IgM oraz IgG w dwóch próbkach surowicy pobranych w odstępie 3-5 tygodni.

Zdiagnozowanie przyczyny przedłużającego się kaszlu jest bardzo istotne, ponieważ w przypadku chorób układu oddechowego wywołanych przez *Chlamydomphila pneumoniae*, *Mycoplasma pneumoniae*, czy *Bordetella pertussis*, rutynowo podawane antybiotyki są nieskuteczne. Z pomocą w ustaleniu źródła kaszlu przychodzą nowoczesne serologiczne testy laboratoryjne, które umożliwiają szybką diagnostykę oraz wdrożenie właściwego leczenia pozwalającego na skuteczne zwalczenie infekcji. Laboratorium MEDICA posiada wysoko wykwalifikowany personel medyczny oraz aparaturę i zestawy odczynnikowe wysokiej jakości, które pozwalają określić przyczynę oraz stadium zakażenia dróg oddechowych przez bakterie atypowe.

mgr anal. med. Natalia Bilka
Laboratorium MEDICA



MEDICA
laboratorium analiz medycznych

**LABORATORYJNA
DIAGNOSTYKA
ZAKAŻEŃ DRÓG
ODDECHOWYCH
BAKTERIAMI
ATYPOWYMI...**



**SERODIAGNOSTYKA
BAKTERII ATYPOWYCH
DRÓG ODDECHOWYCH**

***Chlamydomphila pneumoniae* IgA, IgM, IgG**
(czas oczekiwania na wynik: 1 dzień roboczy)

***Mycoplasma pneumoniae* IgA, IgM, IgG**
(czas oczekiwania na wynik: 1 dzień roboczy)

***Bordetella pertussis* IgA, IgM, IgG**
(czas oczekiwania na wynik: 10 dni roboczych)

Jako optymalne rekomendowane jest równoczesne oznaczanie przeciwciał obu wczesnych klas: IgA i IgM wraz z przeciwciałami IgG oraz powtórzenie oznaczeń w odstępie 2-5 tygodni i określenie różnic pomiędzy wynikami.

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 przeciwoleżynowe
 - inhalatory
 - ciśnieniomierze
 - szeroki asortyment ortopedyczny i rehabilitacyjny

Radom, ul. Gisierska 4
tel. 48 365 11 88
kom. 728 658 401

www.stymat.pl
www.sklep.stymat.pl

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

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

ginekolog położnik
Małgorzata Hejnar-Szczerbińska

USG 3D,
aparat Voluson
doppler kończyn dolnych

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

MULTIMED SKLEP MEDYCZNY refundacja NFZ

godziny otwarcia
poniedziałek - piątek 9.00-17.00
sobota 10.00-13.00

26-600 Radom, ul. Mieszka I 3H
tel./faks 48 333 00 09, kom. 602 55 22 70



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

Sklep medyczny

czynny 8.00-18.00

- darmowe badanie stóp na 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

Przyczyny zakażenia układu moczowo-płciowego



Zakażenia układu moczowo-płciowego należą do najczęstszych chorób wywołanych przez bakterie, wirusy i grzyby. Niektóre z nich można wykryć za pomocą prostych badań profilaktycznych oraz poprzez biorezonans i Vega test. Ich zdiagnozowanie i wyleczenie może zapobiec wielu powikłaniom zdrowotnym, w tym m.in. niepłodności.

Zakażenia układu moczowo-płciowego są łączone z nieprzyjemnymi objawami, jak świąd, pieczenie czy upławy. Doświadczenie pokazuje, że tego typu infekcje bardzo często mają przebieg bezobjawowy. Pojawia się sporadycznie uczucie dyskomfortu, czasem bywa to powodem przeprowadzenia podstawowej diagnostyki. Biorąc jednak pod uwagę następstwa nielezionej choroby układu moczowo-płciowego, warto regularnie wykonywać podstawowe badanie moczu oraz testy na obecność wybranych patogenów, bądź wybrać się na badanie Vega testem. Wiele zakażeń, które ujawniły się w okresie dziecięcym lub młodzieńczym, a nie zostały wyleczone, może przejść w stan przewlekły i w przyszłości doprowadzić do niepłodności. Poza tym, podejmując decyzję o rozpoczęciu współżycia, trzeba sobie zdawać sprawę z ryzyka zakażenia różnymi patogenami.

Do najczęstszych zakażeń zaliczamy:

Chlamydia trachomatis

Bakteria odpowiedzialna za zapalenie szyjki macicy i infekcje cewki moczowej u kobiet. Utrudnia, a nierzadko uniemożliwia zajście w ciążę, może być też przyczyną ciąży pozamacicznej. Przenoszona jest głównie drogą płciową, jak również podczas porodu. Jeśli występują objawy, pojawiają się zazwyczaj od 1 do 3 tygodni od momentu zakażenia. Jego postacią kliniczną u kobiet jest zapalenie szyjki macicy, charakteryzujące się przekrwieniem, śluzowo-ropną wydzieliną i krwawieniem kontaktowym oraz współtowarzyszącą infekcją cewki moczowej. Typowe objawy chlamydiozy u mężczyzn to pieczenie podczas oddawania moczu, nietypowa wydzielina z cewki moczowej, bóle podbrzusza i pleców, ból oraz

obrzęk jąder. Jednak aż w przypadku 75% kobiet oraz około 50% mężczyzn przebieg zakażenia jest bezobjawowy, co oznacza, że u wielu z nich chlamydioza nie jest leczona i może doprowadzić do wielu poważnych powikłań. U kobiet mogą to być: zapalenie szyjki macicy, cysty, zapalenie jajowodów. Infekcja może także doprowadzić do zapalenia narządów miednicy mniejszej, co może skutkować ciążą pozamaciczną i niepłodnością. U noworodków, których matki miały chlamydiozę, może rozwinąć się zapalenie płuc, ucha, spojów itp. U mężczyzn zakażenie zagraża takimi powikłaniami jak: zapalenie cewki moczowej, gruczołu krokowego, najądrzy oraz może być przyczyną niepłodności. Stwierdzono, że częstość występowania *C. trachomatis* u niepłodnych pacjentów może sięgać nawet 60%.

Mycoplasma i Ureaplasma

Bakterie wywołujące zakażenie, które w postaci przewlekłej może spowodować zapalenie jajowodów, jajników, szyjki macicy i trzonu macicy. Najpoważniejszym powikłaniem jest niepłodność. *Ureaplasma sp.* i mykoplazmy w 10-20% przypadków mogą wywoływać nierzęączkowe zapalenie cewki moczowej. Objawy tej choroby są podobne u kobiet i mężczyzn. Najczęściej są to dolegliwości związane z oddawaniem moczu: bolesność i pieczenie w cewce moczowej, częste oddawanie moczu i uczucie parcia na mocz. Mężczyźni dodatkowo mogą zaobserwować u siebie wyciek z cewki moczowej i podrażnienie jądra. Częsty jest również bezobjawowy przebieg zakażenia, co sprzyja rozprzestrzenianiu się patogenów. U kobiet przewlekła infekcja może doprowadzić do zapalenia jajowodów, jajników, szyjki macicy i trzonu macicy, odmiedniczkowego zapalenia nerek oraz zapalenia stawów. Poza tym, bakterie te odgrywają istotną rolę w etiologii i patogenezie porodów przedwczesnych, mogą powodować zapalenia i przedwczesne pęknięcia błon płodowych oraz sepsy popołogowe. *Ureaplasma* powoduje także zakażenia wewnątrzmaciczne lub okołoporodowe u noworodków. Bakterie te mogą

powodować hipotrofię wewnątrzmaciczną, czyli opóźnienia rozwoju płodu oraz wpływać na niską masę ciała noworodka. Mogą też być przyczyną przewlekłych chorób płuc, zwłaszcza u wcześniaków. U mężczyzn *Ureaplasma urealyticum* może przyczynić się nie tylko do rozwoju nierzęączkowego zapalenia cewki moczowej, ale również niebakteryjnego zapalenia gruczołu krokowego, zapalenia jąder i ostrego zapalenia najądrzy. 10-20% wszystkich tzw. niebakteryjnych przypadków zapalenia stercza powodowane jest przez ureaplazmy. Najpoważniejszą konsekwencją zakażeń bakteriami *Ureaplasma* i *Mycoplasma genitalium* jest niepłodność. Wyniki badań wskazują na *M. genitalium* jako czynnik ryzyka rozwoju procesu zapalnego, prowadzącego do zbliźnowacenia jajowodów i w efekcie do niepłodności. Niepłodne kobiety są częściej zakażone mykoplazmami, a nasienie mężczyzn zainfekowane *U. urealyticum* i *M. hominis* charakteryzuje się zmniejszoną liczbą plemników, niższą ich ruchliwością i większą liczbą nieprawidłowych form, co może prowadzić do obniżenia zdolności zapłodnienia.

Rzęsistek pochwoy

Pierwotniak wywołujący zakażenie, które – jeśli nie zostanie wyleczone – może być przyczyną powikłań ciążowych lub niepłodności. Objawy kliniczne występują jedynie u około 10-25% kobiet i są to: bóle i pieczenie w cewce moczowej, obfite, pienne upławy lub żółtozielonkawa wydzielina o nieprzyjemnym zapachu, częstomocz, świąd sromu. Niektóre pacjentki skarżą się na bóle w podbrzuszu. Rzęsistkowicy towarzyszy zapalenie sromu i pochwy. U 10-50% kobiet i 15-50% mężczyzn zakażonych rzęsistkiem pochwowym objawy

GABINET NEUROLOGICZNY

Marina Chojnacka

Radom, ul. Kelles-Krauz 32

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

przyjmuje poniedziałek 16.00-17.00

Andrzej Borysowicz

specjalista neurolog

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

Agnieszka Rogozińska

specjalista neurolog

przyjmuje w czwartki od 17.00

Radom,
ul. Bernardyńska 3A

CENTRUM
BERNARDYŃSKA

tel. 48 386 95 00
511 511 234

chorobowe nie występują. Zakażenie cewki moczowej przebiega zwykle łagodnie. Może jednak przejść w stan ostry z obfitym ropnym wyciekami, któremu towarzyszą świąd, ból, częstomocz i pieczenie podczas oddawania moczu. Czasami do ostrego stanu zapalnego cewki moczowej dołącza się ostre zapalenie gruczołu krokowego i najądrzy. Rzadko ma miejsce zapalenie żołądki i napletka. Przewlekła nieleczona rzęsistkowica może być przyczyną niepłodności, jak również powikłań ciąży. Coraz więcej danych świadczy o szkodliwym wpływie zakażenia rzęsistkiem pochwowym na przebieg ciąży i wskazuje na jego związek z występowaniem porodów przedwczesnych i niską urodzeniową masą ciała.

Wirus opryszczki genitalnej

Powoduje zmiany na narządach płciowych i może mieć udział w rozwoju raka szyjki macicy, jest szczególnie niebezpieczny w okresie ciąży – może uszkodzić układ nerwowy i wiele narządów płodu.

Wirusy opryszczki powodują zmiany na granicy błony śluzowej i skóry (wargi, narządy płciowe). Odpowiadają za zapalenie spojówki, rogówki oraz mózgu, przypisuje się im również udział w rozwoju raka szyjki macicy. Rozprzestrzenianie się wirusa następuje poprzez kontakt bezpośredni. Opryszczka genitalna występuje najczęściej u młodzieży i młodych osób dorosłych. Pierwotną opryszczkę genitalną wywołuje na ogół HSV-2, ale w 10-25% przypadków jest ona spowodowana przez zakażenie HSV-1. W około 60-75% przypadków przebieg zakażeń HSV-2 jest bezobjawowy, co nie wyklucza możliwości zakażenia innych osób. U kobiet zmiany chorobowe lokalizują się w obrębie sromu i pochwy, szyjki macicy, cewki moczowej, a także w okolicy krocza i odbytu. Towarzyszy im ból, pieczenie i śluzowo-ropna wydzielina w pochwie. U mężczyzn natomiast zakażenie wirusem HSV-2 umiejscawia się na żołądki i wewnętrznej blaszce napletka, na skórze prącia, w odbytnicy lub cewce moczowej, powodując

wodnisto-śluzowy wyciek i objawy dysurii, a nierzadko również zapalenie prostaty. Opryszczka genitalna u kobiet w okresie ciąży jest szczególnie niebezpieczna dla płodu. Do odmatczywego zakażenia wirusem HSV-2 lub HSV-1 dochodzi najczęściej w czasie porodu (85%), rzadziej w życiu płodowym (5-8%) lub po urodzeniu (8-10%). U blisko 70% noworodków z ograniczoną postacią zakażenia HSV, które nie zostaną poddane leczeniu, rozwija się infekcja ośrodkowego układu nerwowego lub wielonarządowa. Przebieg kliniczny choroby jest ciężki, może prowadzić do trwałych uszkodzeń układu nerwowego i innych narządów, a nawet do śmierci dziecka. Zakażenie w I/II trymestrze powoduje poronienia i wady wrodzone u płodu (małocze, małogłowie, wodogłowie).

Gardnerella vaginalis

Bakteria wywołująca zakażenie, którego objawem są upławy o charakterystycznym „rybim” zapachu. U kobiet w ciąży zwiększa

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

Centrum Medyczne
MEDJana

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

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

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. med. **Dorota Milanowska**

Radom, ul. Bernardyńska 3a,

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

specjalista
neurolog

przyjmuje w środy od 18.00

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

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



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

ryzyko poronienia, porodu przedwczesnego oraz zapalenia błony śluzowej macicy po porodzie.

Candida albicans

Grzyb, który w przypadku spadku odporności, ale również u kobiet chorych na cukrzycę czy po chemioterapii, wywołuje grzybicę pochwy, może być przyczyną poronienia i niepłodności. Do najczęstszych stanów zapalnych pochwy i sromu u kobiet należy grzybica (drożdżycy), wywoływana przez drożdżaki z rodzaju Candida (grzyby drożdżopodobne – drożdżoidalne). U mężczyzn grzyby te najczęściej wywołują zapalenie żołędzi i napletka. Najczęstszym patogenem jest w tych przypadkach grzyb Candida albicans, wywołujący 80-92% wszystkich infekcji grzybiczych. Do zakażenia może dojść podczas stosunku płciowego, dlatego leczenia wymaga zarówno zakażona kobieta, jak i jej partner, nawet jeśli nie ma żadnych objawów. W pochwie zdrowej kobiety mogą występować niewielkie ilości zarodników tego grzyba. Natomiast przy spadku odporności może rozwinąć się pełnoobjawowa drożdżycy. Do jej najczęstszych objawów klinicznych należą zwykle gęste kremowe upławy o charakterystycznym wyglądzie białawych grudek, które pachną drożdżami i wyglądają jak twaróg. Dodatkowo pojawia się szereg objawów dodatkowych, takich jak: świąd, pieczenie, bolesność sromu, bóle przy stosunkach płciowych, bolesne oddawanie moczu, dysuria. 10-20% kobiet w wieku rozrodczym może być bezobjawowymi nosicielkami grzybów z rodzaju Candida. Bezobjawową kolonizację tymi grzybami częściej stwierdza się u ciężarnych (30-40%). W czasie ciąży częściej występuje również kandydoza objawowa. Infekcja C. albicans może powodować poronienia i być przyczyną niepłodności. Może również powodować zakażenia okołoporodowe u noworodków (najczęściej zakażenia jamy ustnej). Czynniki sprzyjającymi zakażeniom grzybiczym są między innymi: ciąża, przyjmowanie antybiotyków o szerokim spektrum działania,

sterydoterapia, doustna antykoncepcja hormonalna, urazy, otarcia, zaburzenia hormonalne, cukrzyca, otyłość, nowotwory, upośledzenie odporności. Problemem w leczeniu grzybic są dość częste nawroty choroby. Objawy drożdżycy u mężczyzn to przede wszystkim podrażnienie i stan zapalny żołędzi i wewnętrznej powierzchni napletka ze świądem i pieczeniem.

I wiele innych zakażeń, które można wykryć, za pomocą Vega testu i efektywnie usunąć patogeny, za pomocą generatora plazmowego oraz stosując odpowiednią dietę.

*Eliomed Gabinet Terapii Naturalnych
Elżbieta Petrzak*

ELIOMED
Gabinet Terapii Naturalnych

Elżbieta Petrzak

Radom, ul. Główna 12, gab. 14, I piętro
tel. 792 071 107, tel: 690 464 420
www.eliomed.pl

- Plazmoterapia
- Testy obciążeń organizmu: pasożytami, bakteriami, wirusami, grzybami
- Vega Test, Volla test, Biorezonans
- Testy alergiczne
- Diagnoza i terapia boreliozy
- Testy obciążeń metalami ciężkimi
- Terapia zaburzeń układu pokarmowego
- Terapia zaburzeń tarczycy
- Terapia zaburzeń metabolizmu, otyłość

Salon Optyczny

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



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

NZOZ
Gamed

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, Medcover, 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



likowski@vp.pl
www.likowski.eu

OPTYK
Likowski
nieprzerwanie
od 1999 roku

**GABINETY OKULISTYCZNE
i ZAKŁADY OPTYCZNE**

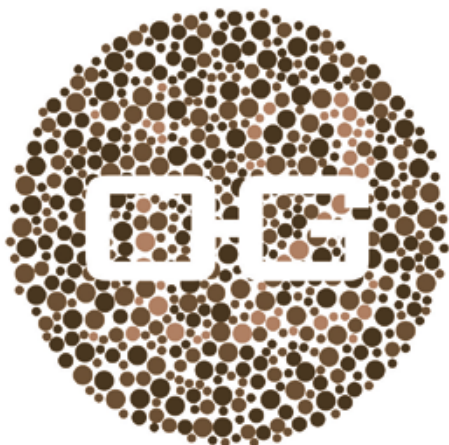
czynne codziennie

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



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

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

f /optyk.optometria.grabowscy.radom



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



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

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



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

Waldemar Nazimek
specjalista chorób oczu

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

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

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

CENTRUM
BERNARDYŃSKA

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



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

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



Pielęgniarska opieka długoterminowa
BEZPŁATNIE NFZ

tel. 600 611 501, 509 569 541

www.vic-med.pl

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

Poczuj się pięknie we własnym ciele



coach
Marzena Figura
tel. 502 460 037

To jak czujemy się we własnym ciele ma ogromne znaczenie. Ma znaczenie dla naszego zdrowia, psychiki, a nawet relacji, które budujemy. Kiedy czujemy się w naszym ciele dobrze, to jesteśmy lepsi dla siebie i innych. Kiedy czujemy się w nim źle, odbija się to na naszym świecie zewnętrznym. Kiedy nasze ciała chorują, niedomagają, nie są takie, jakie chcielibyśmy mieć, to rodzi się z tego frustracja, gorycz a czasem złość, które gdzieś z czasem muszą znaleźć ujście.

Miej ciekawość własnego ciała

Rodzimy się z naturalną akceptacją tego, jak wyglądamy. Jako dzieci z fascynacją oglądamy swoje ciała, jednak nasz proces socjalizacji sprawia, że z czasem zanika nam to poczucie jedności i ciekawości naszych ciał, a zastępuje je cała lista wytycznych i wymagań wobec tego, jacy powinniśmy być. Skoro w toku rozwoju społecznego ztratiliśmy tę umiejętność, to warto nauczyć się jej nam od nowa. To jak postrzegamy nasze ciało jest w dużej mierze objawem naszej relacji z samym sobą. Budowanie relacji z naszymi ciałami jest jak budowanie relacji z drugim człowiekiem. Wymaga świadomości siebie i świadomości ciała. Potrzeba na nie czasu, zaangażowania, potrzeba codziennych kontaktów, rozmów, uważności i troski. Odkrywając myśli i uczucia jakie kierujemy do swojego ciała na co dzień dowiadujemy się jaka jest ta relacja. Czy będzie to troska i czułość czy raczej krytyka?

Nie mierz swojej wartości centymetrem

Jest ogromna różnica między tym, że odchudzamy się, bo czujemy się lepiej w jakimś konkretnym rozmiarze, a tym, że myślimy o sobie, iż nie jesteśmy nic warte, dopóki nie schudniemy. Pierwsze jest chęcią zmiany, która płynie z życzliwości i troski o siebie, a drugie czerpie z lęku, że jesteśmy nieatrakcyjni i niewiele znaczący. Takich zależności najczęściej uczymy się dorastając. Nasze dzieciństwo to czas, w którym chłonimy obrazy świata, które opisują i pokazują nam dorośli. Wtedy też buduje się nasza relacja z własnym ciałem. To w jaki sposób traktowali nas nasi najbliżsi w dużym stopniu wpływa na to jak je widzimy i oceniamy siebie w dorosłym życiu. To również od nich uczymy się tego, jak patrzeć się na własne ciało. Jeśli dostajemy komunikaty, że jesteśmy atrakcyjni, to istnieje duże prawdopodobieństwo, że sami będziemy się tak postrzegać. I odwrotnie. Często wmawia się nam też, że nieprzeciętna uroda i wysportowane ciało o idealnej sylwetce to przepustka do szczęścia, sukcesu i miłości. Nic bardziej mylnego. Zaprowadzić nas może to jedynie do przekonania, że winy za nasze niepowodzenia powinniśmy szukać w naszym wyglądzie i popadamy w jeszcze większe kompleksy. Porównujemy się i zaczynamy stawiać sobie nieosiągalne cele, nie biorąc pod uwagę faktu, że być może mamy inny typ urody, budowę i uwarunkowania genetyczne. Inny, to nie znaczy gorszy. Dodatkowo otrzymujemy pewne skróty myślowe np. gruby to leniwy, niewysportowany to niechlujny, niezadbana to niezorganizowana, itp. Te przekonania mają pewien wspólny mianownik: wygląd

**Specjalistyczne
Usługi Pielęgniarskie
w Miejscu Wezwania**

**mgr Paulina
Szymańska**

tel. 609 114 136

Znajdź mnie na Facebooku:
mobilnapielegniarka

**MOBILNA
PIELĘGNIARKA**

- 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

ma największe znaczenie i stanowi o naszej wartości. Jeśli w to uwierzmy, wpadamy w pułapkę „jednej kategorii” czyniącej nas wartościowymi lub nie, a poczucie własnej wartości to przecież złożony z wielu elementów obszar. Chcemy się innym tak bardzo podobać, żeby uniknąć negatywnych ocen, bo zwyczajnie boimy się bycia w tej drugiej grupie: leniwych, niezorganizowanych i niechlujnych. Wracamy więc do swego rodzaju podstawy wielu zniekształceń percepcji, czyli lęku przed oceną. A to kolejna pułapka.

Nie daj sobie odebrać radości życia

Nie mamy wpływu na to, jak odbiorą nas inni. Choć często wydaje się nam, że ubraniem, wagą, makijażem, samochodem czy medalem na szyi zaskarbimy sobie czyjś szacunek i podziw. Nic bardziej mylnego. Ludzie będą odbierać nas poprzez takie filtry, jakie sami noszą, a my nie mamy na nie wpływu. Mamy za to wpływ na swoje własne filtry i na to, jak patrzymy na siebie. Warto też abyśmy wiedzieli, że kiedy zdecydujemy się na ścieżkę odchudzania, to często bywa tak, że wraz z traconymi kilogramami tracimy również siebie. Tracimy albo odkładamy „na później” swoje upodobania, radości czy formy spędzania wolnego czasu. W pogoni za jakimś określonym celem płacimy naszą autentycznością, spokojem ducha i po prostu radością z życia. Siedzimy więc potem przy stole na imieninach, weselu czy randce i prosimy kelnera o zamianę oliwy na cytrynę, chleba na ten bezglutenowy, a wino na wodę. Odbieramy sobie tym samym radość doświadczania świata zmysłami i przestajemy czerpać przyjemność z relacji, towarzystwa i biesiadowania. A bardzo

często również i inni przestają czerpać przyjemność ze spędzania czasu z nami. Nie znaczy to, że nie warto zdrowo się odżywiać i prowadzić sportowy styl życia. Warto, ale jeszcze bardziej warto polubić siebie i dopiero na tym fundamencie budować zdrowy styl życia.

Nie słuchaj swojego wewnętrznego krytyka

Okres letni to szczególnie czas dla osób, które mają trudność z akceptacją swojego ciała, bo kiedy pogoda sprzyja odsłanianiu go przed światem zewnętrznym, oni chcieliby się schować. To czas, w którym z dużym powodzeniem sprzedają się szybkie sposoby dotarcia do wymarzonego celu kilogramowego: diety, programy treningowe, a siłownie obserwują natężenie ćwiczących. Powodów takiego koncentrowania się na ciele w tym okresie jest co najmniej kilka.

Po pierwsze motorem działań jest najczęściej nasz krytyk wewnętrzny, który staje się katem stojącym nad nami, kiedy z potem na czole pokonujemy na bieżni kolejne kilometry, a przechodząc obok cukierni opuszczamy wzrok, żeby nie widzieć kuszących pączków. Po drugie krytyka wewnętrznego karmi z kolei presja społeczna, która w postaci kolorowych magazynów, portali społecznościowych a także branży medialnej promuje dość wyśrubowany wizerunek ludzkiego ciała. Po trzecie taka mieszanina uderza w coś najbardziej pierwotnego, czyli potrzebę przynależności. Potrzebę bycia akceptowanym, bycia częścią grupy. Oczywiście istotne od strony psychologicznej jest poczucie bycia akceptowanym, niemniej kolejność powinna być inna. Najpierw trzeba nam zaakceptować samych siebie a dopiero

później poszukiwać tej akceptacji na zewnątrz. To jednak jest dość kręta i wyboista droga, bo próbujemy dojść do akceptacji, obiecując sobie, że po spełnieniu kilku warunków wstępnych pokochamy siebie. A akceptacja oznacza zaakceptowanie tego, kim jesteśmy, tacy jacy jesteśmy dokładnie teraz. Nie za trzy kilogramy, za dwa miesiące czy pięć awansów.

Akceptacji szukaj w sobie

Ta relacja z naszym ciałem przypomina relację z drugim człowiekiem. To, co karmi te relacje, to akceptacja tego, kim jesteśmy. Kiedy zaakceptujemy i pokochamy swoje ciało z pewnością stanie się coś niezwykłego. Nabierzemy do niego szacunku. Zaczniemy bardziej świadomie wybierać to co jemy, zaczniemy więcej się ruszać i słuchać własnego ciała. Nie będziemy go również katować, kiedy powie dość, bo nie ma siły. Pozwolimy mu na odpoczynek i regenerację. Wybierzemy taki tryb życia jaki najbardziej nam służy. Tryb życia, który zaowocuje lepszym wyglądem. Zaprzyjaźnimy się więc ze swoim ciałem i zrobimy to już dziś. Spójrzmy na nie bardziej przychylnie. Zaakceptujmy swój wygląd i te rzeczy, których w nim nie jesteśmy w stanie zmienić. A przede wszystkim przestańmy się porównywać z innymi. Nie jesteśmy innymi. Jesteśmy sobą i niech tak pozostanie.





Angio medicus

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

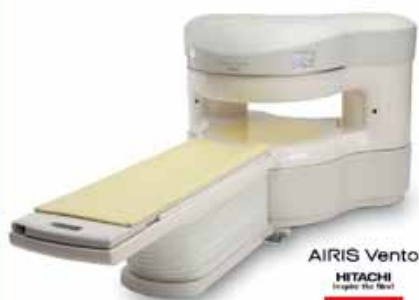
Nowoczesne metody leczenia chorób naczyń

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

GRUPA
MEDICAL
S N Z O Z



AIRIS Vento
HITACHI
Magnez 0.1 Tesla

**Pracownia
Rezonansu
Magnetycznego
Otwartego**

wyłącznie prywatnie

rejestracja

poniedziałek - piątek

8.00 - 20.00

tel. 664 91 22

☎ 661 610 644

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

dedykowany szczególnie dla:

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



badanie „od ręki”

Zimowy czas w kosmetyce

Jesień i zima to czas, kiedy dzień staje się krótszy, pogoda jest mało przyjazna na wyjścia i spacer. Co wtedy robić? Można poczytać książkę, coś pysznego ugotować, zakopać się pod kocem i poleżeć na kanapie. A przecież jest to świetny czas, który można wykorzystać na zadbanie o siebie. Zamiast nudzić się w domu zrobić coś dla siebie. Zadbaj o przesuszoną skórę po lecie i kąpielach słonecznych, sprawdź czy nie pojawiły się przebarwienia albo zagniecenia na twarzy nie stały się bardziej widoczne. W naszym gabinecie Studio Zdrowia i Urody IDALIA, każdy znajdzie na pewno coś dla siebie. Oferujemy szeroki zakres usług nie tylko dla pań. Kobieta wychodząc do gabinetu na zbieg może zabrać również ze sobą partnera lub koleżankę dla których też coś możemy zaproponować. Gdy ona będzie się nawilżać lub odżywiać swoją skórę druga osoba może w tym czasie skorzystać z zabiegu podologicznego lub wykonać pedicure klasyczny, zadbać o dłonie, włosy i zapytać m.in. o poradę trychologa.

Trycholog to specjalista od chorób skóry głowy i włosów. Często przyczyny wypadania włosów lub ich choroby łatwo wyeliminować po przeprowadzonym badaniu, które pozwoli określić stan mieszków włosowych i ich otoczenia.

Zabiegi kosmetyczne, które polecamy w czasie jesiennozimowym poprawiają naturalną kondycję skóry, pomagają ją odbudować i usunąć wszelkie niedoskonałości. Mam tu na myśli zabiegi z zastosowaniem kwasów owocowych, kwasu hialuronowego połączonych z odpowiednimi maskami i preparatami do pielęgnacji domowej. To jest bardzo ważne, pielęgnacja domowa. Nawet najlepsza pielęgnacja na drogich

kosmetykach będzie skutkowała marnym efektem, jeśli nie będzie kontynuacji w domu. Dlatego warto wziąć to pod uwagę. Jest to bardzo istotne zwłaszcza jeśli chodzi o spłylenie zmarszczek, przebarwienia czy przy cerze trądzikowej. Tak dużo nastolatków chodzi z brzydką, podrażnioną skórą. Mamy najczęściej prowadzą ich do dermatologa, gdzie są serwowane silne leki obciążające wątrobę, na sterydach które poprawiają wygląd dopóki są stosowane, a później wszystko powraca często ze zdwojoną siłą. A może właśnie dobrze byłoby zajrzeć do kosmetyczki, skonsultować (najczęściej bezpłatnie), poradzić się. Myślę, że każda z nas jeśli uzna, że stan jest poważny i wymaga interwencji lekarza, proponuje to młodemu pacjentowi.

Proponuję też „zrobieniu przeglądu” stóp własnych i swoich pociech. Ten czas, kiedy zakładamy bardziej zabudowane obuwie, często daje znać o sobie w postaci bolących i wrastających paznokci. Im wcześniej zareagujemy, tym lepiej. Czasem paznokcie wymaga tylko dobrego opracowania, fachowej porady podologicznej i już nie potrzeba wizyty u chirurga. Tak naprawdę mało który paznokieć wymaga usunięcia lub wycinania. Jest wiele sposobów na to, aby uniknąć tak poważnej interwencji a tym samym uniknąć długotrwałego bólu po zabiegu. Dla opornych lub zawstydzonych możemy zaproponować pedicure dla 2 osób w jednym czasie ponieważ posiadamy 2 w pełni wyposażone stanowiska.

Dla zachowania dobrej kondycji i poprawy zdrowia możemy zaproponować sesje tlenoterapii w nowoczesnej komorze hiperbarycznej, która od niedawna zagościła w naszym gabinecie. Tlen podany w podciśnieniu ma zbawienne działanie wspierające różne formy leczenia oraz świetnie wpływa na poprawę kondycji skóry i samopoczucia. Aby zapewnić pełen komfort dla klienta i ciało mogło oddychać całą powierzchnią, komora jest indywidualna wypełniona 93% tlenem.

Jeżeli zainteresowała Państwa nasza oferta zapraszamy do gabinetu mieszczącego się w Radomiu pod adresem Waryńskiego 1/3/5. Wizyty i konsultacje rezerwujemy pod numerem telefonu 790 237 790 lub 606 471 648.

Zapraszamy
Iwona Tyczyńska-Woźniak



Idalia
STUDIO
ZDROWIA
I URODY

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

TEL. 790 237 790, 606 471 648



www.cm-terpilowski.pl

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

MAŁOINWAZYJNE KOMPLEKSOWE LECZENIE ŻYŁAKÓW

- Laserowe wewnątrżylnne leczenie żyłaków (ELVeS) – nowoczesna alternatywa dla klasycznej operacji
- skleroterapia – nieoperacyjne zamykanie żyłaków, żył siatkowatych i pajęczków FLEBOGRIF
- laserowe przezskórne zamykanie pajęczków

LECZENIE CHOROÓB TĘTNIC kwalifikacja do zabiegów wewnątrznaczyńowych

USG DOPPLER TĘTNIC I ŻYŁ OBWODOWYCH

LASEROWE LECZENIE ŻYŁAKÓW ODBYTU I PRZETOK OKOŁOODBYTNICZYCH lek. Bogusław Drotlef

GINEKOLOGIA I POŁOŻNICTWO

lek. Agnieszka Limanin - specjalista ginekolog-położnik

OPIEKA NAD PACJENTKAMI W CIĄŻY

- Badania prenatalne – Test NIFTY, Test SANCO, USG we wszystkich trymestrach ciąży (FMF)

CHOROBY NARZĄDU RODNEGO DZIEWCZĄT I KOBIET

INDYWIDUALNY DOBÓR ANTYKONCEPCJI

USG 3D/4D płodu

NEUROLOGIA

lek. Anna Niemiec – specjalista neurolog

ORTOPEDIA

lek. Rafał Niemiec – specjalista ortopeda

- KONSULTACJE, USG STAWÓW, INIEKCJE DOSTAWOWE (m. in. OSOCZE BOGATOPLYTKOWE)

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 OSOCZE BOGATOPLYTKOWE FIBRYNA

mgr piel. Iwona Sidor

- odmładzanie i wygładzanie skóry (twarz, szyja dekol, ręce), niwelowanie zmarszczek i rozstępów, wspomaganie leczenia wypadania włosów i łysienia

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 Terpiłowska • 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 nązębnego, 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)

endomed®

Radom, ul. Kilińskiego 6
tel. (48) 340 02 35, (48) 340 02 36
kom. 606 169 637, 606 169 634

www.endomed.radom.pl

+ PODSTAWOWA OPIEKA ZDROWOTNA NFZ

INTERNIŚCI

lek. med. **Anna Frydryk**,
dr n. med. **Karolina Furman-Kuklińska**
lek. med. **Ewa Modrzewska-Lesisz**
lek. med. **Anna Malinowska**
lek. med. **Ewa Molenda**
dr n. med. **Violetta Wilk**

PEDIATRZY

lek. med. **Paulina Kozińska**
lek. med. **Monika Ociesa**
lek. med. **Grzegorz Smelcerz**
lek. med. **Stanisława Szcześniak-Mazur**
lek. med. **Grzegorz Walczyński**
lek. med. **Iwona Kędzior-Biedrzycka**

GABINET ZABIEGOWY - EKG
PUNKT SZCZEPIEŃ
PUNKT POBRAŃ LABORATORYJNYCH

+ PORADNIE SPECJALISTYCZNE

Gastroenterologiczna NFZ

lek. med. **Janusz Romanowski**, lek. med. **Marek Stankiewicz**,
lek. med. **Ewa Tylec-Osóbka**, lek. med. **Jacek Kuta**, lek. med. **Bartłomiej Kalbarczyk**

Gastroenterologiczna dla Dzieci NFZ lek. med. Lesław Syczewski

Proktologiczna NFZ lek. med. **Jacek Sobaszek**, lek. med. **Sebastian Grudziński**

Onkologiczna NFZ dr n. med. **Robert Witaszka**, lek. med. **Jacek Jodłowski**

Chirurgii ogólnej/onkologicznej – lek. med. **Jacek Sobaszek**, lek. med. **Jacek Jodłowski**

Chirurgii naczyniowej dr n. med. **Adam Kukliński**

Chirurgii dla Dzieci lek. med. **Ewa Elertowska**

Diabetologiczna lek. med. **Anna Frydryk**

Endokrynologiczna lek. med. **Krzysztof Bocheński**,

lek. med. **Ewa Modrzewska-Lesisz**, dr n. med. **Violetta Wilk**

Kardiologiczna lek. med. **Anna Malinowska** – wizyty, Holter RR

Nefrologiczna dr n. med. **Karolina Furman-Kuklińska**

Neurologiczna lek. med. **Elżbieta Przepiórka**

Ortopedyczna lek. med. **Tomasz Romaniuk** (wizyty, USG - ortopedyczne, preluksacja)

Pulmonologiczna lek. med. **Mariusz Korzeniowski**

Urologiczna lek. med. **Radosław Molga**, lek. med. **Antoni Nierubca**

Zdrowia Psychicznego lek. med. **Małgorzata Nagadowska-Nojek**

Dietetyczna mgr **Małgorzata Janusz**



Designed by Vilmoscanga / Freepik

+ DIAGNOSTYKA OBRAZOWA

Tomografia komputerowa
Rentgen cyfrowy
USG - jama brzuszna, piersi, szyja, tarczycza
USG - przezciemiączkowe
USG Doppler - szyi, kończyn dolnych

W NOWEJ CZĘŚCI ENDOMEDU - ul. Kilińskiego 6 IIp.

+ PRACOWNIA ENDOSKOPOWA (przeniesiona z ul. Ks. Sedlaka)

gastroskopia, kolonoskopia,
polipektomia z oceną histopatologiczną

lek. med. **Janusz Romanowski**, lek. med. **Marek Stankiewicz**,
lek. med. **Ewa Tylec-Osóbka**, lek. med. **Jacek Kuta**,
lek. med. **Bartłomiej Kalbarczyk**, lek. med. **Dorota Rozborska-Bobola**,
lek. med. **Piotr Nózka**

możliwość badań w znieczuleniu ogólnym
pod opieką anestezjologa

lek. med. **Jolanta Gajewska**, lek. med. **Maria Mroczkowska**,
lek. med. **Maria Sieczko**, lek. med. **Jurkowska Agnieszka**,
lek. med. **Krawczyk Grzegorz**, lek. med. **Lewandowski Tadeusz**,
lek. med. **Borysewicz Magdalena**, lek. med. **Łęgowik Agnieszka**,
lek. med. **Sys Krzysztof**, lek. med. **Barbara Magdzińska-Kupczalajć**



+ CHIRURGIA NACZYNIOWA

dr n. med. **Adam Kukliński**

- usuwanie żylaków metodą BABCOCK`A, FLEBECTOMIA, RF RADIO FREQUENCY, zamykanie żył klejem tkankowym, zamykanie żył metodą farmakomechaniczną FLEBGRIF, skleroterapia.

+ PORADNIA NEUROCHIRURGICZNA

Prof. dr hab. med. Radosław Rola - pracuje w Katedrze i klinice Neurochirurgii i Neurochirurgii Dziecięcej AM w Lublinie; stażysta wielu Klinik m.in. w Lille we Francji, w San Francisco w Kalifornii; Przewodniczący Komitetu Badań Naukowych (EANS), Przewodniczący Sekcji Neurochirurgii Unii Europejskich Specjalistów Medycznych (UEMS); leczenie pacjentów z nowotworami OUN, chorobami naczyniowymi mózgu, leczenie operacyjne schorzeń kręgosłupa.

Krzysztof Kura - specjalista neurochirurg; starszy asystent Kliniki Neurochirurgii SP Szpitala Klinicznego Nr 4 w Lublinie; uczestnik wielu kursów i staży z zakresu chirurgii kręgosłupa (Francja, USA, Hiszpania, Niemcy); zajmuje się leczeniem operacyjnym schorzeń kręgosłupa i in.

Wojciech Czyżewski - doktorant Centrum Symulacji Medycznej Katedry Anatomii Człowieka Uniwersytetu Medycznego w Lublinie, rezydent Kliniki Neurochirurgii Szpitala Bielańskiego w Warszawie, uczestnik praktycznych kursów z zakresu neurochirurgii (Szkocja, Czechy, Francja, Niemcy); leczenie operacyjne chorób kręgosłupa oraz urazów czaszkowo-mózgowych.

+ PARTNERZY MEDYCZNI:

Allianz

enel-med

Falck

POL-ASSISTANCE

POLMED

COMPENSA
WIENNA INSURANCE GROUP

MEDICOVER

polmedic

SIGNAL IDUNA

W

PZU

LUXMED

Badania przesiewowe raka jelita grubego

Tak mało wiemy o swoim organizmie i wcale się tym nie zajmujemy, dopóki nam nie doskwiera, nic nie boli. Tyle różnorodnych chorób czai się, cichaczem rozwija, aby zaatakować w najmniej spodziewanym momencie. Dlatego tak ważna jest profilaktyka. Program Badań Przesiewowych raka jelita grubego (PBP) jest zadaniem Narodowego Programu Zwalczania Chorób Nowotworowych. W ramach PBP od 2000 roku wykonywana jest **bezpłatna** profilaktyczna **kolonoskopia** w kilkunastu wyznaczonych przez Ministerstwo Zdrowia Ośrodkach w Polsce. W Radomiu bezpłatne **BADANIA KOLOSKOPII PROFILAKTYCZNEJ** wykonywane są w **Przychodni ENDOMED przy ul. Kilińskiego 6**. Rak jelita grubego rozwija się ze zmian łagodnych, tak zwanych polipów. Taka przemiana trwa najczęściej kilkanaście lat. Dlatego też, poddając się badaniu odpowiednio wcześniej i usuwając polipy można zapobiec rozwojowi raka. Wcześniej wykryty rak jest również bardzo często **wyleczalny**. Ani polipy, ani rak we wczesnym stadium zazwyczaj nie powodują objawów. Istotą profilaktycznej kolonoskopii jest odnalezienie tych właśnie bezobjawowych jeszcze zmian i, o ile to możliwe, ich usunięcie. Takie postępowanie pozwala zmniejszyć ryzyko zachorowania na raka jelita grubego nawet o 60-90%.

Od 2012 roku w ramach PBP wysyłane są imienne, jednokrotne zaproszenia na

kolonoskopię do osób w wieku 55-64 lata. Zaproszenie jest imienne i nie może być przekazane innej osobie. Zaproszenie zawiera proponowaną datę badania. Istnieje możliwość zmiany terminu kontaktując się z **Pracownią Endoskopii w ENDOMEDZIE**. Z badania można zrezygnować w dowolnym momencie.

Jeśli nie otrzymałem zaproszenia ale chciałbym się poddać badaniu profilaktycznemu?

Osoby które nie otrzymały dotychczas zaproszenia najprawdopodobniej otrzymają je w najbliższych latach. W **ośrodku PBP w ENDOMEDZIE** istnieje możliwość poddania się badaniu bez zaproszenia (w ramach tzw. „programu oportunistycznego”), pod warunkiem spełnienia warunków kwalifikujących do Programu:

1. **Wszystkie osoby w wieku 50-65 lat** bez objawów takich jak krwawienie z przewodu pokarmowego, biegunka lub zaparcie które pojawiło się w ciągu ostatnich kilku miesięcy, a którego przyczyna nie jest znana, a także chudnięcie lub anemia bez znanej przyczyny.
2. **Osoby w wieku 40-49 lat** bez objawów raka jelita grubego, które miały w rodzinie przynajmniej jednego krewnego pierwszego stopnia (rodzice, rodzeństwo, dzieci) z rakiem jelita grubego.

3. **Osoby w wieku 25-49 lat** z rodziny z zespołem Lyncha. W tej grupie osób konieczne jest potwierdzenie rozpoznania przynależności do rodziny z zespołem Lyncha z poradni genetycznej na podstawie spełnienia tzw. kryteriów amsterdamskich i ewentualnego badania genetycznego. W ramach Programu Badań Przesiewowych można wykonać tylko pierwsze badanie.

4. **Osoby w wieku 20-49 lat** pochodzące z rodziny z zespołem polipowatości rodzinnej gruczolakowatej – FAP. W tym przypadku konieczne jest skierowanie (potwierdzenie) z Poradni Genetycznej. W ramach Programu Badań Przesiewowych można wykonać tylko pierwsze badanie.

Na kolonoskopię profilaktyczną można zapisać się telefonicznie lub osobiście w Pracowni Endoskopowej ENDOMED, która realizuje program, po wypełnieniu ankiety (będącej jednocześnie skierowaniem). Ankieta może być wypełniona samodzielnie lub przez lekarza każdej specjalności. Choroby o które pytamy w formularzu nie są przeciwskazaniem do kolonoskopii. Informacja o nich pozwala na zaplanowanie bezpiecznego i komfortowego badania. W trakcie zapisu na badanie otrzymacie Państwo niezbędne informacje dotyczące przygotowania do badania oraz jego przebiegu.



lapro_dentis
laboratorium protezki 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




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



DENT-ARTIS
GABINETY STOMATOLOGICZNE

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

PLASMA COMPLEX
NATURALNA BIODOSTYMIULACJA KOMBINACJAMI MACIERZYCYSTYMI

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

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

FIZJOE EXPERT

telefon
606 499 981
www.fizjoexpert.pl

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




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

- krioterapia
- elektroterapia
- terapia ultradźwiękowa
- laseroterapia
- magnetoterapia
- światłolecznictwo
- hydroterapia
- inhalacje
- terapia manualna
- kinezyterapia
- ćwiczenia korekcyjne
- ćwiczenia w skoliozach
- metoda PNF
- rehabilitacja domowa
- kinesiologia taping
- dietetyk kliniczny

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

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



**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 (bierno, czynne, w odciążeniu i inne)
- terapia mięśniowo-powięziowa
- terapia manualna wg dr Ackermann
- kinesiotalaping (plastry)

HYDROTERAPIA

- 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@wp.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

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

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)

Masaż przed ciążą, w ciąży i w czasie połogu

Masaż przed ciążą, podczas ciąży oraz połogu to bardzo ważny okres dla obojga rodziców i dla prawidłowego rozwoju dziecka. To już wiecie z mojego poprzedniego artykułu, w którym zapowiadałem niniejszy. Ciąża to początek drogi dla Was obojga – rozkoszujcie się nim, bo po dziewięciu miesiącach ten stan mija, a zaczyna się nowy świat i nowe życie. Jeśli dowiedział się, że jesteście w błogosławnym stanie to ogłoszcie to partnerowi. Świetnym pomysłem na to jest z pełną ekscytacją zrobić mu niespodziankę. Przywitaj go przy śniadaniu mając zawiązaną w talii ozdobną kokardę. Poproś go o otwarcie prezentu, a jak już rozwiąże wstążkę to ujrzy napis „Jestem w ciąży”. Możesz też kładąc się spać przytulić partnera i powiedzieć „Dobranoc, tatusiu”.

Kiedy minie pierwszy trymestr ciąży, to zainwestuj w swoje zdrowie jeszcze bardziej niż dotychczas. Wybierz się na masaż dedykowany kobietom ciężarnym. Taka terapia relaksuje, uspokaja, upiększa, poprawia krążenie, zapobiega rozstępom skórnym,

zmniejsza napięcie mięśniowe, zapobiega obrzękom kończyn górnych i dolnych, łagodzi bóle kręgosłupa, poprawia pracę układu limfatycznego, pomaga wrócić do kondycji i uelastycznia mięśnie. To istotne czynniki regulujące samopoczucie kobiety, burze hormonalną i huśtawkę nastrojów.

Masaż klasyczny można przeplatać hydromasażem. Wykonuje się go najczęściej w pozycji siedzącej lub w leżeniu tyłem, bądź na lewym boku. Obszary ciała, które możesz masować to grzbiet, powłoki brzuszne, twarz, kark, pośladki, stopy oraz kończyny dolne i górne.

Nie decyduj się na masaż gdy masz do niego przeciwwskazania takie jak:

- wewnątrzmaciczne zaburzenia płodu,
- przodujące łożysko,
- przedwczesne odklejenie się łożyska,
- choroby nerek, tarczycy lub trzustki,
- gestoza,
- anemia,
- choroby serca,
- nadciśnienie tętnicze,

- skaza krwotoczna,
- cukrzyca,
- krwawienia z dróg rodnych.

Masaż ciążowy stosowany jest na etapie przygotowań do ciąży, podczas ciąży i po porodzie. W trakcie przygotowań do ciąży zalecam masaż całościowy, który obejmuje wszystkie części ciała i uwzględnia powłoki brzuszne, aparat więzadłowy stawów i mięśni kończyn dolnych, grzbietu oraz brzucha. Masaż w okresie ciąży bezpiecznie wykonać na lewym boku, ponieważ ta pozycja zapobiega uciskowi żyły głównej dolnej przez płód i powiększoną macicę. W pierwszym trymestrze masaż jest przeciwwskazaniem, bo wtedy właśnie trwa proces tworzenia się łożyska i organogeneza. Poza tym na początku dobrego samopoczuciu przeszkodzą Ci mdłości i utrudni to wykonanie zabiegu. Odpuść sobie też terapię masażem miesiąc przed wyznaczoną datą porodu.

W ręce masażysty wróć na spokojnie podczas połogu. Masaż we wczesnej i późnej rewitalizacji poporodowej różni się od

Masaże

— terapia manualna

— masaż klasyczny ręczny

— Aquavibron - masaż wibracyjny

— masaż bańką chińską

— masaż gorącymi

kamieniami wulkanicznymi

— drenaż limfatyczny

Rehabilitacja
w Centrum Radomia
ul. Kelles-Krauz 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

tego czy było cięcie cesarskie czy poród naturalnymi siłami. Przy porodzie naturalnym wczesna rewitalizacja trwa do 14 dnia po porodzie i wtedy masaż obejmuje całe ciało. Można go wykonać już 3 godziny po porodzie, ponieważ sprzyja obkurczeniu się macicy. Późna rewitalizacja trwa od 14 dnia po porodzie i obejmuje masaż całego ciała z pominięciem gruczołu piersiowego. W przypadku obrzęków stosuje się drenaż limfatyczny, a przy zaparciach masaż powłok brzusznych. Wczesna rewitalizacja po cięciu cesarskim rozpoczyna się w 6 tygodniu po porodzie i polega na masażu całego ciała z pominięciem powłok jamy brzusznej, ale

z opracowaniem blizny pooperacyjnej. Późna za to zaczyna się 3 miesiące po cesarce na takich samych zasadach jak po porodzie naturalnym.

Niezmiernie ważne jest zdrowie Twoje jak i dziecka. Aby móc dowiedzieć się więcej lub uzyskać odpowiedzi na nurtujące Cię pytania dotyczące masażu, zapraszam do kontaktu ze mną, czyli z Twoim masażystą. Kontakt do mnie to: marcin.mandziuk@gmail.com. W następnym artykule z radością zapoznam Was z fenomenalnym masażem całościowym. Całościowo przygotuj się na taką odprężającą terapię.

masażysta Marcin Mańdziuk

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



DIACOM TECHNOLOGY ®UM



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

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



dr kowalczewski
Specjalistyczna praktyka lekarska

dr Michał Kowalczewski
Specjalista chirurg ogólny, flebolog

dr n. med. Wojciech Kowalczewski
Specjalista chirurg dziecięcy

Radom, ul. Wodna 24
Rejestracja: 48 364 32 94,
601 546 726, 601 382 388,
www.drkowalczewski.pl

FLEBOLOGIA

Kompleksowe, małoinwazyjne leczenie żylaków kończyn dolnych

- metodą laserową (EVLT)
- parą wodną (SVS)
- falami radiowymi (EVRF)

Usuwanie żylaków metodą skleroterapii
Klejenie żylaków

Miejscowe wycięcie żylaków (miniflebektomia)
USG Doppler tętnic i żył obwodowych

CHIRURGIA

Zabiegi w znieczuleniu miejscowym i ogólnym u dzieci i dorosłych

- operacje przepuklin, niezstąpionych jąder
- operacje stulejki, wrastających paznokci
- usuwanie guzków, znamion skórnych laserem CO₂ i metodą klasyczną
- laserowa korekcja blizn
- korekcja odstających małżowin usznych

Leczenie ran

Unikatowe operacje neurochirurgiczne w Mazowieckim Szpitalu Specjalistycznym w Radomiu



Prof. dr hab. n. med.
Adam Kobayashi

Zespół neurologów pod kierownictwem prof. dr hab. n. med. Adama Kobayashi z Mazowieckiego Szpitala Specjalistycznego w Radomiu (JÓZEFÓW) wykonał implantację stentu modyfikującego przepływ krwi w średniej wielkości tętnicach mózgowych Silk Vista Baby przez cewnik Gamma oraz trombektomię. Zabiegi powyższe, które zakończyły się sukcesem, wykonano po raz pierwszy w Radomiu na sali HYBRYDOWEJ. Implantacja stentu modyfikującego przepływ krwi w średniej

wielkości tętnicach mózgowych Silk Vista Baby przez cewnik Gamma to zupełnie nowatorski zabieg, który od bardzo niedawna jest wykonywany na świecie. Zabieg tego typu wykonuje się w leczeniu skomplikowanych tętniaków mózgowych w celu zlikwidowania ryzyka pęknięcia tętniaka i tzw. wylewu, który jest stanem zagrożenia życia. Zabieg polega na włożeniu stentu przez specjalny cewnik, uniemożliwia on napływ krwi do tętniaka, co niweluje ryzyko jego pęknięcia.

Stent Silk Vista Baby był po raz pierwszy zastosowany w województwie mazowieckim, natomiast cewnik Gamma po raz pierwszy w Polsce. Zespół lekarzy i pielęgniarek wykonał również trombektomię na 26-latce, która trafiła do szpitala na Józefowie z udarem.

Wykonano również zabieg trombektomii po raz pierwszy na południu Mazowsza. Prof. Adam Kobayashi wyjaśnia, że trombektomia to usuwanie skrzepliny zamykającej dużą tętnicę mózgową u pacjentów z udarem niedokrwinnym. Aby skutecznie wykonać trombektomię ważne jest, by pacjent trafił jak najszybciej do szpitala w ciągu 6 godzin od wystąpienia objawów. Trombektomia wykonana w odpowiednim czasie daje wymierne korzyści.

Prof. Kobayashi leczy również inne choroby neurologiczne, takie jak migrena, stwardnienie rozsiane itp. Obecnie pełni funkcję specjalisty wojewódzkiego ds. neurologii na Mazowszu. Zaprasza pacjentów na konsultacje neurologiczne do PORADNI SPECJALISTYCZNEJ MÓJ LEKARZ.

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 Koźniewicach

Neurochirurg • prof. dr hab. n. med. **Zbigniew Kotwica** – Ordynator Oddziału Neurochirurgii

Neurolog • prof. dr 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 Dworżańska**

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



Neurochirurgia w Radomiu

Klinicznym ODDZIAŁEM neurochirurgii MAZOWIECKIGO SZPITALA SPECJALISTYCZNEGO W RADOMIU KIERUJE PROF. NADZW. DR HAB. N. MED. ZBIGNIEW KOTWICA

Profesor jest wysoko cenionym przez pacjentów lekarzem, który posiada specjalizację medyczną w dziedzinie neurochirurgii i neurotraumatologii. Wykonuje specjalistyczne operacje i zabiegi. Z powodzeniem operuje nowotwory układu nerwowego i kręgosłupa, skutecznie rozpoznaje i leczy choroby naczyniowe układu nerwowego, takie jak tętniaki, naczyniaki czy zniekształcenia tętniczo-żylnie. Częścią jego praktyki zawodowej jest leczenie chorób kręgosłupa powikłań urazów, niestabilności, dyskopatii,

a także wypadnięcia krążków międzykręgowych potocznie zwaną przepukliną kręgosłupa. Schorzenie to bardzo bolesne leczy również metodami małoinwazyjnymi – endoskopia, foraminotomia, fenestracja. Ponadto zajmuje się chirurgią bólu, m.in. stymulatory rdzeniowe oraz mikrochirurgiczne leczenie neuralgii nerwu trójdzielnego. Leczy też osteoporotyczne złamania kręgosłupa, wykonując małoinwazyjne zabiegi zwane wertebroplastyką i kyfoplastyką. Prof. dr hab. n. med. Zbigniew Kotwica zaprasza pacjentów na konsultacje neurochirurgiczne do **PORADNI SPECJALISTYCZNEJ MÓJ LEKARZ RADOM.**

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

Klinika Medycyny Estetycznej
VITA-Derm
dr Waldemar Karasiuk
chirurg
Radom, ul. Witolda 10,
tel. 48 300 52 52,
kom. 665 633 609



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
- tarczycza 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

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

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

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

DOM OFERUJE RÓWNIEŻ
PIELĘGNACYJNE POBYTY
POSZPITALNE.

*Wygodnie
doświadczenie w opiece*

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

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

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



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-behavioralna

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

Nowatorska terapia normobaryczna



W Makowcu koło Radomia powstała nowa komora normobaryczna. Uroczyste otwarcie uświetnił swoim wykładem sam dr Jan Pokrywka – twórca normobarii. Dzięki niemu zgromadzeni goście dowiedzieli się jak spektakularny wpływ ma oddychanie w warunkach normobarii na procesy zdrowienia organizmu.

Jak działa komora normobaryczna?

Komory normobaryczne cieszą się ogromną popularnością zarówno wśród osób zdrowych jak i tych z różnymi schorzeniami. Dzieje się tak dlatego, że warunki panujące w takich komorach (ciśnienie zwiększone do 1500 hPa, zawartość tlenu do 40%, dwutlenku węgla ok. 1,5%, wodoru ok. 0,5%) zapobiegają rozwojowi wielu chorób, a także pobudzają organizm do regeneracji, dotleniają komórki nerwowe, zwalczają stany zapalne, przyspieszają metabolizm, pomagają usuwać toksyny i metale ciężkie z organizmu, zwiększają namnażanie komórek macierzystych, wzmacniają odporność. Przebywanie w tych

warunkach jest w pełni bezpieczne, nie ma żadnych skutków ubocznych terapii.

Zastosowanie terapii normobarycznej

Aby zauważyć znaczące, pozytywne zmiany zachodzące w organizmie niezbędne jest co najmniej kilka wizyt. Do tej pory udokumentowano działanie normobarii na ponad 100 problemów zdrowotnych.

Kondycja – zwiększa wydolność organizmu, znacząco skraca czas odzyskania pełnej sprawności po dużym wysiłku sportowym oraz czas potrzebny do regeneracji po urazach, zmniejsza obrzęki po uszkodzeniach i kontuzjach

Zachowanie młodości – spowalnia proces starzenia, wspomaga produkcję kolagenu i elastyny, poprawia elastyczność skóry

Udar mózgu – przywraca czucie, poprawia posługiwanie się mową, pomaga w stopniowym ustępowaniu paraliżu

Kardiologia – zmniejsza dolegliwości bólowe, a także objawy niewydolności serca, minimalizuje ryzyko powikłań pozawałowych,

zmniejsza intensywność zaburzeń rytmu i przewodnictwa serca, zmniejsza uszkodzenia mięśnia sercowego

Onkologia – rewitalizuje komórki, oczyszcza organizm z substancji rakotwórczych (toksyn i metali ciężkich), hamuje proces złośliwienia komórek rakowych, łagodzi spustoszenia wywołane w organizmie po radio- oraz chemioterapii

Zespół Downa – poprawia komunikację i koordynację ruchową, koncentrację, zwiększa samodzielność, usuwa zmęczenie.

Autyzm, Zespół Aspergera – poprawia umiejętność komunikowania się, rozumienie języka oraz świadomość czuciową, wycisza, wspomaga koncentrację i zaangażowanie, zmniejsza lękliwość.

Mózgowe Porażenie Dziecięce – znaczne zmniejsza spastyczność, poprawia kontrolę motoryczną, poprawia funkcje intelektualne

Cukrzyca – przyspiesza gojenie ran, ogranicza rozległość uszkodzenia tkanek i kości, redukuje infekcje w ich obszarze

Nadwaga – pobudza metabolizm, odtruwa organizm, pozbywa się wolnych rodników, wspomaga efektywność diety i ćwiczeń w spalaniu tkanki tłuszczowej

Przeszczepy, zmiążdżenia, rany pooperacyjne, poparzenia – poprawia przepływ krwi przez uszkodzone tkanki, zmniejsza obrzęk, ogranicza ryzyko wystąpienia infekcji, wspomaga ukrwienie tkanek, przyspiesza gojenie ran, pobudza naskórkowanie rany.

Dermatologia, łuszczyca – przyspiesza wydalanie toksyn, redukuje ogniska zapalne, bakteryjne i alergiczne, wpływa na syntezę kolagenu i elastyny zapewniając elastyczność skóry.

Stwardnienie rozsiane – zmniejsza stan zapalny, redukuje spastyczność i ból, poprawia funkcje motoryczne.

Reumatyzm – eliminuje stany zapalne, znacznie wyhamowuje proces chorobowy, zmniejsza dolegliwości bólowe.

Migrena – poprawia przepływ krwi w mózgu, sprawia, że objawy migreny występują rzadziej lub ustępują całkowicie.

Choroba Alzheimer – zmniejsza zaburzenia behawioralne, poprawia kondycję i samopoczucie, umożliwia powrót do samodzielnego wykonywania codziennych czynności.

Choroba Hashimoto – łagodzi stany zapalne, zwiększa poziom energii, regeneruje uszkodzoną tkankę tarczycową.

Depresja – zmniejsza odczuwanie lęku, poprawia nastrój oraz funkcjonowanie organizmu.

komora normobaryczna



 normobaris

zapisy:
539 305 300

Makowiec k. Radomia
ul. Radomska 138
normobaris.pl

lek. Arkadiusz Wdowik

specjalista chirurgii naczyniowej

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

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



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-położnicza 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-położnicze, jama brzuszna, tarczyca, gruczoły piersiowe, węzły chłonne, gruczoł krokowy

NOWY GABINET PEDIATRYCZNY

Radom, ul. Daszyńskiego 7

Paulina Kozińska - pediatra
tel. 606 386 330

zapraszamy
poniedziałek - sobota



Wszystkie usługi są w pełni
płatne. Nie ma żadnych dodatkowych opłat.

Gabinet Pediatryczny

WIZYTY DOMOWE

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

tel. 696 50 15 15

produkt dostępny
w najlepszych aptekach

KOLAGEN DO PICIA
1 fiołka dziennie

Jędrna skóra
Zdrowe stawy
Mocne kości



www.artivit.com.pl

Konopie a choroby cywilizacyjne

U 26-letniego Jakuba z Wrocławia trzy lata temu wykryto bardzo złośliwy nowotwór mózgu – tzw. skąpodrzewiaka wielopostaciowego. Guz częściowo usunięto, pacjent przeszedł cykle chemioterapii, ale choroba postępowała. Latem 2013 r. lekarze postanowili zaprzestać leczenia. Poinformowali pacjenta, że zostały mu 2-3 miesiące życia. Ojciec Jakuba zdecydował się sięgnąć po silnie skoncentrowany olej z marihuany (tzw. olej RSO), stosowany po kryjomu przez chorych jako lekarstwo ostatniej szansy. Po kilku miesiącach takiej terapii stan zdrowia chłopaka poprawił się, a badanie tomograficzne wykazuje, że nowotwór zniknął.

Oczywiście dla nauki jeden przypadek to za mało, by uznać, że to, co uważane jest do dziś za groźny narkotyk, może być lekarstwem. Jednak takich przypadków przybywa. Podobnie jak dowodów, że nasz organizm potrzebuje kannabinoidów – substancji podobnych do tych zawartych w marihuanie – by zachować zdrowie.

Wyleczeni dzięki konopiom

Na co mogą pomóc takie substancje? Wystarczy przejrzeć inne medyczne przypadki podobne do historii Jakuba. Weźmy Roberta Randalla, pioniera stosowania medycznej marihuany w USA. Chory na zaawansowaną jaskrę próbował różnych terapii, ale żadna nie przyniosła rezultatu. Lekarze stwierdzili, że ok. 30. roku życia bezpowrotnie straci wzrok. Randall zauważył, że stan jego oczu poprawia się po wypaleniu marihuany. Oskarżony o nielegalne jej uprawianie, na drodze sądowej wywalczył sobie prawo do zażywania lekarstwa. Zmarł w wieku 53 lat i do końca życia zachował sprawny wzrok.

Charlotte Figi była jedną z pierwszych młodych pacjentek z epilepsją leczonych występującym w marihuanie kannabidiolem (CBD). Urodzona w 2006 r. dziewczynka cierpi na tzw. zespół Draveta, objawiający się częstymi napadami padaczkowymi, opornymi na działanie leków. Rodzice zaczęli podawać jej wyciąg z marihuany, gdy miała pięć lat. Dzięki tej terapii Charlotte, która cierpiała na 1-2 ataki epileptyczne dziennie, dziś może się normalnie rozwijać.

Shona Banda w 2002 r. usłyszała diagnozę: choroba Leśniowskiego-Crohna. To zapalenie jelit, powodujące wyniszczające biegunki. Pomimo intensywnego leczenia stan pacjentki pogarszał się. Ostatecznie choroba przykuła ją do łóżka, a Shona zaczęła szybko tracić na wadze. Pomógł jej dopiero ekstrakt z marihuany – poprawa pojawiła się już po kilku dniach przyjmowania go. Shona Banda

zdecydowała się przeprowadzić do Kolorado – jednego ze stanów USA, w których medyczne stosowanie marihuany jest legalne. Dziś czuje się dobrze i wspiera innych pacjentów.

Jak to możliwe, że substancja uznawana za narkotyk pomaga na tak różne choroby?

Odpowiedzi udziela nam biochemia. Pod względem budowy chemicznej narkotyki są doskonale „dopasowane” do budowy

naszego mózgu. Ich cząsteczki łączą się z receptorami na komórkach nerwowych, naśladując działanie naturalnych neuroprzekazników. Tak działają m.in. morfina, heroina czy nikotyna. Marihuana nie jest tu wyjątkiem. Nasz organizm produkuje jej odpowiedniki, tzw. endokannabinoidy. I robi to nie bez powodu.

Prof. Robert Melamede z University of Colorado twierdzi, że układ endokannabinoidowy to system redukcji szkód, czyli swoiste pogotowie ratunkowe organizmu.



KONOPNA FARMACJA

Nasze produkty dobrym pomysłem na prezent



**Cierpisz na łuszczycę,
egzemy, bóle stawów,
pleców lub mięśni, hemoroidy
albo masz osłabioną odporność?**

Odwiedź nas w nowo otwartym punkcie w Radomiu!

**Dowiedz się, jak możemy pomóc
w Twoich dolegliwościach.**



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

www.konopna-farmacja-radom.pl

Możliwe, że „wewnętrzna marihuana” jest nam niezbędna do zachowania tzw. homeostazy. Jeśli pojawią się jakieś zakłócenia, kannabinoidy ruszają do akcji, by przywrócić równowagę.

Czego nam brakuje?

Układ endokannabinoidowy odkryto dopiero w 1990 r. Wtedy okazało się, że w ludzkim mózgu występują receptory, do których „przyczepia” się jeden ze składników marihuany – tetrahydrokannabinol (THC). Kolejne badania wykazały, że nasz organizm sam produkuje związki chemiczne o podobnym działaniu: anandamid i 2AG. Dziś wiemy już, że w naszym organizmie występują dwa typy receptorów. CB1 są typowe dla komórek nerwowych. Znajdziemy je w rdzeniu kręgowym i prawie całym mózgu. Wyjątkiem jest pień mózgu – ta jego część, w której znajdują się m.in. ośrodki sterujące oddychaniem i pracą serca. To właśnie dlatego przyjęcie nawet największej dawki marihuany nie stanowi zagrożenia dla życia. Ujmując to inaczej: w odróżnieniu od innych substancji psychoaktywnych, tej w zasadzie nie da się przedawkować. Z kolei receptory CB2 najczęściej występują w komórkach zaliczanych do układu odpornościowego.

Nietrudno sobie wyobrazić, do czego może prowadzić „rozregulowanie” systemu dbającego o równowagę w tak kluczowych miejscach. Naukowcy nazwali to klinicznym niedoborem endokannabinoidów (clinical endocannabinoid deficiency). Ukształtowany przed milionami lat układ nie potrafi się dopasować do szybkich zmian zachodzących w naszym otoczeniu. Taki stan może być przyczyną mnóstwa patologii: od migreny do fibromialgii, od braku apetytu do jaskry, od stanów depresyjnych do zespołu drażliwego jelita.

To wyjaśnia również wielką popularność marihuany wśród pacjentów cierpiących na przewlekłe schorzenia, takie jak ból neuropatyczny, stwardnienie rozsiane, padaczka, choroba Huntingtona czy Parkinsona. W ich organizmach brakuje naturalnych kannabinoidów, dlatego dostarczają mu tych pochodzących z konopi.

Ziołowa profilaktyka?

Tu pojawiają się oczywiście kontrowersje. Marihuana w wielu krajach – w tym

w Polsce – jest uważana za narkotyk. Jego wytwarzanie i posiadanie jest karalne. Tymczasem część naukowców uważa, że roślina ta powinna stanowić wręcz suplement diety.

Wiele badań dowiodło, że kannabinoidy mogą być silnym przeciwutleniaczem i środkiem przeciwzapalnym, a ich działanie relaksujące skutecznie obniża stres. Teoria klinicznego niedostatku endokannabinoidów sugeruje, że stosowanie tych substancji może mieć działanie prewencyjne.

Układ endokannabinoidowy

Receptory CB1 występują we wszystkich komórkach nerwowych. Najwięcej jest ich w mózgu. Szacuje się, że ich koncentracja jest 10-50 razy wyższa niż np. receptorów opioidowych czy dopaminowych.

Poza mózgiem duża koncentracja receptorów CB1 występuje w rdzeniu kręgowym. Można je znaleźć także poza układem nerwowym, m.in. w przysadce, tarczycy, wątrobie, tkance mięśniowej i układzie pokarmowym, a także w komórkach układu rozrodczego. Najważniejszym miejscem występowania receptorów CB2 jest układ odpornościowy. Są w śledzionie, migdałkach, grasicy, w wędrujących z krwią białych krwinkach (limfocytach, leukocytach, makrofagach). CB2 znaleziono także w komórkach układu pokarmowego i obwodowego układu nerwowego, a także w mózgu, choć w znacznie mniejszych ilościach niż CB1. Istnieją też tkanki, w których komórkach znajdują się oba typy receptorów.

– *Potencjał leczniczy marihuany, zawartych w niej kannabinoidów i syntetycznych leków o podobnej budowie jest olbrzymi. Równie olbrzymi, choć nieuzasadniony jest społeczny lęk i opór przed sięgnięciem do tego niedrogiego naturalnego źródła potencjalnie wspólniały, a niedrogich leków – uważa prof. Jerzy Vetulani z Instytutu Farmakologii PAN. Niestety, dopóki przeważać będzie strach, oficjalna medycyna nie sięgnie po nowe substancje. A pacjenci, tacy jak Jakub, będą musieli leczyć się po kryjomu. Za posiadanie choćby niewielkich ilości marihuany w Polsce nadal można dostać nawet trzy lata więzienia.*

współpraca: Jan Stradowski

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

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

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

GABINET KARDIOLOGICZNY
Paweł Świigoń
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 (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

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 srody 15.00-17.00
tel. 48 331 06 18

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



leczenie osteoporozy
badanie gęstości tkanki kostnej

Jan Sekuła

specjalista chirurgii urazowo-ortopedycznej

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

dr n. med. Andrzej Wypyski

specjalista chirurgii dziecięcej

Chirurgia dzieci i młodzieży
Traumatologia wieku dziecięcego

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

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



Hubert Kazubiński
specjalista ortopeda, traumatolog
przyjmuje w pon. 8.00-19.00 i środy 16.30-20.00



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

Developed by Njstemplate



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



Pomóż dziecku trenować umysł

EEG Biofeedback (biologiczne sprzężenie zwrotne) to rodzaj terapii, dzięki której pacjent w sposób świadomy uczy się, co robić, aby mózg pracował wydajniej i szybciej.



mgr inż.
Dorota Dec
Specjalista ds. EEG
Biofeedback

Trening Biofeedback poprawia efektywność pracy mózgu. Dzięki regulacji jego czynności bioelektrycznej uzyskujemy zwiększenie możliwości koncentracji uwagi, poprawę zapamiętywania i usprawnienie umiejętności odpoczynku.

EEG Biofeedback to rodzaj terapii, dzięki której pacjent świadomie uczy się zmieniać wzorzec wytwarzanych fal mózgowych, aby usprawnić pracę mózgu. Sygnał z jednego punktu na głowie pacjenta jest przetwarzany na zrozumiałą postać graficzną. Dzięki sprzężeniu zwrotnemu pacjent wie, kiedy pozostaje skoncentrowany, a w którym momencie następuje rozproszenie uwagi. Pozwala to nauczyć się reakcji własnego mózgu i modyfikować jego pracę, aby funkcjonował efektywnie.

Pracownia EEG Biofeedback Centrum Medycznego PZU Zdrowie Polmedic oferuje również cykliczne badania QEEG, organizowane wspólnie z wrocławską firmą Potential i jej właścicielem, Miłoszem Garczarkiem. Podczas takiej sesji wykonywany jest ilościowy zapis EEG oraz tworzona jest tzw. „mapa mózgu” pacjenta, dzięki której zdecydowanie wzrasta skuteczność treningów EEG Biofeedback.

Z treningów EEG Biofeedback najczęściej korzystają dzieci w wieku szkolnym, mające

problemy z nadpobudliwością, utrzymaniem koncentracji, i przyswajaniem wiedzy, a także pacjenci z zespołem ADHD czy ADD. Oferta pracowni skierowana jest również do dorosłych, których praca wymaga szybkiego podejmowania decyzji, stałej kreatywności, a także do osób, które miewają problemy ze skupieniem uwagi czy opanowaniem poziomu stresu.

O skuteczności badania QEEG i treningów EEG Biofeedback opowiadają rodzice matych pacjentów pracowni EEG Biofeedback

– Jestem mamą 12-letnich bliźniaków ze zdiagnozowanym autyzmem. Na treningi EEG Biofeedback synowie uczęszczają od lutego 2019 r. Zarówno ja, jak i nauczyciele, zauważyliśmy u moich dzieci poprawę koncentracji na lekcjach, logicznego myślenia, zachowania. Chłopcy nie mówią, ale zaczynają powtarzać zasłyszane wyrazy. Jestem bardzo zadowolona z efektów, jakie przynosi EEG Biofeedback. Systematyczne treningi dają satysfakcjonujące efekty. Serdecznie polecam. – Monika, mama Piotra i Pawła.

– Nasze dziecko od lat miało problemy z koncentracją i pamięcią. Po części wynikało to z jego stanu zdrowia. Odrabianie lekcji, czy nauka do sprawdzianów była ogromnym wyzwaniem dla całej rodziny. Mimo dużego zaangażowania i wielogodzinnej codziennej pracy o efekty, nawet te drobne było ciężko. (...) Postanowiliśmy jednak spróbować treningów EEG Biofeedback w Polmedic, raz w tygodniu. (...) Tuż po rozpoczęciu roku szkolnego

syn zaczął się sam uczyć i – co najważniejsze – wiedza „nie uciekała” od niego. Poprawiły się oceny, zwiększyła się aktywność na lekcji. Wszystko to dodatkowo go motywowało do pracy. Zmiany dostrzegliśmy też w codziennym funkcjonowaniu (...).

Obecnie szczerze polecamy tak samą metodę jak i oczywiście Panią Dorotę, która w Polmedic prowadzi treningi mózgu. Najważniejsze jednak, że włożony przez dziecko wysiłek przyniósł bardzo pozytywne efekty dla niego samego – rodzice Mateusza

– Mój syn uczęszcza na treningi EEG Biofeedback od roku. Piotr ma 11 lat i zdiagnozowany autyzm. Zauważalna jest u niego poprawa snu. Dużo szybciej zasypia oraz nie budzi się w nocy. Jego funkcjonowanie się znacznie poprawiło. Zaburzenia sensoryczne są mniejsze (...). Piotr ma lepszą koncentrację, jest w stanie dłużej skupić się na zadaniu. Jest także mniej nadpobudliwy. (...) Pojawiła się u niego motywacja do podejmowania różnych działań, gdyż wzrosła jego samoocena i poczucie sprawstwa. Nie mogę nie wspomnieć o lepszej kontroli nad emocjami oraz ich zrozumienie – Agnieszka, mama Piotra.

Nasze placówki:

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



Dołącz do naszego zespołu!


Poszukiwani specjaliści:

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

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

kariera@polmedic.com.pl
691 101 455
Opłata 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